FRÉTTABLAÐIÐ

238. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 12. OKTÓBER 2019

Unglingsstelpur eru verstar, þeim tekst að grafa sig inn í mann.

Lífið er of stutt til að vera reiður

Fjórir vagnstjórar af erlendum uppruna eru allir stoltir af starfinu þótt það geti oft verið krefjandi. Þeir ræða um tímapressu, umferðartafir, fordóma og dónaskap.

→ 24

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Bróðir minn er kynferðisbrotamaður

Karen Halldórsdóttir um skömm og ráðaleysi aðstandenda. → 28

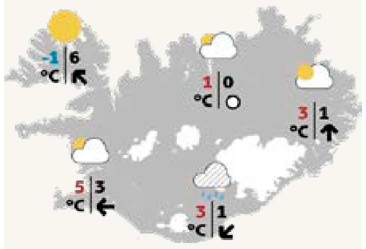
Himinháar sektir

Varnartröllið Vontaze Burfect í tólf leikja bann. → 36

Varð fræg á einni nóttu

Líf og list Jóhönnu Kristínar Yngvadóttur. → 48

Veður



Austlæg eða breytileg átt, 3-8 í dag, en suðaustan 8-13 vestast. Smá skúrir á S-verðu landinu, en yfirleitt léttskýjað norðað til. Hiti 1 til 6 stig, en í kringum frostmark fyrir norðan. SJÁ SÍÐU 46

EM-draumurinn fjarlægist

Ísland tapaði fyrir Frakklandi í undankeppni EM 2020 á Laugardalsvelli í gær. Giroud skoraði eina mark leiksins úr víti. Frakkland og Tyrkland eru með átján stig í riðlinum en Ísland í þriðja sæti með 12 stig. Draumurinn um þátttöku í EM á næsta ári er því orðinn fjarlægur. Frakkarnir ærðust af fögnuði í stúkunni en á samfélagsmiðlunum kenndu Íslendingar dómurunum um úrslitin. Sjá síðu 20 FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS

Gillz veðjar á steinsteypuna

VIÐSKIPTI Fjölmiðlamaðurinn Egill Einarsson, betur þekktur sem Gillz, hefur fjárfest í tveimur íbúðum á Ásbrú og leigir þær nú þegar út. Hann segist hafa trú á steypu og Reykjanesi.

Það er meira en að segja það að fjármagna slík kaup og því þurfti Egill að taka til í lífsstílnum. „Reglusemi og aðhald er lykillinn. Ég fer sjaldnar til útlanda og losaði mig við 421 hestafls vöðvabílinn sem ég átti. Ég ferðast um á hestum postulanna, það er prýðileg heilsurækt og kostar ekkert,“ segir Egill í skriflegu svari.

> Með því að skrúfa fyrir vitleysuna náði ég að leggja til hliðar og safna mér fyrir útborgunum í þessar íbúðir.

Hann hafi haft gaman af að fara út á lífið áður fyrr en það brenni upp peningana. „Ég kýs frekar notalegt kvöld heima í stofu í Lazyboystólnum með góða bók eftir einhvern af mínum góðu félögum í Rithöfundasambandinu. Svo hef ég það hugfast að flest af því besta sem lífið hefur upp á að bjóða kostar ekki neitt, til dæmis að vera til staðar, horfa á barnið sitt æfa og keppa í fótbolta og lyfta lóðum í vinnunni.“

Þá hafi hann dregið úr neyslu Ripped-orkudrykkja. Úr fjórum dósum á dag í þrjár. „Með því að skrúfa fyrir vitleysuna náði ég að leggja til hliðar og safna mér fyrir útborgunum í þessar íbúðir.“ **– bþ**

Egill Einarsson fjölmiðlamaður.

Sala Sigurhæða sett í biðstöðu

AKUREYRI Bæjarráð Akureyrar hefur falið Akureyrarstofu að skoða hugmyndir sem komið hafa fram um nýja nýtingu á Sigurhæðum, skáldahúsi Matthíasar Jochumssonar. Áætlanir bæjarstjórnar um að selja húsið hafa vakið sterkar tilfinningar í bænum og margir látið í sér heyra. Stefna bæjarstjórnar er enn þá að selja.

Hilda Jana Gísladóttir, bæjarfulltrúi og formaður Akureyrarstofu, segir að margar nýjar hugmyndir um notkun hafi borist en þær séu ekki opinberar. „Ef þær breyta málinu þá endurskoðum við afstöðu okkar,“ segir hún en bætir við að enginn tímarammi hafi verið settur.

Guðmundur Baldvin Guðmundsson, formaður bæjarráðs, vill ekki svara því hvort einhverjir hafi sýnt áhuga á kaupum. „Við ætlum að flýta okkur hægt í þessu máli,“ segir hann. Hilda segir að engin formleg boð í húsið hafi borist en hún hafi heyrt af miklum áhuga. **– khg**

Vilja veita fólki aukið val við andlát ástvina

Frumkvöðlaverkefnið Tré lífsins hyggst veita aukið val við andlát, bæði fyrir hinn látna og aðstandendur. Hugmyndin er að bjóða upp á gróðursetningu trés í minningargörðum ásamt ösku hins látna, þar sem nýtt líf mun spretta.

VIÐSKIPTI Mikið er að gera hjá aðstandendum frumkvöðlaverkefnisins Trés lífsins þessa dagana. Fyrirtækið var valið til þátttöku á samfélagshraðlinum Snjallræði, eitt átta verkefna, sem og frumkvöðlakeppninni Gullegginu. Báðar keppnirnar standa nú yfir og því er í mörg horn að líta.

„Hugmyndin á bak við verkefnið kviknaði út frá umhverfislegum pælingum um jarðarfarir. Hvort hægt væri að gera það á skynsamlegri hátt. Það er falleg tilhugsun að sjá nýtt líf spretta af öðru sem lauk. Dauðinn er erfitt umræðuefni fyrir flesta og því viljum við gjarnan breyta. Markmið okkar er að dauðinn verði eðlilegri hluti af lífinu,“ segir Sigríður Bylgja Sigurjónsdóttir, frumkvöðull og hugmyndasmiður verkefnisins.

Upprunalega hugmyndin var sú að gera fólki kleift að gróðursetja tré ásamt ösku hins látna en fljótlega fór verkefnið á flug. „Vinnan við verkefnið hófst árið 2015. Fyrst byggðist það bara á gróðursetningunni en síðar bættust við rafrænar lausnir eins og minningarsíður um látna sem og persónulegur gagnagrunnur þar sem saga og óskir viðkomandi eru skráðar,“ segir Sigríður.

Minningarsíðurnar væru fyrir aðstandendur þar sem vinir og fjölskylda hins látna gætu deilt sögum og myndum af þeim sem þau syrgja. „Þetta á að vera staður til þess að sameinast í sorginni og fagna lífinu sem var,“ segir Sigríður.

Persónulegi gagnagrunnurinn mun virka þannig að einstaklingur getur undirbúið andlát sitt með því að skrá sögu sína með sínum orðum sem og sínar hinstu óskir. Þegar viðkomandi deyr þá eru upplýsingarnar sendar á nokkra einstaklinga sem hinn látni valdi.

Aðstandendur Trés lífsins. Olga Margrét Kristínardóttir Cilia, Oktavía Hrund Jónsdóttir og Sigríður Bylgja Sigurjónsdóttir. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> Þetta á að vera staður til þess að sameinast í sorginni og fagna lífinu sem var.
>
> Sigríður Bylgja Sigurjónsdóttir, einn af stofnendum Tré lífsins

Hún byrjaði verkefnið ein en síðar komu þær Oktavía Hrund Jónsdóttir og Olga Margrét Kristínardóttir Cilia inn í verkefnið. Oktavía er sérfræðingur varðandi tækni-, öryggis- og aðgengismál og Olga er sérfræðingur í öllu því sem tengist persónuverndarmálum. „Þær hafa mikla þekkingu hvor á sínu sviði og hafa hjálpað mér við að gera þetta verkefni að veruleika,“ segir Sigríður.

Hópurinn stóð frammi fyrir mörgum áskorunum enda er lagaramminn um útfarir og hvernig skuli haga geymslu jarðneskra leyfa mjög flókinn. „Það er alveg kominn tími á það að þessi lög séu uppfærð í takt við nútímann. Við teljum þörf á að færa fólki aukið val og við finnum fyrir miklum áhuga á því,“ segir Sigríður. **bjornth@frettabladid.is**

HÚSASMIÐJAN blómaval

Húsasmiðjublaðið er komið út
Skoðaðu tilboðin á husa.is

Lady litur mánaðarins: 20142 **DAYDREAM**

Nýtt **LADY** litakort er komið í næstu verslun og á husa.is

25% afsláttur
af allri **LADY** innimálningu

LADY er bæði Svansvottuð og með Evrópublómið

Jotun framleiðir umhverfisvæna hágæðamálningu. LADY er bæði Svansvottuð og með Evrópublómið.

Haustveisla

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

25% Parket & flísar afsláttur
af öllu parketi og flísum

Ný og glæsileg flísa- og parketdeild
í Húsasmiðjunni í Skútuvogi

25% Blöndunartæki afsláttur
af öllum GROHE blöndunartækjum

25% Pottar & pönnur afsláttur
af öllum BEKA pottum og pönnum

HiKOKI
Allt að **30%** Verkfæri afsláttur
af völdum Hikoki verkfærum

LAUFEN
25% Baðtæki afsláttur
af öllum LAUFEN salernum og handlaugum

Bleikur október
10% af ágóða Berlinger Haus, I-ROSE línunnar, rennur til Krabbameinsfélagsins í október

JUMBO
25% Áltröppur afsláttur
af 3-8 þrepa Jumbo áltröppum

25% afsláttur
af haustlaukum

Eitt mesta úrval landsins af haustlaukum
Nú er rétti tíminn til að setja niður haustlauka. Haustlaukar, loforð um litríkt vor.

Erikur **3 stk.**
999 kr
Erikur/callunur
Margar gerðir, þú velur lit og tegund.
Blómapottar seldir sér

TÖLUR VIKUNNAR 06.10.2019 TIL 12.10.2019

114 starfsmenn Reykjalundar lýstu vantrausti á stjórn SÍBS á starfsmannafundi.

28 þúsund laxar veiddust á stöng í sumar. Til samanburðar veiddust um 45 þúsund á síðasta ári.

963 íbúðarleigusamningum var þinglýst í september. Er það 47 prósenta aukning frá september á síðasta ári.

355 milljónir króna voru afhentar íslenskum stjórnvöldum fyrir aðstoð þeirra við upprætingu ólöglegu sölusíðunnar Silk Road.

72 sérnámslækna þarf á ári til að viðhalda sama læknafjölda og í dag og fylgja þróun samanburðarlanda.

Þrjú í fréttum
Af mjöldrum, gjöldum og rauðum spjöldum

Margrét Lára Viðarsdóttir
landsliðskona

skoraði lokamarkið í stórsigri Íslands gegn Lettlandi í knattspyrnu, en lokaniðurstaða var 6-0 fyrir Ísland. Jón Þór Hauksson landsliðsþjálfari fékk rautt spjald fyrir að æsa sig við dómara.

Sigurður Hannesson
framkvæmdastjóri SI

sagði lagalega óvissu til staðar um lögmæti innviðagjalda. Verktakafyrirtæki og SI stefndu Reykjavíkurborg fyrir ólögmæti innviðagjalda sem numið hafa milljörðum króna síðustu ár í innheimtu borgarinnar.

Litlu Grá
mjaldri

gengur vel í aðlögun í Vestmannaeyjum ásamt systur sinni Litlu Hvít. Mjaldrasystrunum verður líklega sleppt í sjókví í vor, en þær voru fluttar frá Sjanghæ til Íslands í sumar.

FRÉTTABLAÐIÐ
Vertu fyrst/ur að lesa blaðið
Fáðu fréttablað dagsins í tölvupósti kl. 3.00 á morgnana. Skráðu þig á póstlista blaðsins á **www.frettabladid.is#nyskraning**
Það kostar ekkert.

Aðstandendur á Íslandi undir mestu álagi allra í Evrópu

Ný skýrsla Eurostat sýnir að íslenskur almenningur sinnir meiri umönnun en aðrar þjóðir og langtum meiri en hinar Norðurlandaþjóðirnar. Formaður Öryrkjabandalagsins segir þessar niðurstöður ríma vel við það sem hefur verið haldið hér fram, að hið opinbera velti ábyrgðinni yfir á fjölskyldur.

Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður ÖBÍ, segir hið opinbera velta ábyrgðinni á fjölskyldur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

VELFERÐARMÁL Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjabandalagsins, segir að ný skýrsla Eurostat, tölfræðistofnunar Evrópusambandsins, um umönnun rími vel við það sem bandalagið hafi haldið fram á undanförnum árum. Að hið opinbera velti ábyrgðinni yfir á fjölskyldur landsins.

Í skýrslunni kemur fram að 8,9 prósent Íslendinga sinni óvinnufærum ættingjum, annaðhvort öryrkjum eða öldruðum. Til samanburðar er Evrópumeðaltalið 4 prósent og öll hin Norðurlöndin eru innan við 3 prósent.

„Við höfum gagnrýnt það að hið opinbera skilji aðstandendur eftir með fólk í fanginu,“ segir Þuríður. „Ef maki eða fjölskyldumeðlimur lendir í slysi eða veikist þá er umönnun hlutverk sem lendir á aðstandendum og oft eru það konur sem bæta þessu við sig. Kerfið er að bregðast okkur.“

Umönnun fylgir oft gríðarmikið vinnuálag, ofan á venjulega dagvinnu. Rannsókn sem gerð var í Kaliforníuríki sýnir að aðstandendur Alzheimer-sjúklinga sinntu þeim að meðaltali 84 klukkutíma á viku. Það er jafngildi tveggja vinnuvikna.

Aðstandendur fá ekki nauðsynlega þjálfun eða kennslu fyrir hið nýja hlutverk sitt. Þeir eru sjaldnast menntaðir umönnunaraðilar. „Foreldrar fatlaðra eða langveikra barna sem hafa leitað til okkar hafa stundum þurft að hætta að vinna til að sinna barninu,“ segir Þuríður.

Margir aðstandendur vinna hlutastörf og þurfa sveigjanleika á vinnumarkaðinum. Þuríður telur að almennt hafi atvinnurekendur á Íslandi skilning á stöðunni, en það sé þó ekki algilt. Umönnunarbætur á Íslandi eru hæstar 185.926 krónur, fyrir 100 prósent umönnun. Ekki eru greiddar bætur þegar umönnun fer fram utan dagvinnutíma. Aðstandendur gefa þann tíma sinn.

NPA, notendastýrð persónuleg aðstoð, á að gefa fötluðu fólki meira sjálfstæði og að sama skapi létta ábyrgð af aðstandendum. Innleiðing löggjafarinnar gengur þó mishratt fyrir sig eftir sveitarfélögum. Í dag er eftirspurnin eftir NPA-samningum mun meiri en framboð hins opinbera, því hún er bundin við fjármagn.

Umönnun fylgir mikið álag, bæði líkamlegt og andlegt. Kaliforníurannsóknin sýnir að aðstandendur upplifi frekar en aðrir stress, þreytu, depurð, kvíða, reiði, krónísk veikindi, lélegt líkamlegt ástand, veikingu ónæmiskerfisins og séu í meiri áhættu á að verða ofdrykkju og fíkniefnaneyslu að bráð. Í nýlegri skýrslu Kolbeins Stefánssonar félagsfræðings kemur í ljós að sá hópur sem leggur mest til örorku á Íslandi eru konur yfir fimmtugu. „Við þurfum að skoða það hvað gerist hjá konum,“ segir Þuríður. „Af hverju verða þær öryrkjar á besta aldri? Sennilega af því að þær taka svo mikla ábyrgð og missa oft heilsuna sjálfar. Við þurfum að finna leiðir til að létta á aðstandendum til að fólk brenni ekki upp.“

> **Rannsókn sýnir að aðstandendur Alzheimer-sjúklinga sinntu þeim að meðaltali 84 klukkutíma á viku. Jafngildi tveggja vinnuvikna.**

Skýrsla Eurostat tekur einnig umsjá barna með í jöfnuna og þar er Ísland í þriðja sæti á eftir Írlandi og Tyrklandi. Þegar tölurnar eru teknar saman er Ísland með hæsta umsjárhlutfall Evrópu og eina landið sem fer yfir 50 prósent.

kristinnhaukur@frettabladid.is

ISBAND
UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16
Jeep THERE'S ONLY ONE

Sögusýning hjá söluaðilum Toyota um allt land. Meira en 10 milljón Land Cruiser jeppar hafa selst í heiminum. Af því tilefni veitum við 10% afslátt af völdum Land Cruiser jeppum á sýningunni.

Við blásum til sannkallaðrar jeppaveislu þar sem þú munt sjá Land Cruiser af öllum stærðum og gerðum. Glænýir og glæsilegir í bland við þrautseiga reynslubolta, breytta og óbreytta, strípaða og hlaðna aukabúnaði. Land Cruiser hefur ekið um hið hrjóstuga Ísland í rúm 50 ár og stendur fyllilega undir nafnbót sinni – komdu og kynntu þér konung jeppanna.

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19

Toyota Selfossi
Fossnesi 14

Birt með fyrirvara um villur.

Matsalur í Vatnaskógi stenst ekki nútímakröfur og byggja á nýjan

VIÐSKIPTI Æskulýðssamtökin KFUM leita nú styrkja til að fjármagna smíði nýs matsalar í stað þeirrar byggingar sem þjónað hefur því hlutverki í Vatnaskógi frá árinu 1968 eða í rúma hálfa öld.

Samkvæmt áætlun KFUM kostar 151 milljón króna að reisa nýja matsalinn. Áætlar félagið að rúmur þriðjungur kostnaðarins, eða um 65 milljónir, verði í formi styrkja frá hinu opinbera.

> Samkvæmt áætlun kostar nýr matsalur 151 milljón og munu 65 milljónir koma frá hinu opinbera

„Þetta hús var byggt fyrir sumardvalarstarfsemi en er nú nýtt 10 mánuði á ári og er vissulega barn síns tíma, margt af vanefnum en hugsjónum gert og ekki í takt við nútíma kröfur um einangrun, hitakerfi eða hljóðeinangrun,“ segir í greinargerð arkitekts KFUM. Húsið sé ekki múshelt og gólfkuldi mikill.

Fram kemur í fylgiskjali sem lagt er fram með styrkumsókn KFUM til opinberra aðila að 7.500 gestir sæki Vatnaskóg á yfirstandandi ári, langflestir börn og ungmenni. Nýliðið sumar hafi verið nítugasta og sjöunda sumarið sem sumarbúðir voru starfræktar í Vatnaskógi.

Glatt var á hjalla í matsalnum í Vatnaskógi sumarið 2003. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Rekstur starfseminnar í Vatnaskógi virðist vera í góðu jafnvægi samkvæmt ársreikningum félagsins sem lagðir voru fram með styrkumsókninni. Hagnaður af starfseminni nam um tveimur milljónum króna árin 2017 og 2018. Tekjurnar á síðara árinu námu 121 milljón króna, þar af fengust 89 milljónir vegna dvalar- og þáttökugjalda. **– gar**

Brynhildur Pétursdóttir, framkvæmdastjóri Neytendasamtakanna. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Lögbannsmál fer fyrir dóm

DÓMSMÁL Lögbannsmál Neytendasamtakanna gegn Almennri innheimtu, sem sér um innheimtu fyrir smálánafyrirtæki, var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Málið snýst um kröfu Neytendasamtakanna um lögbann á innheimtu smálána sem var hafnað af sýslumanni 17. september síðastliðinn. Munnlegur málflutningur fer fram síðar í mánuðinum.

Brynhildur Pétursdóttir, framkvæmdastjóri Neytendasamtakanna, segir samtökin hissa á því að sýslumaður hafi ekki orðið við lögbannskröfunni.

„Meðal röksemda er að ekkert komi í veg fyrir að lántakendur geti sótt endurkröfu vegna ofgreiddra krafna með dómstólaleið, en sú leið tekur einhver ár,“ segir Brynhildur. „Það er í raun allt sem kemur í veg fyrir það og þess vegna er þessi lögbannsbeiðni einmitt lögð fram. Almenn innheimta vísar fólki á smálánafyrirtækið sem hefur flutt sig til Danmerkur gagngert til að komast hjá því að fara eftir íslenskum lögum.“ **– ab**

Ekki rætt um Blæ á vettvangi Landssambands lífeyrissjóða

Formaður Landssambands lífeyrissjóða (LL) segir að hugmyndir um að sjóðirnir komi að fjármögnun húsnæðisfélagsins Blæs hafi ekki verið ræddar á vettvangi sambandsins. Lífeyrissjóðir séu alltaf tilbúnir að skoða alla fjárfestingarkosti en huga þurfi að arðseminni og greina þörfina áður en lagt er af stað.

HÚSNÆÐISMÁL „Vitaskuld eru lífeyrissjóðirnir alltaf reiðubúnir að skoða alla fjárfestingarkosti en þá að uppfylltum skilyrðum um arðsemi. En það er staðföst skoðun mín persónulega að það þurfi auðvitað að ígrunda mjög vel aðkomu lífeyrissjóða að svona uppleggi með einhverri sértækri fjármögnun fyrir millitekjuhópa,“ segir Guðrún Hafsteinsdóttir, formaður Landssambands lífeyrissjóða (LL), um þær hugmyndir að lífeyrissjóðir komi að fjármögnun húsnæðisfélagsins Blæs.

Ragnar Þór Ingólfsson, formaður VR, sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að verið sé að teikna upp mögulegar fjármögnunarleiðir Blæs. Hann segist sjá fyrir sér að félagið gæti farið í átak fyrir þá hópa sem séu í mesta vandanum hverju sinni og nefnir nú sérstaklega eldra fólk. Ljóst sé að fjárfestingar upp á tugi milljarða þurfi til svo að verkefnið skili árangri.

Guðrún segir að þessar hugmyndir hafi ekki verið ræddar á vettvangi LL og hafi heldur ekki komið á borð stjórnar Lífeyrissjóðs verslunarmanna, þar sem hún er varaformaður.

„Mér finnst liggja beinast við að við beinum kröfum okkar að því að leysa bráðan húsnæðisvanda þess fólks sem býr við verulega skert húsnæðisöryggi. Þar erum við að horfa á lágtekjuhópana sem hafa farið verulega halloka síðustu ár í þessari fasteignabólu sem orðið hefur á höfuðborgarsvæðinu,“ segir Guðrún.

Formaður Landssambands lífeyrissjóða vill sjá greiningu á þörf uppbyggingar á húsnæðismarkaði áður en verkefnið er skoðað. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Það sé ekki hlutverk lífeyrissjóða að leysa húsnæðisvanda Íslendinga. Hlutverk þeirra sé eingöngu að taka á móti iðgjöldum, ávaxta þau og greiða síðan út lífeyri.

Ragnar Þór segir að lífeyrissjóðir séu auðvitað bundnir ströngum lagalegum skilyrðum þegar komi að fjárfestingum. „Við þurfum að fá þá með í að teikna þetta upp. Það getur ekki verið hagur sjóðfélaga að við setjum allt í hlutabréf og vonumst til að stjórnendur nútíðar og framtíðar sneiði framhjá öllum kerfisbundnum markaðsáföllum sem verða á okkar vegi,“ segir Ragnar Þór.

Hann bendir á að frá árinu 1997 hafi raunhækkun húsnæðis á höfuðborgarsvæðinu verið 4,3 prósent sem sé vel yfir ávöxtunarkröfu lífeyrissjóða.

> Við getum ekkert farið af stað í einhver verkefni ef við erum ekki búin að kortleggja vandann áður en við leggjum af stað.
>
> Guðrún Hafsteinsdóttir, formaður Landssambands lífeyrissjóða

„Nú eru margir lífeyrissjóðir í stefnumótunarvinnu en í því felst meðal annars að taka ákvarðanir um það hvort sjóðirnir hafi áhuga á því að vera eigendur í félögum eins og Blæ en ekki bara lánveitendur. Ef sú stefnuvinna skilar þeim árangri að sjóðirnir sjái einhvern hag í því, bæði samfélagslegan en líka út frá ávöxtun,“ segir Ragnar Þór.

Guðrún segist sakna þess í umræðunni að ekki sé búið að skoða raunverulega þörf á húsnæðismarkaði áður en farið sé að ræða óljósar hugmyndir.

„Við getum ekkert farið af stað í einhver verkefni, þótt þau séu göfug, ef við erum ekki búin að kortleggja vandann áður en við leggjum af stað. Það þarf að vinna heimavinnuna mjög vel og ég geri ráð fyrir að VR sé að því. Ég vil sjá greiningu og tölfræði um hver þessi þörf sé. Við vitum hvorki fjöldann né aldursskiptinguna,“ segir Guðrún. **sighvatur@frettabladid.is**

AMERÍSKIR DAGAR

10.-20. október

Amerískt ostasnakk
Crunchy, Puff eða Flamin´Hot

verð frá **649** kr/pk

G Hughes sykurlausar
BBQ sósur

799 kr/stk

M&M – hvað er þitt uppáhald

verð frá **299** kr/pk

Cracker jack
Karamelluhúðað popp og hnetur

139 kr/pk

Moon Cheese ef þú elskar
einhvern til tunglsins

799 kr/pk

Oreo cookies ´n cream búðingur

399 kr/pk

Amerískt morgunkorn
Kíktu á úrvalið!

HAGKAUP *Meira svona alla daga*

Framlagning **kjörskráa**

Kjörskrár vegna kosningar um sameiningu sveitarfélaganna **Fljótsdalshéraðs, Borgarfjarðarhrepps, Djúpavogshrepps og Seyðisfjarðarkaupstaðar** sem haldnar verða laugardaginn 26. október 2019 skulu lagðar fram eigi síðar en **16. október 2019.**

Kjörskrár skal leggja fram á skrifstofu sveitarstjórna eða á öðrum hentugum stað sem sveitarstjórn ákveður.

Þeim sem vilja koma að athugasemdum er bent á að senda þær hlutaðeigandi sveitarstjórn.

Dómsmálaráðuneytinu 11. október 2019.

Stjórnarráð Íslands
Dómsmálaráðuneytið

Samkeppni um BSÍ-reitinn í Vatnsmýri

SKIPULAGSMÁL Haldin verður alþjóðleg hugmyndasamkeppni um nýtt skipulag á Umferðarmiðstöðvarreit. Borgarráð samþykkti á fundi sínum í fyrradag tillögu Dags B. Eggertssonar borgarstjóra um að fela skipulags- og samgönguráði að annast undirbúning og utanumhald samkeppninnar.

Markmiðið er að á reitnum rísi ný alhliða samgöngumiðstöð fyrir höfuðborgarsvæðið og landið allt auk þéttrar blandaðrar byggðar. Gert er ráð fyrir að á síðari stigum verði efnt til sérstakrar framkvæmdasamkeppni um byggingu sjálfrar samgöngumiðstöðvarinnar. Er miðstöðinni ætlað að vera ein af lykilskiptistöðvum Borgarlínu.

Markmiðið er að núverandi mannvirki á reitnum víki. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fulltrúar Sjálfstæðisflokksins í borgarráði, sem sátu hjá við afgreiðslu tillögunnar, segja í bókun að þeir hefðu viljað sjá víðtækari greiningu á fýsileika staðsetningar samgöngumiðstöðvar. Óvíst sé hvort þörf sé fyrir miðstöð af þeirri stærðargráðu sem gert sé ráð fyrir.

Í bókun fulltrúa meirihlutans segir hins vegar að staðsetningin sé framúrskarandi og feli í sér mikil tækifæri til að efla almenningssamgöngur. – **sar**

Reiðin ólgar í nemum Háskólans á Akureyri

Hundruð nemenda í sálfræði, lögreglufræði og hjúkrunarfræði munu ekki geta haldið áfram námi í HA eftir áramót. Þeim sem ekki ná svokölluðum klásus verður bannað að skipta um braut samkvæmt ákvörðun yfirstjórnar.

MENNTUN Nýnemar við Háskólann á Akureyri eru margir hverjir öskureiðir yfirstjórn skólans vegna þess gjörnings að meina þeim að skipta um námsbraut um jólin. Þetta mun hafa þau áhrif að hundruð nemenda hætta námi við skólann um jólin í lögreglufræðum, sálfræði og hjúkrunarfræði.

Eyjólfur Guðmundsson, rektor HA, sendi á miðvikudaginn bréf til starfsmanna skólans þar sem hann tilkynnti að á þeim námsbrautum þar sem fjöldatakmarkanir giltu, myndu þeir nemendur sem ekki komust áfram um áramót þurfa að hætta námi við skólann. Hér áður fyrr var hægt að færa sig yfir á aðrar námsbrautir til að halda áfram námi. Þessi nýju vinnubrögð yfirstjórnar skólans eru harðlega gagnrýnd.

Fréttablaðið náði tali af nemendum sem gætu þurft að hætta námi um jólin vegna þessa ef þeir ná ekki tilætluðum námsárangri. Nemendurnir vildu ekki koma fram undir nafni en þeir upplifðu allir að mikil reiði væri í nemendahópnum. Dæmi eru um að nemendur hafi flutt norður úr höfuðborginni og hafið nám, fengið inni á leikskóla fyrir börn sín og standi hugsanlega frammi fyrir því að vera kastað úr námi í upphafi nýs árs.

Fjöldi nema fær ekki að halda áfram námi eftir áramót. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Eyjólfur Guðmundsson, rektor HA.

„Innritunartölur haustsins fyrir skólann í heild sinn gera það að verkum að ekki er rými í rekstri skólans fyrir þann fjölda sem vill stunda nám hjá okkur og því er þessi aðgerð nauðsynleg til að tryggja áframhaldandi gæði náms við Háskólann á Akureyri,“ skrifaði rektor til starfsmanna.

Það sem nemendum finnst hvað sárast er að þeir hafa greitt innritunargjöld og verið talin trú um að þeir gætu hafið nám. Yfirstjórn skólans segir hins vegar að þetta hafi legið ljóst fyrir áður en skólastarf hófst í haust. Í innritunarbréfum til nemenda stóð orðrétt: „Þeir nemar sem komast ekki inn í starfsnám hafa tækifæri til þess að sækja um annað nám innan hug- og félagsvísindasviðs á vormisseri ef námspláss leyfir.“ Yfirstjórn telur að þetta hafi verið nægileg útskýring fyrir nýnema á að svo gæti farið að þeim yrði hent út um áramót. **sveinn@frettabladid.is**

Vinnustaðanámssjóður
Umsóknarfrestur til **19. nóvember**

Auglýst er eftir umsóknum um styrki úr Vinnustaðanámssjóði.

Sjóðurinn veitir styrki til fyrirtækja og stofnana vegna vinnustaðanáms og starfsþjálfunar sem er skilgreindur hluti af starfsnámi skv. aðalnámskrá framhaldsskóla.

Umsóknarfrestur er til 19. nóvember 2019, kl. 16:00.

Markmið sjóðsins er að hvetja fyrirtæki og stofnanir til þess að taka við nemendum sem stunda vinnustaðanám sem hluta af námi á framhaldsskólastigi og gera þeim kleift að ljúka tilskildu vinnustaðanámi.

Umsóknargögn og leiðbeiningar er að finna á
www.rannis.is/sjodir/menntun/vinnustadanamssjodur/
Umsóknum skal skilað á rafrænu formi.

Nánari upplýsingar veitir
Skúli Leifsson, sími 515 5843,
skuli.leifsson@rannis.is

rannís
www.rannis.is

HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

BÍLAÚTSALA

AKRALIND 3
S: 4162120
Opið virka daga
kl. 10:00 – 19:00
Opið laugadaga
og sunnudaga
kl. 12:00 – 16:00

Allir okkar útsölubílar eru bílaleigubílar frá Procar bílaleigu.
Léttskoðun ásamt útleiguvottorði fylgir öllum bílum.
Þetta er aðeins brot af þeim útsölubílum sem eru í boði.
Kíktu í kaffi.

CARSON BÍLASALA

Fjórhjóladrifinn og tilbúinn í hörkuna.

Þægindin eru meiri en þú hefur áður kynnst og aksturseiginleikarnir engu líkir. Fjölmörg aðstoðarkerfi eru staðalbúnaður og í mælaborðinu finnur þú 12" aðgerðaskjá með raddstýringu. Ný og framúrskarandi tækni í Touareg gera aksturinn enn betri, þægilegri og öruggari. Komdu og skoðaðu Touareg Offroad í návígi.

Veldu þinn uppáhalds Touareg á www.hekla.is/volkswagensalur

Búnaður í Offroad

- Hlífðarpanna undir vél og gírkassa
- Loftpúðafjöðrun með akstursstillingakerfi
- Snertiskjár með íslensku leiðsögukerfi
- LED aðalljós, dagljós og afturljós
- Leðurklætt aðgerðarstýri með hita
- Lyklalaust aðgengi og ræsing
- Rafdrifin og snertilaus opnun/lokun á skotthlera
- Fjarlægðatengdur hraðastillir með „Stop and-Go"
- Bakkmyndavél með bílastæðaaðstoð „Park Assist"
- Rafdrifin ergoComfort sæti með „Vienna" leðuráklæði
- Rafdrifinn mjóbaksstuðningur og minni í bílstjórasæti
- Árekstrarvörn, akreinavari og vöktun umferðaskilta
- Dráttabeisli með rafdrifinni innfellingu og bakkaðstoð „Trailer Assist"
- 18" Cascade álfelgur

Tækni

- Vél 3.0 TDI V6
- 230 hestöfl 500 Nm
- Sjálfskipting 8 gíra
- 4Motion fjórhjóladrif
- Dráttargeta 3.500 kg

FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU 5

www.volkswagen.is

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · BVA Egilsstöðum

Hlutverk sjóðsins er að stuðla að varðveislu og viðhaldi friðlýstra og friðaðra húsa og mannvirkja, sbr. reglur um úthlutun úr húsafriðunarsjóði nr. 577/2016. Veittir verða styrkir úr sjóðnum til:

- viðhalds og endurbóta á friðlýstum og friðuðum húsum og mannvirkjum, og öðrum húsum og mannvirkjum, sem hafa menningarsögulegt, vísindalegt eða listrænt gildi.
- byggingarsögulegra rannsókna, þar með talið skráningu húsa og mannvirkja, og miðlun upplýsinga um þær.
- sveitarfélaga til að vinna tillögur að verndarsvæði í byggð, í samræmi við ákvæði laga nr. 87/2015 og reglugerðar nr. 575/2016 um verndarsvæði í byggð og til verkefna innan verndarsvæða í byggð.

Umsóknir eru metnar með tilliti til varðveislugildis, t.d. vegna byggingarlistar, menningarsögu, umhverfis, upprunaleika og tæknilegs ástands ásamt gildis fyrir varðveislu byggingararfleifðarinnar.
Umsóknareyðublað og nánari upplýsingar, m.a. úthlutunarreglur, er að finna á vef Minjastofnunar Íslands, www.minjastofnun.is.
Umsóknarfrestur er til og með 1. desember 2019. Umsóknir sem berast eftir að umsóknarfresti lýkur koma ekki til álita við úthlutun styrkja.
Minjastofnun Íslands hefur eftirlit með að styrkt verkefni séu viðunandi af hendi leyst og í samræmi við innsend umsóknargögn. Bent er á leiðbeiningarit um verndarsvæði í byggð og um viðhald og endurbætur friðaðra og varðveisluverðra húsa sem finna má á vef Minjastofnunar Íslands (undir Gagnasafn). Í Húsverndarstofu í Árbæjarsafni er veitt endurgjaldslaus ráðgjöf um gerð styrkumsókna og viðhald og viðgerðir á gömlum húsum.

Minjastofnun Íslands
Suðurgötu 39,101 Reykjavík
Sími: 570 1300
www.minjastofnun.is
husafridunarsjodur@minjastofnun.is

TÆKNI

Tölvuleikir keyra 5G

Microsoft, Sony, Apple og Amazon eru á leið á leikjastreymismarkaðinn. Allra augu eru þó á Google Stadia en óvíst er hvenær hún verður opnuð á Íslandi.

Stadia er ekki tölva, það eina sem þú kaupir er fjarstýring. NORDICPHOTOS/GETTY

TÆKNI „Sögulega séð voru tölvuleikir spilaðir á þar til gerð tæki. Þannig var það líka með tónlist og myndbönd – núna hlustar þú og horfir hvar sem er. Nú er komið að tölvuleikjum. Í snjallsímum keyrði tónlist áfram 3G, myndbönd 4G – nú munu tölvuleikir keyra áfram 5G,“ segir Kareem Choudhry, yfirmaður skýjaleikja hjá Xbox, í samtali við Wired.

Microsoft í samstarfi við keppinautinn Sony er nú að undirbúa að setja í loftið leikjastreymisveituna xCloud. Apple var á undan með Apple Arcade. Einnig er Amazon að skoða eitthvað svipað. Allt þetta er þó vegna yfirvofandi innkomu Google í tölvuleikjaheiminn.

Google Stadia fer í loftið eftir mánuð í Bandaríkjunum og víða í Evrópu, þar á meðal á Norðurlöndunum að Íslandi undanskildu. Í stað leikjatölvu verður seld fjarstýring sem hægt er að nota við sjónvarpið eða tölvuna. Rukkað er fyrir startgjald, sem er í Danmörku um 11 þúsund krónur, og síðan mánaðargjald fyrir þjónustuna, rúmar 1.200 krónur.

Hugmyndin er að í gegnum Stadia verði hægt að kaupa leik og spila hann í nánast hvaða tölvu, snjallsíma eða snjallsjónvarpi sem er. Og þegar farið er í ferðalag eða strætó verði svo hægt að halda áfram með leikinn í snjallsímanum.

Verður þá notast við stór og öflug gagnaver til að keyra leikinn í betri gæðum en PlayStation 4 og Xbox One. Vandamálið sem svona streymisveitur glíma við er að koma í veg fyrir hökt, slíkt má ekki vera til staðar. Til þess þarf 5G-farsímatenginu.

Viðmælendur Fréttablaðsins sem hafa fylgst með þróuninni undanfarin ár segja mikla óvissu um hvort þetta muni ganga upp. Stadia fer í loftið með um 30 leiki, þar á meðal kunnuglega titla. Það þarf þó meira til, helst ofurvinsælan leik sem er aðeins hægt að spila í Stadia. PlayStation 5 er væntanleg á næsta ári en ef svo fer að Stadia slái í gegn þá sé mögulegt að það verði engin PlayStation 6. Ef einhver getur látið gerast þá sé það Google.

Ísland er ekki á listanum yfir lönd sem Stadia opnar á í nóvember en þó eru til leiðir til að komast fram hjá landamæratakmörkunum þegar kemur að netinu. Google mun opna á fleiri lönd á næsta ári en ekki er ljóst hvort Ísland verður þar á meðal og þá hvenær. **arib@frettabladid.is**

RAFMAGNIÐ ER KOMIÐ
Í RANGE ROVER

www.landrover.is

LAND ROVER
ABOVE & BEYOND

Range Rover Sport HSE PHEV
Verð frá: 13.690.000 kr.

Range Rover Sport HSE P400e tengitvinnbíll setur ný viðmið. Einstök hönnun, framúrskarandi aksturseiginleikar og 404 hestöfl gera þennan sportlega lúxusjeppa að hagkvæmum og umhverfisvænum kosti.

Verið velkomin í reynsluakstur!

LAND ROVER HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK, SÍMI: 525 6500

OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

TM
„Þetta er of einfalt til þess að fresta þessu."
NÝIR TÍMAR Í TRYGGINGUM
Þú getur gengið frá tryggingunum á vefnum með rafrænum ráðgjafa okkar á fljótlegan og öruggan hátt. Engin símtöl, engin bið.
SJÁÐU ÞITT VERÐ Á TM.IS

ORKUSTOFNUN

Tækifæri og áskoranir við uppbyggingu smávirkjana á Íslandi
Ráðstefna á Grand Hótel 17. október 2019

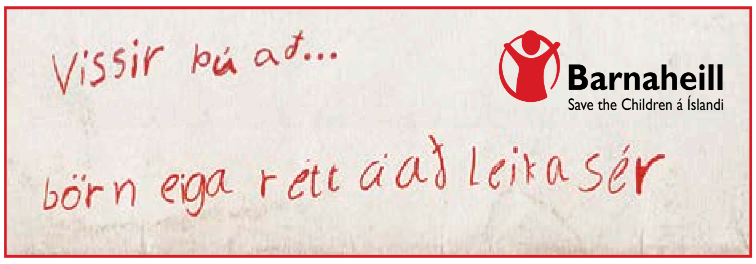
Orkustofnun efnir til ráðstefnu um tækifæri og áskoranir við uppbyggingu smávirkjana á Íslandi. Fjallað verður um umhverfismat, tengingar smávirkjana við dreifikerfið, fjármögnun og fleiri atriði er varðar smávirkjanir. Einnig verða sagðar reynslusögur af uppbyggingu smávirkjana bæði á Íslandi og í Noregi. Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, ráðherra mun ávarpa ráðstefnuna.

08:00 **Skráning og morgunverður**
08:30 **Setning ráðstefnu** - Guðni A. Jóhannesson, orkumálastjóri
08:40 **Ávarp ráðherra ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunar** - Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir
08:50 **Öryggisstjórnkerfi virkjana** - Óskar Frank Guðmundsson, sérfræðingur hjá Mannvirkjastofnun
09:10 **Umhverfismat fyrir smærri virkjanir** - Jakob Gunnarsson, sviðsstjóri hjá Skipulagsstofnun
09:30 **Smávirkjanir og dreifikerfið** - Kjartan Rolf Árnason, deildarstjóri tæknisviðs hjá RARIK
09:50 **Kaffihlé**
10:10 **Smávirkjanir og flutningskerfið** - Sverrir Jan Norðfjörð, framkvæmdastjóri þróunar- og tæknisviðs
10:30 **Fjármögnun smávirkjana** - Aðalsteinn Þorsteinsson, forstjóri Byggðastofnunar
10:50 **Smávirkjanir í Noregi** - Knut Olav Tveit, Daglig leder, Småkraftforeningen
11:10 **Hafa orkufyrirtækin áhuga á að kaupa orku frá smávirkjunum** - Friðrik Friðriksson, framkvæmdastjóri framleiðslu og sölu hjá HS Orku
11:30 **Virkjanasaga Húsafells** - Arnar Bergþórsson, stjórnarformaður Arnarlækjar
11:50 **Samantekt og fundi slitið**

Fundarstjóri Erla Björk Þorgeirsdóttir verkefnisstjóri hjá Orkustofnun

Skráning á fundinn og útsending frá fundinum er á os.is

Orkustofnun - Grensásvegi 9 - 108 Reykjavík - Sími 569-6000 - www.os.is



Tyrkir njóta stuðnings Sýrlenska stjórnarhersins í árásum sínum á á Kúrda í Norður-Sýrlandi. NORDICPHOTOS/GETTY

Sannkristnir leiðtogar óánægðir með Trump

Átökin harðna í Rojava, héraði Kúrda í Sýrlandi. Tvær landamæraborgir hafa verið umkringdar og spítala hefur verið lokað. Í Bandaríkjunum eru sannkristnir leiðtogar vonsviknir með ákvörðun Trumps um að yfirgefa svæðið.

SÝRLAND Tugþúsundir Kúrda hafa flúið landamæraborgir og -bæi eftir að innrás Tyrkja inn í sjálfstjórnarhéraðið Rojava í Sýrlandi hófst á miðvikudag. Um 100 Kúrdar, karlar, konur og börn, héldu hins vegar norður að landamærunum. „Við ætlum að mótmæla innrás Tyrkja,“ sagði kona með ungbarn sem mætti blaðamönnum CNN nálægt borginni Tal Abyad. Enn þá rignir sprengjum yfir borgina og eina spítalanum hefur verið lokað.

Í borginni Qamishli, í austurhluta Rojava þar sem ISIS-liðar eru vistaðir í fangabúðum, hafa íbúar einnig flúið undan sprengjuregninu. Svik Bandaríkjamanna lágu þungt á Hussein Rammo, sem ræddi við The Guardian. „Ég er 63 ára og hef aldrei séð neitt þessu líkt. Áður fyrr vorum við með ógnarstjórn en nú erum við svikin, sem er verra,“ sagði hann.

Herir Tyrkja hafa nú að mestu náð að umkringja borgirnar Tal Abyad og Ras al-Ain, á miðjum landamærunum. Yfirvöld í Tyrklandi segja að hernaðurinn gangi samkvæmt áætlun en Kúrdar halda því fram að þeir hafi náð að hægja á innrásinni.

Í Bandaríkjunum er ákvörðun Trumps um að draga herlið frá svæðinu og gefa Tyrkjum færi á innrás farin að hafa áhrif. Trump á í vök að verjast gegn fulltrúadeild þingsins og kurr er innan hersins vegna ákvörðunarinnar. Ofan á þetta bætist óánægja sannkristinna íhaldsmanna, sem hingað til hafa verið dyggustu stuðningsmenn forsetans.

Rojava hefur hingað til verið athvarf fyrir kristið fólk, Kúrda og aðra. Veraldleg gildi eru þar í hávegum höfð og trúarlegar öfgar ekki liðnar. „Innrás Tyrkja í norðausturhluta Sýrlands er mikil ógn við bæði Kúrda og kristna og grefur undan voninni um trúfrelsi í Miðausturlöndum,“ sagði kirkjuleiðtoginn Tony Perkins, sem er jafnframt einn af ráðgjöfum Trumps.

Fleiri sannkristnir Bandaríkjamenn hafa tekið í sama streng, þar á meðal Pat Robertson, stofnandi kristilegu sjónvarpsstöðvarinnar CBN. 26 prósent bandarískra kjósenda eru sannkristnir og 81 prósent þeirra kaus Trump í forsetakosningunum árið 2016. Óttast er að ISIS-liðar sleppi úr varðhaldi Kúrda og geri usla. Alls sitja 12 þúsund ISIS-liðar í 7 fangabúðum í Rojava.

Á meðan hafa bandarísk stjórnvöld lagt línurnar fyrir Tyrki. Ef þjóðernishreinsanir eða fjöldamorð á óbreyttum borgurum eiga sér stað í Rojava, verða Tyrkir beittir efnahagsþvingunum.

kristinnhaukur@frettabladid.is

Gestir skemmtu sér vel á opnun sælgætissafnsins Candytopia í Scottsdale í Arizona-fylki í gær. Hér má sjá nokkra gesti dýfa sér í mjúkt sykurpúðabað.

Umhverfissinnar grafa höfuðið í sandinn á Manly-ströndinni við Sydney í Ástralíu til að líkja eftir viðhorfum til umhverfismála og loftslagsvandans. Viðburðurinn var hluti af átaki hópsins Extinction Rebellion sem fer fram í 60 borgum um allan heim og á að vekja ríkisstjórnir heimsins til vitundar um loftslagsvána. NORDICPHOTOS/GETTY

Hin síunga drottning Bretlands, Elísabet II, heimsótti fjölskyldur hermanna í Lundúnum í gær en Haig-sjóðurinn hefur kostað byggingu íbúða í borginni fyrir hermenn og fyrrverandi hermenn að búa í með fjölskyldum sínum.

Rokkgoðið Alice Cooper er ekki dauður úr öllum æðum þótt hann sé kominn á áttræðisaldurinn. Cooper, sem gaf út plötuna Breadcrumbs á þessu ári, tróð upp í O2-höllinni í Lundúnum í gær og var flottur í tauinu sem fyrr.

Nemendur Jólasveinaskólans í Midland í Michigan-fylki hlýða á fyrirlestur um atvinnuleysistölur í greininni. Skólinn er sá elsti sinnar tegundar í heiminum, stofnaður árið 1937 af Charles W. Howard sem starfaði sem jólasveinn í 30 ár.

Kringlan
Allskonar nýjasta nýtt
KRINGLUKAST
9.-14. OKTÓBER
20–50%
AFSLÁTTUR
Miðvikudag til mánudags
OPIÐ: LAUGARDAG 10–18 | SUNNUDAG 13–18 | KRINGLAN.IS
KONTOR REYKJAVÍK

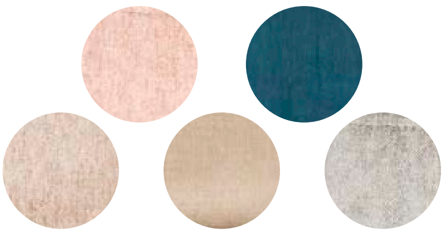
KIRUNA
U-sófi. Hægri tunga. Dökkgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 301 × 200 × 78 cm

177.411 kr. ~~219.990 kr.~~

RIA
Tungusófi í retro-útliti í sléttflaueli í bleikum tóni eða dökkgráu áklæði. Mjúk bólstrun í baki og hliðum eykur þægindi og gefur sérstakt útlit. Sófarnir hafa svarta viðarfætur. Stærð: 222 x 148 x 78 cm

129.024 kr. ~~159.990 kr.~~

SUN
Vandaður, fagur og tímalaus 2,5 eða 3ja sæta sófi frá Furninova. Hann fæst í fimm litum, dökkbláum, bleikum, steingráum og tveimur ljósum litum. Slitsterkt Azure áklæði. 17 cm dökkir járnfætur. Í pullum er þéttur, kaldpressaður svampur sem dúar mátulega og yfir honum mjúk trefjafylling. Einnig fáanlegur stóll.



2,5 sæta: 179 × 78 × 93 cm
129.024 kr. ~~159.990 kr.~~

3ja sæta: 199 × 78 × 93 cm
145.153 kr. ~~179.990 kr.~~

MAX
Stílhreinn og þægilegur u-sófi, nettur en rúmar vel 4-6. Endingargott, grátt áklæði úr sterkri pólýesterblöndu. Þykkir, svartir viðarfætur. Hægri eða vinstri tunga. Stærð: 286 x 200 x 87 cm

129.024 kr. ~~159.990 kr.~~

KIBO
Vandaður, tímalaus og einstaklega þægilegur tungusófi frá Furninova. Grátt áklæði. Hægri eða vinstri tunga.
Stærð 287 x 146 x 82 cm

298.379 kr. ~~369.990 kr.~~

BALLINASLOE
Skemmtilegur hornsófi með hægri eða vinstri tungu. Grátt slitsterkt áklæði. Einnig fáanlegt skammel.

Sófi stærð: 363 x 234 x 99 cm
241.927 kr. ~~299.990 kr.~~

Skammel: 100 x 100 x 48 cm
56.444 kr. ~~69.990 kr.~~

LARKINHURST
Fallegir 2ja og 3ja sæta sófar í ekta amerískum stíl. Úr jarðarlitu, þykku efni, bólstraðir armar og útskornir fætur. Skrautpúðar fylgja.

2ja sæta: 168 x 99 x 96 cm
145.153 kr. ~~179.990 kr.~~

3ja sæta: 226 x 99 x 96 cm
153.218 kr. ~~189.990 kr.~~

BERGAMO
Vandaðir og þægilegir 2ja og 3ja sæta sófar og hægindastóll. Dökkgrátt, ekta leður allan hringinn. Þétt og þægileg bólstrun og bólstraðir áfastir armpúðar.

2ja sæta: 165 x 98 x 91 cm
225.798 kr. ~~279.990 kr.~~

3ja sæta: 224 x 98 x 91 cm
290.315 kr. ~~359.990 kr.~~

Stóll: 106 x 98 x 91 cm
161.282 kr. ~~199.990 kr.~~

SÓFAR
TAXFREE

Allir sófar á taxfree tilboði*

CLEVELAND
Hornsófi með tungu. Hægri eða vinstri tunga. Dökk- eða ljósgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 308 × 140/203 × 81 cm

145.153 kr. ~~179.990 kr.~~

Aukahlutur á mynd:
Hnakkapúði, seldur sér.

CLEVELAND
Tungusófi. Hægri eða vinstri tunga. Ljóst eða dökkgrátt slitsterkt áklæði. Stærð: 231 x 140 x 81 cm

92.734 kr. ~~114.990 kr.~~

EASY
Rúmgóður og þéttur tungusófi í dökkgráu slitgóðu áklæði. Ljósir viðarfætur. Tungan er færanleg og getur verið beggja vegna. Stærð: 233 x 147 x 86 cm

145.153 kr. ~~179.990 kr.~~

Þú finnur nýja bæklinginn okkar á husgagnahollin.is

SEDUCE
3ja sæta sófi og skammel í grágrænu sléttflaueli. Svartir fætur.

Sófi: 229 x 83 x 78,5 cm
241.927 kr. ~~299.990 kr.~~

Skammel: 80 x 53 x 39,5 cm
72.573 kr. ~~89.990 kr.~~

* **Taxfree tilboðið gildir af öllum sófum og jafngildir 19,35% afslætti.**

Gildir ekki ofan á önnur tilboð eða af sérpöntunum.
Að sjálfsögðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði.
Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.

HÚSGAGNA
HÖLLIN

Vindar vonar blása sterkar í Afríku

Abiy Ahmed, 43 ára forsætisráðherra Eþíópíu, hlýtur friðarverðlaun Nóbels í ár. Hrósað fyrir að binda enda á tveggja áratuga átök milli lands síns og Erítreu.

Abiy Ahmed Ali, forsætisráðherra Eþíópíu, hlýtur hin virtu friðarverðlaun Nóbels í ár. Hann er 43 ára gamall af þjóðflokki Orómóa og þykir hafa unnið ótrúleg afrek í þágu friðar við erfiðar aðstæður. NORDICPHOTOS/GETTY

NÓBELSVERÐLAUN Abiy Ahmed, forsætisráðherra Eþíópíu, hlýtur hin virtu Nóbelsverðlaun í ár fyrir að stuðla að aukinni alþjóðlegri samvinnu og friði og að binda enda á 20 ára hernaðarátök milli Eþíópíu og nágrannalandsins Erítreu. Norska Nóbelsnefndin tilkynnti þetta í gær.

Nóbelsnefndin hrósaði viðleitni Abiy til að ná friði og alþjóðlegu samstarfi, og þá sérstaklega fyrir afgerandi frumkvæði hans til að leysa landamærastríðin við Erítreu. „Norska Nóbelsnefndin telur að viðleitni Abiy Ahmed eigi skilið viðurkenningu og þurfi hvatningu,“ sagði Berit Reiss-Andersen formaður nefndarinnar.

Abiy Ahmed Ali er 43 ára gamall af þjóðflokki Orómóa sem eru um 40 prósent Eþíópíumanna. Sem barn fékk hann nafnið Abiyot sem þýðir „bylting“. Hann nam tölvuverkfræði og lauk árið 2017 doktorsprófi frá Háskólanum í Addis Ababa í friðar- og öryggisfræðum.

Abiy tók við embætti forsætisráðherra í apríl á síðasta ári. Í ríkinu hefur verið einræði síðustu 25 árin og töluverð félagsleg ólga almennings. Hann lofaði í upphafi miklum umbótum sem ætlað var að koma á friði heima og erlendis.

Eþíópía náði í fyrra sögulegum friðarsamningi við nágrannalandið Erítreu en ríkin höfðu verið í hernaðarlegri pattstöðu í nærri tvo áratugi frá mannskæðu landamærastríði á árunum 1998 til 2000. Miklar væntingar eru um að samkomulagið, sem ber yfirskriftina „sameiginleg yfirlýsing um frið og vináttu“, dragi úr straumi flóttafólks frá löndunum til annarra ríkja Afríku og Evrópu.

Unnur Orradóttir Ramette, sem hefur aðsetur í Kampala í Úganda, er sendiherra Íslands í Eþíópíu. Hún segir að forsætisráðherrann sé vel að þessu kominn. „Hann hefur unnið ótrúleg afrek við erfiðar aðstæður. Hann hefur tekið djarfar ákvarðanir, sleppt tugum þúsunda pólitískra fanga úr haldi og heimilað endurkomu uppreisnarmanna sem tilheyra mismunandi þjóðernisbrotum. Það hefur ekki verið hættulaus vegferð,“ segir Unnur. „Stjórnvöld eru heldur ekkert að reyna að breiða yfir staðreyndir og upplýsa um fjölda látinna í skæruárásum. Þetta er lítið dæmi um atriði sem hefði verið óhugsandi áður.“

Unnur segir að mikið umrót hafi verið í Eþíópíu. Abiy hafi farið af stað með áætlun um pólitíska og efnahagslega endurreisn landsins sem felur meðal annars í sér einkavæðingu ríkisstofnana. Það sé gríðarstórt verkefni enda er landið tæplega búið undir slíkt að neinu leyti.

Síðan þá hafi að minnst kosti 1.200 manns fallið í átökum og 1,2 milljónir manna séu á flótta innanlands. „Það er þó ekkert nýtt að átök geisi á milli ólíkra hópa í þessu ríflega 100 milljóna manna landi. En í ljósi sögunnar, þá finnst sumum hann vera veikur leiðtogi, að hann ráði ekki við aðstæður og muni ekki sitja mikið lengur. Aðferðir hans eru gjörólíkar því sem fólk á að venjast.“

Magnús Ásbjörnsson, einn stofnenda Reykjavík Geothermal sem hefur þróað jarðhitaverkefni í Eþíópíu síðastliðin níu ár, þekkir vel til í landinu. Hann segir að fyrir utan það risaskref að skrifa undir friðarsamning við Erítreu hafi Abiy byrjað stjórnartíð sína á því að sleppa öllum pólitískum föngum í landinu, bjóða stjórnarandstæðingum sem höfðu verið í útlegð erlendis aftur til Eþíópíu, auðveldað þeim að setja upp fjölmiðla, og skipað fulltrúa þeirra í stöður æðstu yfirmanna hæstaréttar og hvatt til lýðræðislegra kosninga í landinu.

Magnús segir að áhrif Abiy megi finna á fleiri sviðum, til dæmis í jafnréttis- og umhverfismálum. Helmingur af ríkisstjórn hans er skipaður konum, og hann beitti sér fyrir því að kona yrði kjörin forseti landsins. Þá hafi hann líka beitt sér í umhverfismálum.

Áætlað er að Abiy taki formlega við friðarverðlaununum í Ósló þann 10. desember. **david@frettabladid.is**

FRÉTTABLAÐIÐ
Meira á frettabladid.is

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L

Íslensk raforka – ávinningur og samkeppnishæfni

Miðvikudaginn 16. október kl. 8.30–10.00 í Hörpu

Samtök iðnaðarins efna til opins fundar um íslenska raforkumarkaðinn miðvikudaginn 16. október í Hörpu kl. 8.30–10.00. Horft verður til þjóðhagslegs ávinnings af raforkuframleiðslu á Íslandi og mikilvægi þess að efla samkeppnishæfnina. Orkumál eru hluti af atvinnustefnu fyrir Ísland og verður á fundinum farið yfir uppbyggingu raforkumarkaðarins að undanförnu, samanburð við nágrannaríki og skoðað hvernig bæta megi rekstrarskilyrði í raforkumálum einstakra atvinnugreina.

Guðrún Hafsteinsdóttir
formaður SI

Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir
ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra

Ole Løfsnæs
sérfræðingur í raforkumálum hjá Norsk Industri

Guðni A. Jóhannesson
orkumálastjóri

Sigurður Hannesson
framkvæmdastjóri SI

Jóhannes Felixson
bakarameistari og eigandi Jóa Fel

Ingólfur Bender
aðalhagfræðingur SI

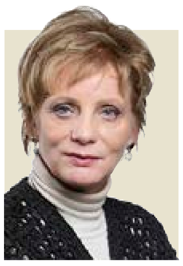
Sigríður Mogensen
sviðsstjóri hugverkasviðs SI

Boðið verður upp á léttan morgunverð frá kl. 8.00

Skráning á www.si.is

25 ára 1994 2019
SI Samtök iðnaðarins

Afneitun



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Umhverfisstofnun birti nýlega yfirlýsingu á vef sínum þar sem áréttað var að loftslagsbreytingar væru staðreynd og að áhrifin yrðu alvarleg yrði ekki gripið í taumana. Stofnun eins og þessi ætti ekki að þurfa að senda frá sér slíka yfirlýsingu. Við lifum í upplýstu þjóðfélagi þar sem tekið er mark á niðurstöðum vísindamanna um loftslagsmál. Við erum ekki þjóð sem afneitar þeim vegna þess að þær þykja óþægilegar og raska þeirri heimsmynd sem við viljum búa við. Eða hvað?

Fyrrnefnd yfirlýsing er áminning um að í okkar litla þjóðfélagi hefur hreiðrað um sig hópur afneitunarsinna í loftslagsmálum. Þeir grípa öll hálmstrá til að geta haldið málflutningi sínum á lofti. Sumir í þessum hópi gera það af því að fyrir einhverjum árum ákváðu þeir að tal um loftslagsbreytingar af mannavöldum væri eitt af þeim vitlausu málum sem vinstri menn og þeirra nótar hefðu tekið upp á sína arma. Þessi hópur manna kann illa við að hafa rangt fyrir sér og finnst niðurlægjandi að viðurkenna að skoðun þeirra hafi verið kolröng. Einhverjir klóra í bakkann og segja eitthvað á þessa leið: „Við sögðum aldrei að loftslagsbreytingar væru ekki af mannavöldum. Við vorum allan tímann að vara við öfgum í umræðunni.“ Ekki sjá þeir ástæðu til að nefna hvaða öfgum þeir hafi allan tímann verið að mótmæla. Staðreyndin er sú að þeir vilja ekki lengur muna hvað þeir sögðu og vonast til að aðrir muni það ekki orðrétt. Í þeirra huga skiptir öllu að bjarga egóinu. Þeir höfðu rangt fyrir sér, héldu áfram að hafa rangt fyrir sér og hafa enn rangt fyrir sér.

Þessum hópi manna hefur örugglega hlýnað verulega um hjartarætur þegar um 500 manns, að stórum hluta verkfræðingar, hagfræðingar og viðskiptamenn, settu nýlega nafn sitt við alþjóðlega yfirlýsingu til Sameinuðu þjóðanna og Evrópusambandsins þar sem grundvallaratriðum í loftslagsvísindum er hafnað. Þarna átti að vera enn ein sönnun þess að vísindamenn væru ósammála um að loftslagsbreytingar væru af mannavöldum. Litlu skipti þótt þeir sem lagt höfðu nafn sitt við þetta plagg hefðu enga sérþekkingu á loftslagsvísindum. Öllum afneitunarsinnum er tekið fagnandi og slengt á þá vísindastimpli ef það hentar málstaðnum.

> **Þeir höfðu rangt fyrir sér, héldu áfram að hafa rangt fyrir sér og hafa enn rangt fyrir sér.**

Langflestir gera sér grein fyrir hættunni sem mannkynið hefur kallað yfir sig með kæruleysislegri umgengni um jörðina. Á þessa vá verður ekki nægilega oft minnst. Það er því fagnaðarefni hversu mikla athygli bók Andra Snæs Magnasonar, Um tímann og vatnið, hefur vakið. Hann naut ráðgjafar færustu vísindamanna í verki sem ber með sér að höfundurinn hefur lagt í það alla sína krafta og hugvit. Útkoman er bæði glæsileg og sannfærandi. Afneitunarsinnar fá örugglega óbragð í munninn þegar minnst er á þessa bók, en aðrir hljóta að fagna því að þjóðin á framsýnan rithöfund sem hikar hvergi við að minna á að við getum ekki lengur setið með hendur í skauti og vonað að hlutir lagist. Við þurfum að bregðast við.

Gunnar

FLOREALIS

Haltu þínu striki!

Harpatinum er eina viðurkennda jurtalyfið á Íslandi til að draga úr gigtarverkjum

Notkun: 2 hylki tvisvar á dag við vægum gigtarverkjum. Notist ekki ef ofnæmi fyrir jarðhnetum eða soja, eða sár í maga eða þörmum er þekkt. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.florealis.is og www.serlyfjaskra.is.

Fæst án lyfseðils í næsta apóteki www.florealis.is

Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir

Klósettröðin

Þótt ég sé búsett í Bretlandi og Brexit vofi yfir hef ég ekki gripið til nokkurra varúðarráðstafana.

Fari svo að Bretland hverfi samningslaust úr Evrópusambandinu 31. október næstkomandi er spáð bæði matvæla- og lyfjaskorti í landinu. Ég á vini sem fyllt hafa skápana af niðursuðudósum, frönsku víni og aspiríni. Sjálf hef ég í heiðri séríslenska hefð: Þetta reddast. Og ef þetta reddast ekki kennir neyðin naktri konu að spinna. Því neyðin er móðir nýrra uppfinninga, eins og máltækið hljómar í meðförum Engilsaxa.

Það var hins vegar fyrst í vikunni sem leið að mér hætti að standa á sama um yfirvofandi vöntun. Nýjustu fréttir herma að náist ekki samningar með Bretum og Evrópusambandinu stefni í alvarlegan skort á klósettpappír í Bretlandi. Þótt neyðin kenni naktri konu að spinna er teppa í flæði klósettpappírs við bresk landamæri ekki þröng sem undirrituð kona kærir sig um að ráða fram úr með úrræðasemi.

Ég er langt frá því að vera sú fyrsta sem mætir nýsköpun inni á salerni með tregðu. Þótt fyrstu vatnsklósettin sem vitað er um séu frá um 2800 fyrir Krist, en leifar þeirra fundust í Indusdalnum þar sem nú er Pakistan, náðu þau seint almennri útbreiðslu. Á 16. öld efaðist fólk enn um vatnsklósettið þegar guðsonur Elísabetar I Englandsdrottningar hannaði vatnssalerni og gaf henni. Sagan segir að drottningin hafi verið ófús til að nota uppfinninguna því hún kunni illa við lætin sem heyrðust þegar hún sturtaði niður; drottningin vildi ekki að öll hirðin vissi af því í hvert skipti sem hún tefldi við páfann.

Af nýlegum fréttum að dæma á þessi tortryggni í garð nýjunga á náðhúsum fullan rétt á sér.

Að pissa eða ekki pissa

Eitt stærsta deilumál í Bretlandi undanfarnar vikur – fyrir utan Brexit – eru ný klósett í The Old Vic leikhúsinu í London. Að pissa eða ekki pissa – þarna er efinn. Konur sem sækja bresk leikhús kvarta gjarnan undan því að þurfa að eyða öllu hléinu í biðröð á klósettið. Hlé í leikhúsum eru 20 mínútur. Samkvæmt rannsókn þyrfti hléið að vera að meðaltali 57 mínútur til að allar konur í salnum ættu að geta létt á sér.

Á síðasta ári stóð The Old Vic fyrir fjársöfnun svo tvöfalda mætti fjölda kvennaklósetta í leikhúsinu. Klósettin eru tilbúin. Konur eru þó síður en svo sáttar. Þótt klósettin séu nú 44 í stað 22 áður er fjöldi kvennaklósetta 0. Öll nýju klósett leikhússins eru ókyngreind en þau eru merkt eftir því hvort inni á þeim er að finna setklósett eða pissuskál. Gagnrýnendur benda á að enn á ný beri konur skertan hlut frá borði því nú geti karlar notað öll 26 setklósettin og pissuskálarnar 18 en konur geti aðeins notað setklósettin. Fyrirkomulagið lengi biðtíma hjá konum en stytti hann hjá körlum.

Forsvarsmenn The Old Vic hefðu átt að vita betur. Ekki er langt síðan klósett menningarhússins The Barbican gerðu allt brjálað á Twitter. Í apríl 2017 fór breska fréttakonan Samira Ahmed í bíó. Í hléi rauk hún fram til að ná plássi framarlega í klósettröðinni. Biðröðin var hins vegar mun lengri en venjulega. Skýringin blasti við Ahmed þegar röðin kom loks að henni. Kvennaklósettin voru full af körlum. Klósettmerkingum hafði verið breytt úr karla- eða kvennaklósett í „ókyngreind með klósettbásum“ og „ókyngreind með pissuskálum“. Karlar gátu nú farið á öll klósettin en konur aðeins á helming þeirra.

Reglulegt flæði

Brexit-teppan og klósettstíflan eiga eitt sameiginlegt. Lausnin blasir við. Samningur við Evrópusambandið um útgöngu Breta úr sambandinu tryggði reglulegt flæði klósettpappírs og annarra nauðsynja. Ef pissuskálum karla yrði breytt í setklósett yrðu salernin í The Old Vic ekki aðeins ókyngreind í orði heldur líka á borði. Stundum þarf bara að gyrða sig í brók.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir FRAMKVÆMDASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðarsdóttir RITSTJÓRAR: Davíð Stefánsson david@frettabladid.is, Ólöf Skaftadóttir olof@frettabladid.is, MARKAÐURINN: Hörður Ægisson hordur@frettabladid.is FRÉTTABLAÐIÐ.IS: Sunna Karen Sigurþórsdóttir sunnak@frettabladid.is.
Fréttablaðið kemur út í 85.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000, ritstjorn@frettabladid.is HELGARBLAÐ: Kristjana Björg Guðbrandsdóttir kristjanabjorg@frettabladid.is MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir kolbrunb@frettabladid.is LJÓSMYNDIR: Anton Brink anton@frettabladid.is FRAMLEIÐSLUSTJÓRI: Sæmundur Freyr Árnason sfa@frettabladid.is

Þér er boðið í afmæli!

Samtök atvinnulífsins
1999-2019

Eyjólfur Árni Rafnsson | Katrín Jakobsdóttir | Ásdís Kristjánsdóttir | Halldór Benjamín Þorbergsson

ÁVÖRP
Eyjólfur Árni Rafnsson, formaður Samtaka atvinnulífsins
Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra

1999-2019: HVAÐ SVO?
Ásdís Kristjánsdóttir, forstöðumaður efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins
Halldór Benjamín Þorbergsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins

VATNASKIL Á VINNUMARKAÐI
Svipmynd af sögulegri sátt.

FRÁ ÞJÓÐARSÁTT TIL LÍFSKJARASAMNINGS
Gestir ársfundarins fá eintak af nýrri bók Guðmundar Magnússonar þar sem rakin er viðburðarík saga vinnumarkaðar og efnahagslífs síðustu tveggja áratuga.

Sjáumst á ársfundi atvinnulífsins 2019, fögnum og tölum saman!

Skráning á sa.is

SA

Ari Freyr horfir örvæntingarfullum augum á ítalska dómarann Gianluca Rocchi stuttu eftir að hann braut á Antoine Griezmann innan vítateigs Íslands í gærkvöld. NORDICPHOTOS/GETTY

Dýrkeypt mistök urðu Íslandi að falli

Strákarnir okkar léku vel en það dugði ekki til gegn hinu ógnarsterka liði Frakka á Laugardalsvelli í gær. Mistök eftir fast leikatriði gáfu Frökkunum víti sem dugði þeim. Örlög Íslands eru ekki lengur í höndum Strákanna okkar þegar þrír leikir eru eftir.

FÓTBOLTI Ein augnabliksmistök íslenska liðsins urðu Strákunum okkar að falli í 0-1 tapi fyrir ríkjandi heimsmeisturum Frakka í undankeppni Evrópumótsins 2020 í gær. Olivier Giroud skoraði eina mark leiksins af vítapunktinum eftir að slakur dómari leiksins dæmdi vítaspyrnu á Ara Frey Skúlason fyrir brot á Antoine Griezmann. Gegn liði á borð við franska landsliðið má ekki gera nein mistök og nýtti það sér einu mistök Íslands í gær. Heilt yfir gekk íslenska liðinu vel að loka á franska liðið framan af en leikurinn opnaðist þegar Ísland færðist framar á völlinn án þess að annað mark kæmi í leikinn. Þetta var fyrsta tap Íslands á heimavelli í undankeppni EM eða HM í sex ár eða síðan Slóvenar unnu 4-2 sigur árið 2013.

Eftir leiki gærdagsins er Ísland sex stigum á eftir Tyrklandi og Frakklandi á toppi riðilsins og því ekki lengur með örlögin í eigin höndum. Í næstu umferð riðlakeppninnar mætast toppliðin tvö, Frakkland og Tyrkland, í Frakklandi þar sem Ísland þarf að treysta á franskan sigur. Takist Frökkum að sigra Tyrkina dugar Íslandi að vinna síðustu þrjá leikina gegn Andorra heima og Tyrklandi og Moldóvu úti til að tryggja sér þátttökurétt næsta sumar. Annars þarf Ísland líklegast að fara leiðina í gegnum umspilið.

Sissoko átti öflugan leik inni á miðju franska liðsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Erik Hamrén tók ákveðna áhættu og tefldi fram Guðlaugi Victori Pálssyni í stöðu hægri bakvarðar og leysti Guðlaugur Victor verkefnið vel eftir smá hökt framan af leik. Um leið varð Guðlaugur Victor fjórði leikmaðurinn sem byrjar keppnisleik sem hægri bakvörður á því eina ári sem Hamrén hefur stýrt liðinu. Annað var eins og búist var við, Gylfi Þór Sigurðsson fremstur á miðjunni fyrir aftan Kolbein Sigþórsson.

Íslenska liðið átti fína sókn á fyrstu mínútum leiksins en Frakkarnir tóku strax stjórn á leiknum eftir það. Íslenska liðið komst lítt áleiðis í sóknaraðgerðum sínum en lék vörnina með prýði og kom í veg fyrir að hið geysisterka lið Frakka næði að ógna marki Íslands.

» **Þetta var fyrsta tap Íslands á heimavelli í undankeppni EM eða HM í sex ár eða síðan Slóvenar unnu Íslendinga 4-2 árið 2013.**

Ísland varð fyrir áfalli snemma leiks þegar Jóhann Berg Guðmundsson þurfti að koma af velli í 75. landsleik sínum og leysti Jón Daði Böðvarsson hann af hólmi. Íslenska liðið hélt sama skipulagi og fékk fyrsta alvöru færi leiksins þegar boltinn féll fyrir fætur Jóns Daða en skot hans fór af varnarmanni í hendur Steve Mandanda.

Það var ekki fyrr en á lokasekúndum fyrri hálfleiks sem Frökkunum tókst að finna glufur á varnarleik Íslands. Fyrst fékk Antoine Griezmann gott færi við vítateigslínuna sem Hannes Þór Halldórsson varði og mínútu síðar komst Kingsley Coman í gott færi en setti boltann í hliðarnetið.

Franska liðið kom ákveðnara til leiks í seinni hálfleik og var farið að banka á dyrnar án þess að fá dauðafæri þegar fyrsta og eina mark leiksins kom. Vel útfærð aukaspyrna leiddi til þess að Giroud skallaði boltann fyrir fætur Griezmann og fór hann niður eftir snertingu frá Ara Frey. Griezmann gat haldið hlaupinu áfram en fór niður og vítaspyrna réttilega dæmd. Giroud steig á punktinn í fjarveru Griezmann og sendi Hannes Þór Halldórsson í vitlaust horn.

Erik Hamrén blés til sóknar og sendi Alfreð Finnbogason og Arnór Sigurðsson inn á á lokakafla leiksins sem gaf Frökkunum tækifæri á skyndisóknum. Upp úr einni slíkri átti Blaise Matuidi stangarskot og var hársbreidd frá því að gera út um leikinn.

Á lokamínútum leiksins hörfaði franska liðið aftar á völlinn og leyfði Íslandi að vera með boltann á þeim stöðum sem Frakkarnir vildu. Ísland átti erfitt með að finna álitleg færi og komust Frakkarnir aftur nálægt því að skora annað mark á lokamínútum leiksins.

Ísland fær tækifæri til að komast aftur á beinu brautina á mánudaginn og þarf að fylgjast vandlega með stöðunni í leik Frakklands og Tyrklands á sama tíma. Með sigri á Andorra og frönskum sigri þarf Ísland að vinna sína leiki en útlitið verður kolsvart ef Frakkar og Tyrkir skilja jafnir.

kristinnpall@frettabladid.is

Örlögin ekki í okkar höndum

Íslenska landsliðið þarf að treysta á hagstæð úrslit úr öðrum leikjum á mánudaginn eftir naumt tap gegn Frökkum á Laugardalsvelli í gær. Dýrkeypt víti í seinni hálfleik skildi liðin að í gærkvöld.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

ENNEMM / SÍA / NM96255

Líttu vel út hvert sem þú ferð.

Nýr og endurhannaður Tucson uppfyllir kröfur nútímafólks með glæsilegu útliti, nýjustu akstursöryggistækni og uppfærðum aflrásum. Í honum sameinast sveigjanleiki jeppans og einkennandi útlit Tucson sem fær enn sterkari svip í nýju hönnuninni. Nýr Tucson er hannaður til að láta þig líta vel út hvert sem þú ferð.

Hyundai Tucson – 4wd, dísil, sjálfskiptur. Verð frá 5.090.000 kr.

HYUNDAI

5 ÁRA ÁBYRGÐ ÓTAKMARKAÐUR AKSTUR

Hyundai býður viðskiptavinum sínum upp á eina víðtækustu ábyrgð sem völ er á. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur.

Hyundai | Kauptúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is
OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

Réttu handtökin

Að skipta um dekk

Hjörtur Gunnar Jóhannesson hjá Félagi íslenskra bifreiðaeigenda segir að það fyrsta sem ökumaður ætti að gera þegar dekk springur sé að huga að aðstæðum. „Ef springur á bíl á erfiðum stað, t.d. Reykjanesbrautinni, þá þarf að tryggja að aðstæður séu sem öruggastar,“ segir Hjörtur og minnir á að það er lögboðin skylda að hafa viðvörunarþríhyrning í bílnum.

1. Setjið bílinn í gír, handhemilinn á og steina við hjól ef þörf krefur.
2. Setjið viðvörunarþríhyrninginn 50-100 m fyrir aftan bílinn.
3. Takið hjólkoppinn af og losið um allar felgurærnar, en takið þær ekki af.
4. Náið í varahjólbarðann og tjakkinn. Stillið tjakknum undir bílinn. Upplýsingar um hvar hann er og hvar á að setja hann undir eru í eigandahandbókinni.
5. Lyftið bílnum þar til hjólbarðinn, sem skipta á um, er í lausu lofti.
6. Skrúfið felgurærnar af og takið sprungna hjólbarðann undan.
7. Setjið varahjólbarðann undir og skrúfið rærnar að – sú hlið róarinnar sem er með úrtakinu (kóníska hliðin) á að snúa að hjólbarðanum (felgunni). Herðið rærnar á misvíxl, þannig að felgan sitji rétt á.
8. Slakið bílnum niður, takið tjakkinn undan og herðið allar rærnar aftur. Setjið hjólkoppinn á.
9. Allt tekið saman og gengið frá með því að skrúfa allt fast á sinn stað.
10. Munið að láta gera við sprungna dekkið eins fljótt og auðið er. Setjið það strax undir því oft er varadekkið af annarri tegund eða minna slitið.

Hjörtur Gunnar Jóhannesson sýnir hvar best er að staðsetja tjakkinn. Kennslumyndband er á frettabladid.is. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Ítarlegri leiðbeiningar frá Hirti og kennslumyndband er að finna á frettabladid.is.

Haförn
Örninn er stærsti og sjaldgæfasti ránfugl landsins, með yfir 2 metra vænghaf, oft nefndur konungur fuglanna. Um miðja síðustu öld var arnarstofninn orðinn mjög lítill og lá við að honum yrði útrýmt.
Ljósmynd:
Sindri Skúlason

Villt dýr á bókasafni

Í barnabókasafni Norræna hússins er ljósmyndasýning af villtum dýrum sem lifa á Íslandi. Sýningin er einkum ætluð börnum en höfðar ekkert síður til fullorðinna. Hún er hluti sýningar um íslenska náttúru: Enginn veit hvað átt hefur fyrr en misst hefur.

Landselur
Landselur er útbreiddasta selategund heims. Hann er algengur allt í kringum Ísland. Honum hefur fækkað mikið undanfarin ár og er nú á válista yfir dýr í bráðri hættu.

Ljósmynd:
Jóhann Óli Hilmarsson

Enginn veit hvað átt hefur fyrr en misst hefur er samsýning Landverndar og Ólafs Sveinssonar í samstarfi við Norræna húsið og Framtíðarlandið sem nú stendur yfir. Á sýningunni er að finna fjölda ljósmynda af náttúru sem hefur glatast eða er í hættu. Til að mynda af Aldeyjarfossi í Skjálfandafljóti sem er í verndarflokki ósamþykktrar rammaáætlunar.

Sérstök sýning hugsuð fyrir börn um dýr í náttúru Íslands er í barnabókasafni hússins. „Þó svo að myndirnar sem eru sýndar í barnabókasafninu séu hugsaðar fyrir börn þá höfða þær ekki síður til fullorðinna,“ segir Telma Rós Sigfúsdóttir verkefnastjóri hjá Norræna húsinu. Myndirnar eru af fuglum og spendýrum eins og ref, hreindýri, sel, og svo fiskum og skordýrum.

„Það eru margar myndir af fuglum sem fáir hafa séð þótt fólk viti að þeir séu til í íslenskri náttúru,“ segir Telma en fuglar eru langalgengustu villtu dýrin á Íslandi og því flestar myndirnar af þeim.

Á mánudaginn í næstu viku mun öllum börnum sem sýninguna sækja bjóðast að taka þátt í leik þar sem þau leysa einföld og skemmtileg verkefni um dýrin á ljósmyndasýningunni.

Sýningin stendur til 17. nóvember og er opin alla daga vikunnar milli 10 og 17. Þrjú heppin börn sem taka þátt í leiknum fá vegleg verðlaun í boði Fjölskyldu- og húsdýragarðsins að henni lokinni. Hver vinningshafi fær tvö gjafabréf þar sem handhafi getur boðið fjórum öðrum aðilum (fjölskyldu og/eða vinum) með í heilan dag í Fjölskyldu- og húsdýragarðinn þar sem allir fá dagspassa í tæki skemmtigarðsins. **– kbg**

Skiljum ekkert eftir

Terra – umhverfisþjónusta fyrir fyrirtæki, sveitarfélög og heimili

Við viljum að flokkun sé einföld og sjálfsögð og hjálpum til við að bæta umgengni okkar við jörðina. Við önnumst sorphirðu, söfnum endurvinnsluefnum og tökum við spilliefnum og komum þeim í endurvinnslu eða eyðingu. Við útvegum líka smáhýsi, gáma og annan búnað sem bætir umgengni við umhverfið.

Terra er leiðandi á sínu sviði. Við erum fljót að tileinka okkur nýjungar og höfum ástríðu fyrir að fræða og miðla. Við höfum metnað fyrir því að skilja ekkert eftir og viljum hvetja og auðvelda Íslendingum að takast á við þá áskorun. Að skilja ekkert eftir er okkar þýðing á hugtakinu „Zero Waste“ og lýsir vel markmiði okkar í endurvinnslu og meðhöndlun úrgangs.

Terra er nýtt nafn Gámaþjónustunnar, Gámaþjónustu Norðurlands, Efnamót-tökunnar og Hafnarbakka. Nafnið er latneskt heiti jarðargyðjunnar og eitt af nöfnum plánetunnar sem er heimkynni okkar allra.

terra

Sími 535 2500 | **Netfang** terra@terra.is | **www.terra.is**

Basilia Uzo er frá Nígeríu. Hún hóf störf hjá Strætó árið 2017.

Best að brosa bara

Um 220 vagnstjórar sjá um að keyra 150 vagna Strætó BS. Alls er um einn af þremur fastráðnum vagnstjórum af erlendu bergi brotinn. Fjórir vagnstjórar af erlendum uppruna settust niður með blaðamanni og ræddu um starf sitt.

Ari Brynjólfsson
arib@frettabladid.is

Strætisvagnastjórar sjá um að keyra strætisvagna á milli stoppistöðva, passa að allir sem stíga um borð greiði fyrir það rétta upphæð og tryggja öryggi allra um borð. Vagnstjórar eiga í samskiptum við rúmlega þrjú hundruð manns á hverri vakt, fólk af öllu tagi.

Strætó BS, sem sér um einu almenningssamgöngurnar á höfuðborgarsvæðinu, fær reglulega á sig harða gagnrýni. Allt frá því að gleyma viðkvæmum farþegum um borð langtímum saman yfir í að fyrirtækið ráði eingöngu erlent vinnuafl til að spara pening. Nýverið rataði umræða um fjölda ábendinga til Strætó inn á fund borgarstjórnar, en ábendingarnar eru yfir níu þúsund á þremur árum.

Um 220 vagnstjórar sjá um að keyra 150 vagna Strætó BS. Alls er um einn af þremur fastráðnum vagnstjórum af erlendu bergi brotinn, hlutfallið liggur ekki fyrir hjá verktökum, en það er töluvert hærra.

Blaðamaður settist niður í rólegheitum með fjórum vagnstjórum, allt fjölskyldufólki af erlendu bergi brotnu, þeim Ewelinu Trzska, Jenny Johansson, Bogdan Brasoveanu og Basiliu Uzo. Þau voru öll tilbúin að koma fram undir nafni til að ræða hreinskilnislega um vinnu sína. Vagnstjórar skrifa undir trúnaðaryfirlýsingu en geta samt sem áður rætt um starf sitt á meðan ekki er um að ræða persónugreinanlegar upplýsingar. Blaðamaður fékk loforð frá stjórnendum Strætó BS um að hvað sem þau segðu myndi á engan hátt hafa áhrif á stöðu þeirra innan fyrirtækisins.

Bogdan: „Af hverju er ég strætóbílstjóri? Því ég elska að keyra."

Ewelina: „Ég hætti í Kársnesskóla vegna myglu. Maðurinn minn sagði mér að ég yrði góður strætóbílstjóri. Ég hafði efasemdir, en hann þekkir mig miklu betur en ég sjálf."

Jenny: „Að keyra er það skemmtilegasta sem ég geri. Þessi vinnustaður er líka svo þægilegur, við erum ein stór fjölskylda. Allir standa saman, ef eitthvað gerist þá eru allir til í að styðja þig."

Basilia: „Mig hefur alltaf dreymt um að keyra strætó. Það er ekki gert ráð fyrir því í Nígeríu að konur keyri strætó. Ég vil alltaf vera í vinnunni, mér líður eins og ofurhetju að keyra um á svona risatæki."

Þið töluðuð bara um aksturinn.

Jenny: „Viltu tala um farþegana?"

Ewelina: „Ó, nei."

Bogdan: „Lífið er of stutt til að vera leiður og reiður allan daginn. Ef við myndum alltaf mæta í vinnuna hugsandi um hvaða ógeð við fáum yfir okkur í dag þá gætum við ekki unnið við þetta."

Basilia: „Ég þarf að vera gúgúl fyrir ferðamenn, svara af hverju ég er svört, hvernig mér líður að vera svört að aka hvítu fólki. Ég spurði bara á móti hvernig honum liði að vera hvítur að láta svarta konu keyra sig. Það er best bara að brosa. Brosa, bjóða góðan daginn og vona það besta."

ÞAÐ ER EKKI GERT RÁÐ FYRIR ÞVÍ Í NÍGERÍU AÐ KONUR KEYRI STRÆTÓ. ÉG VIL ALLTAF VERA Í VINNUNNI, MÉR LÍÐUR EINS OG OFURHETJU AÐ KEYRA UM Á SVONA RISATÆKI.

Basilia

Jenny: „Það eru alveg níutíu og fimm prósent sem fatta alveg út á hvað strætó gengur. Það eru bara þessi fimm prósent."

Bogdan: „Sumir eiga bara mjög slæman dag og láta það bitna á okkur."

Unglingsstelpur verstar

Hvaða farþegahópur er verstur, svona heilt yfir?

Allir: „Unglingsstelpur."

Ewelina: „Þær færa sig ekki fyrir fólki sem er í forgangi. Þær geta verið ótrúlega pirrandi við að borga, sýna manni ekki símann almennilega og troða honum í andlitið á manni þegar ég bið um að fá að sjá hann. Eða kasta bara einhverju klinki í boxið og halda að ég sjái það ekki."

Jenny: „Ég kann að telja, ég veit hvað strætómiði kostar. Í alvörunni."

Ewelina: „Í eitt skipti stoppaði ég fyrir barni með reiðhjól. Og ég sá í speglinum að það voru unglingsstelpur sem sátu á hjólasvæðinu, hugsaði með mér „Ó, Guð". Þær voru svo reiðar og með svo mikla stæla þegar ég bað þær að standa upp og færa sig. Þetta er algjörlega óþolandi lið. Strákar vilja frekar halda að þeir séu sniðugir. Ég veit alveg hvenær ég er að horfa á skjáskot af strætómiða og hvenær ekki. En unglingsstelpur eru verstar, þeim tekst að grafa sig inn í mann."

Eldra fólk fordómafyllra

Verðið fyrir einn fullorðinn í strætó er 470 krónur. Mjög reglulega reynir fólk að komast upp með að borga minna.

Basilia: „Það hefur alveg komið fyrir að ég hleypi þannig fólki inn án þess að borga rétt. Hver sekúnda skiptir máli. Ég upplifi að það eru frekar Íslendingar sem reyna það, þeir láta eins og ég sé bara heimskur útlendingur sem skilji ekki hvernig reglurnar eru á Íslandi. Halda að ég sé heimsk."

„Ég elska að keyra," segir Bogdan Brasoveanu sem er frá Rúmeníu. Hann hóf störf hjá Strætó í október árið 2015. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Jenny: „Svo eru þeir sem láta mig fá nokkra barnamiða og biðja um skiptimiða. Uuuu, nei. Þú ferð ekki í bíó með tvo barnamiða."

Þau eru hins vegar sammála um að eldra fólk sé líklegra til að sýna fordóma.

Jenny: „Það er oft sem farþegar kvarta eða eru með athugasemdir um að við vagnstjórar tölum ekki allir íslensku. Kannski einn af hverjum tíu. En hugsaðu aðeins málið, við reynum okkar besta við að hjálpa öllum og tölum flest mjög góða ensku."

EF FÓLKI ER ILLA VIÐ ÚTLENDINGA ÞÁ VERÐUR ÞAÐ BARA AÐ VERA ÞANNIG, ÉG GET EKKI BREYTT ÖÐRU FÓLKI.

Bogdan

Bogdan: „Ég svara því neitandi hvort ég tala íslensku, þá hættir fólk oft að spyrja mig."

Virðist það þá vera þannig að sumir farþegar, sem tala ensku, vilji ekki eiga í samskiptum við vagnstjóra sem talar ekki íslensku?

Basilia: „Fólk horfir á mig og gerir samstundis ráð fyrir því að ég tali ekki íslensku."

Jenny: „Þetta er alltaf þannig ef maður lítur ekki út fyrir að vera Íslendingur. Ég býð góðan daginn á íslensku og sumir verða mjög ánægðir, ég er samt ekki íslensk."

Ewelina: „Það er mjög augljóst á mörgum að þeir vilja ekki útlendinga á Íslandi. Eins og einn maður á Hlemmi um daginn, hann þurfti hjálp og fór að spyrja mig á íslensku. Ég get átt í einföldum samskiptum á íslensku en hann talaði mjög óskýrt og ég bað hann um að spyrja mig á ensku. Hann snöggreiddist og lýsti því yfir að það ætti ekki að ráða fólk sem talaði ekki íslensku. Ég svaraði honum á íslensku að hann gæti alltaf hringt á skrifstofuna til að kvarta."

*Samkvæmt wltp staðli.
Kynntu þér þína drægni á opel.is

Opel á Íslandi
Reykjavík | Krókhálsi 9
Reykjanesbæ | Njarðarbraut 9

Opnunartímar
Virka daga 9–18
Laugardaga 12–16

Bílabúð Benna

Strætó BS hjálpar starfsfólki að læra íslensku, ef það vill getur það fengið frítt á íslenskunámskeið á tímakaupi.

Ewelina hefur lagt mikið á sig til að læra þá íslensku sem hún kann. „Kannski er þetta af því að ég er að eldast eða eitthvað, en ég á mjög erfitt með að læra íslensku, en ég vil samt gera allt sem ég get til að standa mig vel. Eins og Bogdan segir, það fer í mig þegar ég hitti fólk sem vill mig ekki hérna. Þetta er sorglegt. Það er ekki margt sem verður til þess að mér sárnar, en þetta er eitt af því.“

Bogdan: „Ef fólki er illa við útlendinga þá verður það bara að vera þannig, ég get ekki breytt öðru fólki.“

Basilia: „Það hafa komið farþegar mér til varnar í leiðinlegum aðstæðum, bara stoppað viðkomandi og fengið hann til að hætta.“

Bros skipir miklu máli

Jenny: „Það var eitt sinn uppi í Hamraborg, þá var maður á leiðinni upp í vagn til mín. Konan hans og barn stóðu fyrir utan í rigningunni. Ég spurði hvort þau ætluðu ekki að koma. Hann sagði að þau tækju næsta, spurði mig svo hvort vagnstjórinn í næsta strætó væri ekki örugglega karlmaður. Hann mætti næsta dag, sá mig og sagði að þau yrðu sein. Ég sagði honum bara að setjast niður með konunni sinni og barni, og bara sjá hvernig ég keyri. Þau komu síðan daglega út vikuna.“

Ewelina: „Það var einn sem vildi fá mynd af sér með mér til að senda til heimalandsins. Hann mátti það alveg.“

Basilia: „Það var ein sem vildi mynd af mér til að sýna manninum sínum, til að sýna honum að konur geta gert allt sem karlar gera. Ég skildi hana mjög vel, í Nígeríu er bara gert ráð fyrir að konur ali upp börn og sinni einhverjum einföldum störfum. Mikið af svörtu fólki sem kemur í vagninn til mín nefnir það einmitt að ég sé svo sterk að geta þetta. Mér líður æðislega, ég er eins og ofurkona sem sannar að allt er hægt.“

Jenny: „Ég elska svona stundir. Einu sinni hjálpaði ég eldri konu sem tók óvart vitlausan vagn. Daginn eftir mætti hún með möffins, kaffi og blóm fyrir mig. Brosið skiptir miklu máli.“

Bogdan: „Brosa og segja góðan daginn.“

Þau eiga öll börn og hafa oftar en einu sinni þurft að siða ungmenni til.

Jenny: „Eins og fótboltastrákarnir í Norðlingaholti. Þeir voru alltaf að hanga í loftinu, það er hættulegt þegar vagninn fer af stað. Þannig að ég fæ þá til að standa alveg fremst í vagninum og sjá í stóra gluggann hversu hratt þrjátíu kílómetra hraði er í raun og veru. Ég spurði þá hvað myndi koma fyrir þá ef þeir væru að hangandi eða hoppandi í sætunum og ég þyrfti að snarhemla. Núna eru þeir ári eldri, heilsa mér alltaf og setjast niður.“

Basilia: „Þetta er erfitt með fullan vagn, til dæmis þegar ég keyri ásinn á morgnana. Ég hef synt í gegnum mannhafið til að biðja krakka um að setjast niður.“

Skutlaði farþega heim

Strætó BS fær reglulega á sig gagnrýni í fjölmiðlum, bæði vegna framkomu og alvarlegra mistaka. Þar á bæ er viðurkennt að í svo stórum hópi vagnstjóra geti leynst skemmd epli. Þau segja slíkar fréttir hafa lítil áhrif á sig, en þau telja umræðuna oft ósanngjarna.

Jenny: „Það var frétt einhvern tímann um einhvern sem fékk ekki far því það vantaði 10 krónur upp í miðann. Ég fer ekki út í Krónuna, kasta í þá peningum og heimta að fá epli því ég er ekki með nægan pening. Þarf ég að útskýra þetta eitthvað frekar?“

Ewelina: „Við erum alltaf að hjálpa fólki. Það truflar marga. Ég er kannski búin að hjálpa krakka í hjólastól en tek svo eftir því að einhver horfir illilega á mig.“

Ewelina Trzaska er frá Póllandi. Hún hóf störf hjá Strætó í júní 2018. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

> KANNSKI ER ÞETTA AF ÞVÍ AÐ ÉG ER AÐ ELDAST EÐA EITTHVAÐ, EN ÉG Á MJÖG ERFITT MEÐ AÐ LÆRA ÍSLENSKU, EN ÉG VIL SAMT GERA ALLT SEM ÉG GET TIL AÐ STANDA MIG VEL.
>
> Ewelina

> EINU SINNI HJÁLPAÐI ÉG ELDRI KONU SEM TÓK ÓVART VITLAUSAN VAGN. DAGINN EFTIR MÆTTI HÚN MEÐ MÖFFINS, KAFFI OG BLÓM FYRIR MIG.
>
> Jenny

Bogdan: „Ég hef skutlað farþega heim, þetta var síðasta ferðin um kvöldið og hann hafði tekið vitlausan vagn. Ég skilaði bara strætónum og skutlaði honum heim. Það þýðir samt ekki að allir vagnstjórar geri það sama.“

Starfinu fylgir töluverð tímapressa. Bílstjórar eru stöðugt með klukku sem sýnir hvað þau hafa mikinn tíma til að komast á næsta áfangastað. Þeim er mikið kappsmál að vera alltaf á réttum tíma, ekki of snemma og alls ekki of seint. Það tekst ekki alltaf, þá sérstaklega á álagstímum.

Jenny: „Við höfum kannski mínútu á hverjum stað. Við viljum alltaf hjálpa, en ég hef ekki tíma til að segja þér til vegar eða svara hvernig gengur með appið.“

Ewelina: „Ég er ekki með peninga, bara kort.“

Bogdan: „Það er alveg hálftími sem getur farið í það. Síðan eru þeir sem vilja að við keyrum hraðar því þeir eru að flýta sér eða hægt því einhver er hræddur. Ég má ekki fara yfir hámarkshraða og ég má ekki keyra undir umferðarhraða. Svo þegar einhver er að flýta sér klukkan fjögur og vagninn er fastur í umferð, þá er það litið sem ég get gert. Eins gaman og það væri þá get ég ekki flogið yfir alla bílana upp Ártúnsbrekkuna.“

Svo kemur það reglulega fyrir að það þurfi að flauta á bíla sem eru á forgangsakreininni.

Jenny Johansson er frá Svíþjóð. Hún hóf störf hjá Strætó í maí 2018, hún starfar bæði sem vagnstjóri og í þjónustuverinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Bogdan: „Það er alltaf Range Rover.“

Hótað með slökkvitæki

Vagnstjórar eru í reglulegum samskiptum við þá sem minna mega sín. Eiga þau í daglegum samskiptum við fólk sem býr á götunni, er í virkri fíkniefnaneyslu eða fólk með alvarleg geðræn vandamál. Öll kannast þau við sama fólkið, þar á meðal mann sem býr á götunni og reynir reglulega að komast um borð á sömu stoppistöðinni án þess að borga.

Ewelina: „Það er ekkert sem Reykjavíkurborg getur gert til að hjálpa honum. Ég spurði hann einu sinni hvernig hann hefði það í dag, hann var svo hissa að einhver spyrði hann að þessu og sagði að hann væri að reyna.“

Jenny: „Hann gerði á sig í vagninum einu sinni, hann hefur hrækt á fólk, eitt sinn þurfti bílstjóri að vera í fjóra tíma á slysó vegna hans.“

Basilia: „Þetta er veikur maður sem þarf á úrræði að halda.“

Jenny segir manninn einn af mörgum farþegum sem þurfi á hjálp að halda.

Það hefur komið fyrir að þeim hafi verið hótað, stundum geta það verið hótanir um málshöfðun þar sem vagninn hafi ekki komið á réttum tíma, það hafa líka komið upp mun alvarlegri atvik.

Basilia: „Ég var eitt sinn komin upp í Mjódd og stoppaði til að taka upp farþega, þá kom reiður maður. Tek það fram að ég get ekki dæmt hann því ég veit ekki hvað hann var að ganga í gegnum. Hann gargaði á mig hvort ég kynni ekki að keyra, hver hafði gefið mér leyfi til þess. Hann tók upp slökkvitækið mitt og krafðist þess að ég afhenti honum bíllykilinn. Ég sagði honum rólega að á þessum vagni væri enginn bíllykill. Ég hugsaði einmitt á þeirri stundu, er þetta svona sem það er að vera hótað barsmíðum að ástæðulausu?“

Jenny: „Við getum ekki farið neitt í þessum aðstæðum.“

Bogdan: „Það eru engar dyr okkar megin.“

Bílstjórinn í fyrsta sæti

Það var nokkuð umdeilt þegar gæludýr voru leyfð um borð í strætisvögnum.

Bogdan: „Skiptir mig engu máli hvort þú kemur með dýr með þér. Það er kannski ef einhver er með ofnæmi um borð. Það er engin leið fyrir okkur að vita það.“

Ewelina: „Ég er með ofnæmi, en ekki nóg til að hafa sprautu á mér.“

Jenny: „Ég var í hernum í fimm ár og vann tíu ár í apóteki, ég get bjargað fólki en ég er ekki með nein tól ef einhver fær heiftarlegt ofnæmiskast.“

Þó svo að öryggi farþega og stundvísi séu stór atriði þá eru þau ekki aðalatriðin.

Ewelina: „Bílstjórinn er í fyrsta sæti. Svo bíllinn. Síðan koma farþegarnir. Það er góð ástæða fyrir því.“

Bogdan: „Ef við erum ekki í góðu standi, þá gengur þetta ekki.“

Þau eru öll sammála um að þrátt fyrir allt vilji þau hvergi annars staðar starfa.

Basilia: „Strætó er langbesti staður sem ég hef unnið á. Þegar ég tala um hvað ég vinn við utan skrifstofunnar þá halda margir að þetta sé algjört helvíti. Ég lít á hvern dag sem eitthvað í reynslubankann, ég get tekið við hverju sem er því ég hef heyrt það allt áður.“

brimborg

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfði 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

volvocars.is

„Saga bróður míns er í raun eymdarsaga,“ segir Karen Elísabet Halldórsdóttir. Bróðir hennar er Þorsteinn Halldórsson sem situr í fangelsi fyrir alvarleg kynferðisbrot. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Það hreinlega slokknaði líf í augum þeirra

Karen Halldórsdóttir segir frá þeirri stund þegar hún færði börnum bróður síns fréttir sem urðu þeim þungt áfall. Að hann sæti í gæsluvarðhaldi vegna alvarlegra kynferðisbrota.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Karen Halldórsdóttir segist hafa verið lengi hugsi um hvort hún ætti að segja sögu bróður síns. „Að lokum fannst mér nauðsynlegt að stíga fram til að vekja athygli á þessum hópi aðstandenda brotamanna sem hingað til hefur verið þögn um og enginn ræðir. Saga bróður míns er í raun eymdarsaga,“ segir Karen um Þorstein Halldórsson, sem var dæmdur fyrir rúmu ári fyrir kynferðisbrot gegn ungum dreng.

Í síðustu viku var fjallað um upplifun aðstandanda þolanda kynferðisofbeldis. Móður sem skrifaði opið bréf til dómsmálaráðherra vegna dóttur sinnar sem hafði orðið fyrir alvarlegu ofbeldi en upplifði fjandsamlegt viðmót hjá lögreglu. Lögregla brást hratt og örugglega við og tilkynnti að ráðinn yrði sálfræðingur til rannsóknardeildar.

> Í EINFELDNI MINNI SPURÐI ÉG HVORT HANN HEFÐI VERIÐ TEKINN FULLUR Á BÍL, MÉR DATT EKKERT ANNAÐ Í HUG. EN NEI, ÞESSI ÁGÆTI LÖGREGLUMAÐUR SAGÐI MÉR AÐ SAKIRNAR VÆRU MUN ALVARLEGRI EN ÞAÐ.

Nú er sjónum beint að upplifun aðstandenda kynferðisbrotamanna sem upplifa mikla skömm og erfiðleika. Með umfjölluninni vilja aðstandendur Þorsteins ekki skyggja á neyð þolenda ofbeldis og þörf þeirra fyrir aðstoð og úrræði og finnst erfitt og flókið að stíga fram. Karen tók af skarið úr þeirra hópi.

„Alveg frá því að ég man eftir mér hefur hann verið öðruvísi og okkur samdi sjaldan. Hann er 14 árum eldri en ég,“ segir Karen en Þorsteinn er á sextugsaldri. „Hann flutti seint að heiman, hann átti ekki margar kærustur en að lokum kynntist hann ungri yndislegri konu sem átti einn lítinn son, tæplega tveggja ára strák sem við tókum fagnandi inn í fjölskylduna. Þau saman eignuðust svo þrjú börn með skömmu millibili. Það var mikið basl á þeim strax, bróðir minn var er afar sérlundaður. Þau þurftu reglulega aðstoð og mikið gekk á í heimilishaldinu,“ segir Karen. Konan hafi að lokum farið frá honum.

„Það varð mikið los á börnunum við þetta. Árin liðu, bróðir minn átti einhver kærustusambönd sem vörðu skammt og alltaf var bras á honum varðandi að halda vinnu,“ segir Karen og segir bróður sinn hafa haft andfélagslegt viðhorf til vinnu. „Hann sá sig alltaf sem eitthvað merkilegra en það sem honum bauðst miðað við reynslu og aðstæður,“ segir Karen sem segist samt hafa fundið til með honum. „Hann var lánlaus og allt sem hann gerði einhvern veginn mislukkað-ist.“

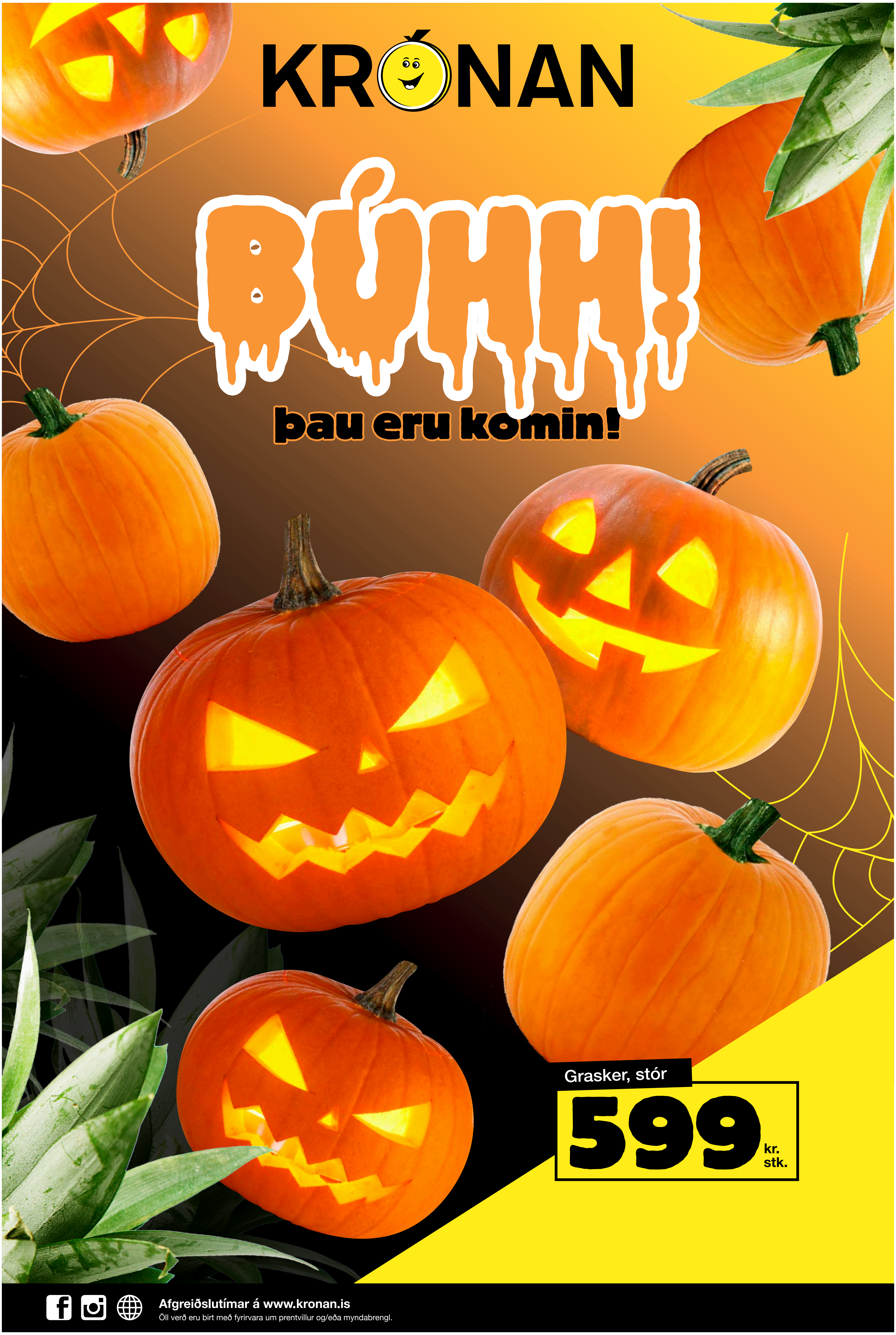
Miklir erfiðleikar

Ógæfan dundi yfir fjölskyldu Þorsteins. Barnsmóðir hans dó sviplega fyrir aldur fram frá fjórum börnum. „Yngsta barnið þeirra var 14 ára gamalt, sá elsti var 25 ára. Þau voru auðvitað miður sín og ekki var hægt að sjá að bróðir minn gæti hlúð almennilega að þeim. Að lokum treystu börnin hans helst á þann elsta í hópnum sem bjó í Sviss með unnustu sinni og barnungum syni. Hann var þeirra klettur og þau voru afskaplega náin, sérstaklega eftir fráfall móður þeirra. En því miður þá fyrirfór hann sér. Heimurinn einfaldlega hrundi og allt varð svart. Á þessum tímapunkti skildi ég ekki hvernig systkinin gætu haldið áfram með sitt eigið líf, sorgin var svo mikil. Blóðfaðir þessa drengs tók einnig sitt eigið líf eftir þetta.“

Karen segir hvert og eitt barnanna hafa verið í mikilli örvæntingu. „Og þau reyndu að deyfa sársauka sinn með hverri þeirri leið sem virkaði. Ég get sagt af reynslu að geðdeild Landspítalans er engan veginn fjármögnuð nægilega til þess að taka á móti þeim fjölda sem þangað leitar. Ég held að við séum öll sammála um að meðferðarúrræði eru löngu sprungin og íslenskt samfélag treystir sífellt meira og meira á sjálfsprottin félaga- og stuðningssamtök heldur en eðlilegt er. Kannski þarf betra samstarf geðdeildar og slíkra samtaka. Þau gætu til að mynda unnið nánar saman.“

Dómur styttur af Landsrétti – önnur ákæra hálfu ári síðar

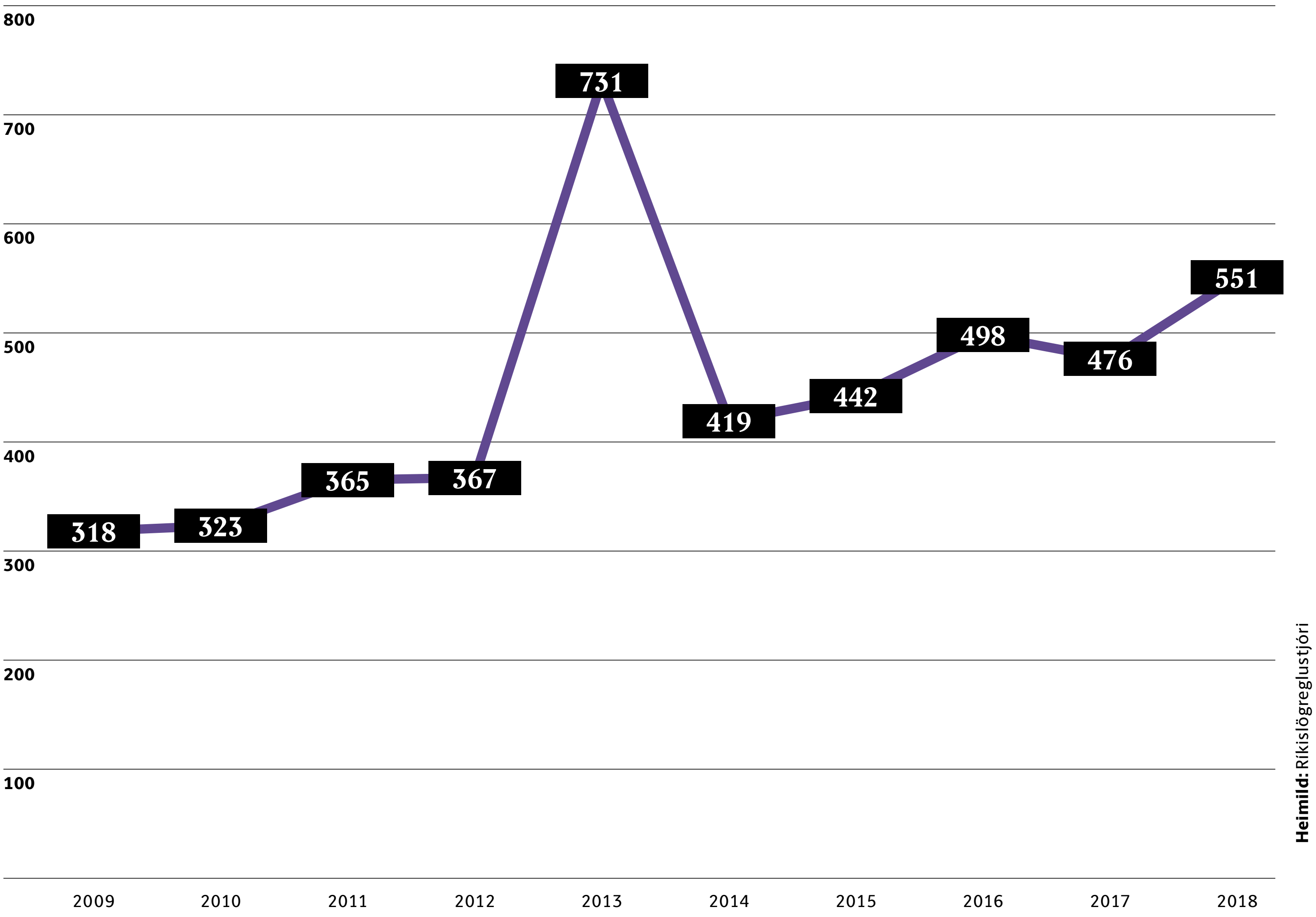
Þorsteinn Halldórsson var dæmdur fyrir að hafa ítrekað tælt til sín dreng með fíkniefnum, lyfjum og gjöfum. Gefið honum peninga, tóbak og farsíma og nýtt sér yfirburði sína til að hafa við hann samræði og önnur kynferðismök. Hann var dæmdur í sjö ára fangelsi en Landsréttur stytti dóminn síðasta vor í fimm og hálfs árs fangelsi. Nú í haust var Þorsteinn ákærður af héraðssaksóknara í öðru máli þar sem honum er gefin svipuð háttsemi að sök gegn barni. Meint brot voru framin bæði fyrir og eftir að það varð fimmtán ára gamalt. Málið hefur verið þingfest fyrir Héraðsdómi Reykjaness.


KRÓNAN
BÚHH!
Þau eru komin!
Grasker, stór
599 kr. stk.
Afgreiðslutímar á www.kronan.is
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

Kynferðisofbeldi

2. hluti af 5

Fjöldi kynferðisbrota sem tilkynnt eru til lögreglu



- Tilkynningum vegna kynferðisbrota hefur fjölgað jafnt og þétt, eins og sjá má af svörum frá Embætti ríkislögreglustjóra.
- Tilkynningar til lögreglu vegna kynferðisbrota ná til nauðgana, kynferðisbrota gegn börnum, vörslu á klámi/barnaklámi, vændi og annarra kynferðisbrota.
- Karlmenn hafa í gegnum árin verið í miklum meirihluta gerenda kynferðisbrota, eða um 97%.

Fjölskyldan grunlaus
„Svo gerist það fyrir rúmlega tveimur árum að Þorsteinn hverfur,“ segir Karen og segir dóttur hans hafa beðið sig um hjálp við að finna hann.

„Og við ásamt foreldrum mínum förum að leita að honum. Mamma og pabbi mæta upp á lögreglustöð og fá engin svör. Helst óttuðumst við að hann hefði keyrt í sjóinn. Ég fékk ráðleggingar frá vinkonu minni um að hringja aftur upp á lögreglustöð og gefa mig ekki í símanum fyrr en ég fengi einhver svör.“

Karen fékk að lokum þau svör frá lögreglunni að hann væri í haldi. „Og í einfeldni minni spurði ég hvort hann hefði verið tekinn fullur á bíl, mér datt ekkert annað í hug. En nei, þessi ágæti lögreglumaður sagði mér að sakirnar væru mun alvarlegri en það.“

Fjölskyldan var alveg grunlaus um brot Þorsteins. Karen hringdi og spurðist fyrir í kunningjahópi bróður síns. Hún fékk engin svör frá þeim en fann að eitthvað var ósagt.

Erfiðasta verkefni lífsins
Karen er bæjarfulltrúi fyrir Sjálfstæðisflokkinn í Kópavogi og eitt kvöldið fékk hún heimsókn frá félaga sínum. „Hann biður mig að setjast niður. Þessari stund gleymi ég aldrei. Hann sagði mér frá máli, sem hann vissi að tengdist bróður mínum og varðaði nálgunarbann sem hann átti að hafa fengið á sig vegna kynferðisbrots og að drengurinn væri mjög ungur. Ég gjörsamlega fraus og gat ekki meðtekið hvað sagt var. Ofan á þetta komst ég að því að þetta mál hefði verið rætt innan Sjálfstæðisflokksins í smá tíma og ég upplifði mikil svik, að hafa ekki verið látin vita af þessu fyrr og mögulega þá getað komið í veg fyrir það sem gerðist seinna.“

Nálgunarbönnin sem voru sett á Þorstein leiddu að lokum til þess að hann var handtekinn fyrir að hafa nauðgað drengnum á gistiheimili. „Eftir þetta tók við ofsalega snúinn tími. Ég þurfti að hafa samband við hina bræður mína sem einfaldlega trúðu þessu ekki. Að lokum fengum við staðfestingu á þessu og þá tók við það verkefni að segja foreldrum okkar og börnunum hans frá,“ segir Karen og segir það verkefni hafa verið það erfiðasta sem hún hafi tekið að sér allt sitt líf. „Börnin hans höfðu fram að þessu þolað mikið meira en nóg. Þetta er erfiðasta verkefni sem ég hef tekið að mér. Að þurfa að mæta þeim öllum saman, horfa í augu þeirra og tilkynna þeim að pabbi þeirra væri í gæsluvarðhaldi fyrir alvarleg kynferðisbrot. Ég man bara brot af viðbrögðum þeirra við þessu, en einna helst man ég að það hreinlega slokknaði allt líf í augum þeirra. Grátur, vantrú, sorg, reiði, allt í einu og á sömu mínútunni.“

Firrt umræða um flokkinn
Við tók erfiður tími þar sem fjölskyldan upplifði skömm, sorg og viðbjóð á því sem Þorsteinn hafði gert. „Við tók óendanlega furðulegur tími. Ég er starfandi í stjórnmálum, er bæjarfulltrúi fyrir Sjálfstæðisflokkinn í Kópavogi. Mér fannst allir vera að tala um mig, hver sundferð, hver búðarferð og ráðstefna var kvöl og pína. Ég upplifði svo mikla skömm og sorg, og um leið svo mikinn viðbjóð á því sem hann hafði gert. Ég er eins og allir aðrir í þessu samfélagi, hef aldrei haft umburðarlyndi fyrir þeim sem brjóta á börnum og alltaf haft skömm á þeim sem svo gera. Ég á tvær dætur og sem foreldri get ég aldrei samþykkt ofbeldi á börnum í hvaða mynd sem það kemur. Ég hef setið í barnavernd og velferðarráði og alltaf látið mig velferð barna varða og barist fyrir réttindum þeirra. Allt í einu var ég tengd brotamanni gegn börnum og umræðan um Sjálfstæðisflokkinn blandaðist alltaf einhverra hluta vegna inn í þetta. Eins og þar væri eitthvert skjól fyrir slíka menn frekar en annars staðar, algerlega firrt umræða en fór mikinn á þessum tíma,“ segir Karen og segir fjölskylduna einnig hafa orðið undrandi á því að Þorsteinn hefði verið fær um að beita svona miklu ofbeldi.

Erfiðar tilfinningar
„Skyndilega hafði lífi mínu og allra í kringum mig verið snúið á hvolf. Við vorum öll orðin aðstandendur kynferðisbrotamanns. Sem hafði meitt og misnotað dreng sem var þá á svipuðu reki og mín börn. Tilfinningarússibaninn var svakalegur, þetta er auðvitað maður sem ég hef þekkt alla mína ævi og aldrei þekkt að því að vera vondur maður sem gat beitt aðra valdi eða ofbeldi, miklu frekar sem undirmálsmann.“

Lýsingarnar á brotum Þorsteins voru oft í fréttum og ollu miklum sársauka og togstreitu. „Umræðan versnaði eins og alltaf í svona málum, lýsingarnar á brotunum voru alls staðar og fylltu mann viðbjóði um leið og það togaðist á innra með mér væntumþykja fyrir bróður mínum. Ég reyndi að einbeita mér að því að styðja börnin hans eins og ég gat. Það er ekki hægt að ímynda sér hvernig þeim leið í gegnum þetta. Þau hrösuðu, mikið og alvarlega. Stöðugar áminningar um brot pabba þeirra urðu til þess að þau fóru ekki vel með sig og gátu ekki auðveldlega höndlað daglegt líf.

Dætur mínar frusu í kringum umræðu í skólanum sínum þar sem þetta mál var rætt. Þær vissu ekki hvort þær ættu að hlaupa út eða gráta þegar þetta tiltekna perramál var rætt innan skólaveggja. Hins vegar var þessi tiltekni perri bróðir mömmu þeirra og þær einfaldlega vissu ekki hvernig þær áttu að bregðast við.“

Kvíða framtíðinni
Karen segir fjölskylduna ráðalausa og að hún myndi þurfa ríkan stuðning til að takast á við áfallið og ráð til að umgangast Þorstein.

> VERÐUR HANN VELKOMINN AFTUR Á HEIMILI MITT ÞEGAR HANN LOSNAR? MUN ÉG EINHVERN TÍMANN GETA SKILIÐ HANN EÐA AF HVERJU HANN GERÐI ÞETTA? HVAÐ VERÐUR UM HANN?

„Ég er óendanlega þakklát fyrir alla mína vini sem studdu mig í þessu máli, sem þreyttust aldrei á að segja mér að ég gæti ekki borið ábyrgð á gjörðum hans eða annarra. Hins vegar situr maður alltaf uppi með þessar klofnu tilfinningar sem einkennast af viðbjóði á glæpnum og á viðkomandi sem er maður sem manni hefur alltaf þótt vænt um. Þetta hefur tekið mikið á foreldra mína, sem eru yfir áttrætt og hafa átt við erfið veikindi að stríða undanfarin ár.“

Samskiptin við Þorstein segir Karen reyna mikið á.

„Hann var að lokum dæmdur til fangelsisvistar sem maður vonar að sé betrunarvist. En ég hef heimsótt hann tvisvar og það gekk ekki. Í seinna skiptið lenti okkur illa saman þar sem ég gat ekki fellt mig við hans skýringar á því sem hafði gerst. Móðir mín á nírræðisaldri reyndi að stía okkur í sundur. Ég sit alltaf uppi með það að sem foreldri get ég ekki sætt mig við þetta. Ég hef mikinn skilning á aðstæðum og viðhorfi foreldra drengsins til bróður míns. Þau missa drenginn sinn í neyslu og svo kemur einhver svona karl og misnotar bágar aðstæður hans. Dómsvaldið ákvað örlög hans. Hann situr inni en við hin, sem höfum hingað til borið sorg okkar í hljóði, kvíðum framtíðinni.

Þetta er einfaldlega ekki sá maður sem ég ólst upp með og taldi mig þekkja alla ævi. Hvernig höfðum við brugðist honum? Af hverju gerði hann þetta, hvernig gat hann gert börnunum sínum þetta, hafði verið brotið á honum sem barni? Endalausar spurningar sem hringsnúast í hausnum á okkur öllum sem að honum stöndum. Þetta hefur lent misþungt á okkur, annar bróðir minn hefur borið hitann og þungann af samskiptum við hann og einnig eru auðvitað börnin hans buguð á hverjum degi.“

Vantar stuðning
Karen segir einfaldar spurningar verða flóknar. Eins og til dæmis: Verður hann velkominn á heimili mitt þegar hann losnar? Mun ég einhvern tímann geta skilið hann eða af hverju gerði hann þetta? Hvað verður um hann?

Hvaða aðstoð myndir þú vilja að Þorsteinn fengi?

„Það er flókið því fyrst og fremst þarf fólk að vilja hjálp til að hún virki. En það væri gott að þvinga viðkomandi, sem væri þá hluti af betrunarvistinni, í einhvers konar meðferðarúrræði. Það gæti jafnvel komið til mildunar dóms ef þeir sýna miklar framfarir og skilning á sínum afbrotum í slíku ferli. Nú eða þyngingar ef engin iðrun eða skilningur á sér stað.“

En til barna hans, hvaða aðstoð hefðu þau þurft að fá?

„Ég varð mjög hugsi í þessu ferli um hvort það væri að finna einhverja aðstoð fyrir aðstandendur brotamanna. Slíkt þekkjum við vel í öðrum tilfellum þegar áföll verða. Ég hafði samband við Fangelsismálastofnun til þess að kanna með einhvers konar stuðningsnet en mér var tjáð að slíkt hefði verið til staðar en ekki gengið upp. Það má nefnilega segja að við sem stöndum að brotamönnum á Íslandi lifum í skugganum af skömminni og sorginni sem einstaklingar okkur nánir hafa skapað með brotum sínum.

Við getum leitað til sálfræðinga og unnið úr sorginni þannig hvert í sínu lagi. Hins vegar er það þannig að þetta hverfur ekki og enginn getur skilið hvað maður er að ganga í gegnum nema þeir sem standa sjálfir í sömu sporum. Með þessu er ég ekki að gera lítið úr því að það er allra mikilvægast að styðja við fórnarlömb ofbeldis og þeirra fjölskyldur. Ég er einfaldlega að benda á annan hóp sem fær ekki mikla athygli eða skilning,“ segir Karen sem telur að það hefði gagnast börnum Þorsteins að þeim hefði verið vísað strax til fagaðila. „Sem hefði getað leitt þau í gegnum á hverju þau ættu von á næstu mánuðum. Þau hefðu þurft víðtæka aðstoð, félagslega, sálræna og fjárhagslega,“ segir Karen sem segir að það myndi líka gagnast fólki að fá fræðslu um eðli brota af þessu tagi en hún þyrfti að fara fram í sérstöku úrræði fyrir hverja fjölskyldu.

Börn Þorsteins líða sálarkvalir fyrir brot hans og Karen segist vona að fólk átti sig á þessum veruleika aðstandenda áður en það fellir dóma. „Í kringum brotamenn eru börn sem ganga með veggjum og horfa niður og biðja til guðs að enginn taki eftir þeim eða viti hver er skyldur þeim.“

PIER

20%

TORONTO þriggja sæta sófi. Velúr áklæði. 230x94x67cm. ~~149.900 kr.~~ Nú 191.920 kr.

50%

MUNICH þriggja sæta sófi. 270x90x68cm. ~~229.900 kr.~~ Nú 114.950 kr.

30%

PORTLAND þriggja sæta sófi. Fæst einnig ljósgrár og dökkblár. 215x85x80 cm. ~~79.900 kr.~~ Nú 55.930 kr.

20%

NOTTING HILL þriggja sæta sófi. 246x106x84cm ~~179.900 kr.~~ Nú 143.920 kr.

SÓFADAGAR

20-50%

AFSLÁTTUR AF ÖLLLUM SÓFUM

40%

NOTTING HILL legubekkur. 140x82x85cm. ~~129.900 kr.~~ Nú 77.940 kr.

20%

REGINA tveggja sæta sófi. Velúr áklæði. 130x92x107cm. ~~99.900 kr.~~ Nú 79.920 kr.

20%

DARCY þriggja sæta sófi. Velúr áklæði. 232x77x95cm. ~~269.900 kr.~~ Nú 215.920 kr.

20%

HAAG tungusófi. Einnig fáanlegur sem hornsófi kemur bæði í dökku og ljósu áklæði. 325x143x210cm. ~~199.900 kr.~~ Nú 159.920 kr.

30%

MANHATTAN sófi. Velúr áklæði. 220x90x77 cm.~~189.900 kr.~~ Nú 132.930 kr.

20%

NOTTING HILL tungusófi. Velúr áklæði. 260x150x85 cm. ~~289.900 kr.~~ Nú 231.920 kr.

A WORLD OF INSPIRATION · PIER · BRINGING IT HOME

www.pier.is

Þetta tilboð gildir 10 - 16. október. Gildir ekki með öðrum tilboðum.

KORPUTORG
LAU OG SUN 12-18 - VIRKIR DAGAR 11- 18:30

SELFOSS
LAU 10-18 SUN 12-18 - VIRKIR DAGAR 11- 18:30

Kynferðisofbeldi

2. hluti af 5

Forsenda að þiggja meðferð

„Meðferð í fangelsum er einn þáttur af mörgum í að laga kynferðisbrotamenn aftur að samfélaginu og draga úr hættu á síbrotum. Það er mikilvægt að samfélagið sé einnig tilbúið að taka á móti einstaklingum þegar afplánun lýkur,“ segir **Sólveig Fríða Kjærnested** sem svarar spurningum um stuðning til aðstandenda og um meðferð kynferðisbrotamanna.

Fangelsismálastofnun býr ekki yfir sérstökum úrræðum fyrir aðstandendur kynferðisbrotamanna. En veitir ráðgjöf í samvinnu við fangann eftir aðstæðum. „Við stöndum ekki fyrir neinni sérstakri ráðgjöf en vísum í þau úrræði sem í boði eru í samfélaginu eftir því hvað á við. Við veitum aðstandendum ráðgjöf í samvinnu við fangann en einnig veitum við almennar upplýsingar,“ segir Sólveig Kjærnested, sálfræðingur og sviðsstjóri meðferðarsviðs hjá Fangelsismálastofnun.

„Það eru til ýmis úrræði í samfélaginu sem taka á einhverjum af þessum þáttum. Svo eru einnig sjálfstætt starfandi sálfræðingar.“

Hvað varðar einstaklingsmeðferð fyrir kynferðisbrotamenn í afplánun segir Sólveig oft forsenduna vera að þeir vilji þiggja hana. „Þetta getur oft verið langtímaferli og reynum við eftir því sem við best getum að vekja upp áhuga fólks á að nýta sér meðferð. Hins vegar á reynslulausnartíma getum við sett sérskilyrði sem meðal annars taka mið af því að einstaklingur þarf að mæta í viðtöl,“ segir Sólveig og skýrir betur meðferðarúrræðin sem eru í boði á Íslandi.

„Einstaklingar í afplánun hafa aðgang að einstaklingsmeðferð sem byggir á gagnreyndum aðferðum eins og hugrænni atferlismeðferð og hugmyndafræði „The Good Lives Model“ (GLM). Í réttarvörslukerfinu er einnig meðal annars notast við RNR-módelið (Risk – Need – Responsivity). RNR metur þætti, með einstaklingsbundnum hætti, sem spá fyrir um brotahegðun.

GLM er líkan sem er hannað með afbrotahegðun í huga, það er, að GLM telur að brotatengd hegðun einstaklingsins sé tilkomin vegna þess að hann er að sækja sér grunnþarfir eða gildi á óæskilegan máta. Dæmi um óæskilega leið sem sumir velja til að uppfylla grunngildi svo sem tilfinningastjórn er að nota vímuefni eða kynferðislega útrás sem bjargráð. Í GLM eru taldir upp tíu þættir sem einkenna grunngildi manneskjunnar, en þau eru:

Heilsa og líkamleg vellíðan, þekking og færni, innri friður, tilfinningastjórn, náin tengsl, sjálfstæði og trú á eigin getu, að tilheyra, gleði, sköpunarhæfni og tilgangur í lífinu.

Í GLM er byggt ofan á styrkleika einstaklingsins sem hafa áhrif á hvernig hann getur nýtt sér þá til að ná settum markmiðum með félagslega viðurkenndum leiðum,“ skýrir Sólveig og segir hugræna atferlismeðferð einnig gefa árangur.

„HAM er það meðferðarform sem rannsóknir sýna að hefur náð hvað bestum árangri til að ná og viðhalda bata á ýmsum geðrænum vanda, svo sem þunglyndi, vímuefnavanda, kvíða og ýmsum tegundum fælni. Í HAM er unnið út frá hugrænni og atferlislegri nálgun. Markmiðið er að einstaklingurinn auki innsýn í áhrif hugsana á tilfinningar og hegðun, það er, samspil hugsana, tilfinninga og hegðunar er skoðað. Tilgangurinn er að efla, meðal annars, eigin stjórn, auka getu til að sjá hluti frá öðrum sjónarhornum, bregðast við á meðvitaðri máta, aðstoða einstaklinga að þekkja og varast tilteknar aðstæður og bera kennsl á hugsanir sem fela í sér aukna hættu, þannig að þeir fremji ekki brot að nýju,“ segir hún.

Sólveig segir markmið inngripa og meðferðar vera að einstaklingar geti betur borið kennsl á þætti sem tengjast afbrotahegðun og geti sett það í samhengi við eigin hegðun.

„Einnig að efla getu dómþola til að takast á við aðstæður, sálræna og félagslega þætti sem auka líkur á brotatengdri hegðun. Þá er mikilvægt að huga einnig að þáttum sem draga úr líkum á brotum, það er þeim styrkleikum sem einstaklingurinn býr yfir.“

Sólveig Fríða Kjærnested, sálfræðingur og sviðsstjóri meðferðarsviðs hjá Fangelsismálastofnun.

21

FANGI AFPLÁNAR REFSINGU FYRIR KYNFERÐISBROT Í DAG. ÞAÐ ERU 14% ALLRA FANGA.

4

STÖÐUGILDI SÁLFRÆÐINGA ERU HJÁ FANGELSISMÁLASTOFNUN.

DÆMI UM ÓÆSKILEGA LEIÐ SEM SUMIR VELJA TIL AÐ UPPFYLLA GRUNNGILDI SVO SEM TILFINNINGASTJÓRN ER AÐ NOTA VÍMUEFNI EÐA ÚTRÁS SEM BJARGRÁÐ.

Hún segir þessa verndandi þætti geta verið ýmiss konar. „Að stunda nám eða vinnu, uppbyggileg áhugamál, vinátta, sjálfsstjórn, markmiðasetning, þrautseigja, lausnamiðuð nálgun og að geta rætt um vandamál.“

Þá geti jákvæð og stöðug samskipti við aðstandendur sem eru jákvæðar fyrirmyndir haft góð áhrif.

En hvað ef aðstandendur geta ekki átt jákvæð samskipti við brotamann? Eða telja það jafnvel ekki öruggt?

„Eins og við vitum þá er það ekki alltaf þannig gagnvart öllum aðstandendum. Hins vegar getur brotamaður átt marga aðstandendur með mismunandi tengsl og í einhverjum tilfellum getur forsenda verið til staðar. Tengsl við sína nánustu er fyrir marga mikilvægur þáttur í góðum lífsgæðum.“

Sólveig segir að það geti líka reynst nauðsynlegt að grípa til svokallaðra verndandi aðgerða. „Til dæmis í því að virkja dómþola til athafna sem tengjast ekki brotum, forða honum frá aðstæðum sem geta kveikt á gömlum hegðunarmynstrum, þá einkum brotahegðun. Auka færni í að sjá fyrir sér afleiðingar brotahegðunar sem eru neikvæðar. Hafa áhrif á þætti sem tengjast viðhorfum, aðstæðum eða hegðun sem hefur áhrif á brotahegðun.“

Hún bendir á að breytilegir áhættuþættir geti sveiflast hratt, jafnvel innan daga eða klukkustunda. Og eykst hættan sem af dómþola stafar á slíkum tímapunktum. „Í þessu samhengi má nefna neyslu, samskiptavanda eða húsnæðis- eða atvinnumissi.“

Sólveig segir að stundum séu sett skilyrði í meðferð þegar þörf er talin á að minnka líkur á frekari brotahegðun. „Getur þetta til að mynda verið takmörkun á því í hvaða fangelsi dómþoli afplánar eða hver skilyrði reynslulausnar eru með hliðsjón af áhættuþáttum. Dæmi um skilyrði eru til að mynda að mega ekki; umgangast ákveðna einstaklinga, vinna ákveðna vinnu eða búa á tilteknum stöðum. Skilyrði þessi þurfa að vera einstaklingsmiðuð, sanngjörn, réttlætanleg og raunhæf svo hægt sé að fylgja þeim eftir.“

Þá þurfi stundum eftirlit, eftir aðstæðum. „Svo sem rafrænt eftirlit, upplýsingagjöf til lögreglu, barnaverndar, félagsþjónustu eða annarra opinberra aðila sem að málinu koma. Hér er verið að reyna að draga úr kveikjum í umhverfinu og tækifærum, til dæmis með því að takmarka aðgang þeirra að ákveðnum stöðum.“

Fólk
Helgin
LAUGARDAGUR 12. OKTÓBER 2019

Tinna Guðmundsdóttir og Katrín Pétursdóttir smakka hér nýjasta bragðið í COLLAB línunni í veislu sem haldin var til að kynna það. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

COLLAB drykkur er spennandi nýjung

COLLAB drykkur hefur verið á markaði frá því í mars og hefur sannarlega slegið í gegn. Hægt er að velja um þrjár bragðtegundir en allir drykkirnir innihalda hreint kollagen frá Feel Iceland. COLLAB er unninn úr íslenskum hráefnum. 2

Active Liver
- Daglegt detox!

EINSTAKT KOLLAGEN RAKAKREM

GEFUR GÓÐA NÆRINGU OG MIKINN RAKA

Fæst í flestum apótekum, Heilsuver, www.lyfja.is og www.heilsanheim.is

Framhald af forsíðu ➪

COLLAB hefur ekki síst vakið athygli fyrir að vera alíslensk vöruþróun. Fólk hefur kolfallið fyrir þessari nýjung en velja má um límónu- og ylliblómabragð, mangó- og ferskjubragð og hindberja- og apríkósubragð. Drykkurinn inniheldur 5,9 grömm af hreinu kollagen prótíni frá Feel Iceland.

Vinsældir vara sem innihalda kollagen hafa vaxið ört hér á landi og annars staðar í heiminum. Fleiri neysluvörur svo sem fæðubótarefni, matar- og drykkjarvörur auk snyrtivara innihalda þetta vinsæla prótín.

„Með aldrinum minnkar framleiðsla mannslíkamans á kollageni en það er eitt helsta uppbyggingarprótín líkamans. Við byrjum að verða vör við aukna hrukkumyndun og önnur líkamleg einkenni þess að við erum að eldast. Þess vegna hefur kollagen stundum verið kallað æskubrunnurinn (e. fountain of youth),“ segir Hrönn Margrét Magnúsdóttir.

Íslensk náttúruafurð

Kollagen er prótín og það fyrirfinnst meðal annars í vöðvum, húð, sinum og beinum en það er ekki sama hvaðan kollagenið kemur eða hvernig það er unnið. Það eru til mörg mismunandi afbrigði af kollageni en algengustu kollagen mannslíkamans eru af týpu 1, týpu 2 og týpu 3. Feel Iceland kollagenið er unnið úr villtum þorski og hver einasta framleiðslulota er greind og prófuð vandlega á rannsóknarstofu áður en kollagenið fer á markað. Til þessa hefur kollagen aðallega verið notað utan á líkamann og hafa fjölmörg snyrtivörufyrirtæki nýtt sér kollagen.

COLLAB er samstarf Ölgerðarinnar og Feel Iceland

Kollagendrykkurinn COLLAB er íslensk nýjung. Kollagenið er unnið úr íslensku fiskroði undir ströngu gæðaeftirliti. Kollagen prótínið kemur frá Feel Iceland en fyrirtækið er í samstarfi við Ölgerðina með COLLAB drykkinn.

Feel Iceland var stofnað af þeim Hrönn Margréti Magnúsdóttur og Kristínu Ýri Pétursdóttur sem voru með þá hugsjón að nýta sjávarafurðir sem féllu til í hágæða vörur sem myndu láta fólki líða betur. Feel Iceland sérhæfir sig í hreinum kollagen fæðubótarefnum og er kollagenið unnið úr íslensku fiskroði hjá einum reyndast kollagenframleiðanda heims. Gæði og samfélagsábyrgð eru höfð í fyrirrúmi við vöruþróun. Vörur Feel Iceland hafa verið á markaði frá árinu 2014 og fengið frábærar viðtökur.

Kollagen, koffín og sex mismunandi B-vítamín

COLLAB er skemmtileg og spennandi nýjung sem byggir á íslensku hugviti. Drykkurinn er hressandi, sykurlaus og veitir fólki frábært uppbyggingarprótín. Kollagen er eitt umtalaðasta fæðubótarefni í nútíma samfélagi. Framleiðsla kollagens minnkar í líkamanum eftir því sem fólk eldist. Í drykknum eru einnig 105 mg af koffíni og sex mismunandi B-vítamín fyrir utan íslenska vatnið.

COLLAB fæst í öllum helstu verslunum og stórmörkuðum.

Kristín Ýr Pétursdóttir, Hrönn Margrét Magnúsdóttir, Ásta Pétursdóttir og Elísabet Reynisdóttir mynda núverandi teymið á bak við Feel Iceland.

Skálað í COLLAB sem er nýr alíslenskur drykkur sem slegið hefur í gegn.

COLLAB er nýjung á íslenskum markaði. Velja má um þrjár bragðtegundir, límónu- og ylliblómabragð, mangó- og ferskjubragð og hindberja- og apríkósubragð. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Gestir í kynningarveislunni hjá Ölgerðinni og Feel Iceland voru sammála um að bragðið af COLLAB drykknum væri frábært.

Fullt hús var hjá Ölgerðinni og Feel Iceland í veislu þegar drykkurinn var kynntur. Allir voru sammála um að COLLAB væri einstakur drykkur.

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **Hjördís Erna Þorgeirsdóttir** | hjordiserna@frettabladid.is s. 550 5767 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 57686 | **Sandra Guðrún Guðmundsdóttir,** sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Sölumenn: **Arnar Magnússon,** arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 550 5657, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, **Jóhann Waage,** johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, **Ruth Bergsdóttir,** ruth@frettabladid.is, s. 550 5653,

Kraftur úr iðrum jarðar

Kísill er lífsnauðsynlegt steinefni sem líkaminn notar til ýmissa starfa s.s. fyrir húð, hár, neglur, bein og liði. Inntaka á hreinum kísli getur verið mikil heilsubót samhliða heilbrigðu mataræði.

Kísill er oft kallaður gleymda steinefnið en það kemur fyrst og fremst úr matnum og er eitt helsta snefilefni mannslíkamans. Hann er einnig eitt algengasta steinefnið á yfirborði jarðar og er lífsnauðsynlegur til vaxtar og viðhalds lifandi vera. Hann getur auðveldað líkamanum upptöku á öðrum steinefnum, örvað efnaskipti og myndun frumna. Einnig eru vísbendingar um að hann taki þátt í nýmyndun kollagens og/eða stöðugleika þess.

Húð, hár, neglur, bein & liðir

Á sl. áratugum hefur safnast saman ýmiss konar fróðleikur um kísilinn og ljóst er að hann gegnir mikilvægu hlutverki í beinmyndun og heilsu beina og bandvefja. Þörf er á frekari rannsóknum á þessu frumefni til að skilja betur og ná utan um hvert líffræðilegt hlutverk þess er, en ljóst er að það er okkur lífsnauðsynlegt og notar líkaminn það til ýmissa starfa s.s. fyrir húð, hár, neglur, bein og liði og getur hann einnig stuðlað að endurbyggingu húðvefs.

GeoSilica

GeoSilica hefur verið starfrækt frá árinu 2012. Með einstöku hugviti og framleiðsluaðferðum er útkoman 100% hreinn kísill sem sóttur er á tveggja kílómetra dýpi í eldvirka íslenska jörð en hvergi annars staðar í heiminum er kísill unninn á þennan hátt. Þessi aðferð skilar neytendum hreinum og vel uppleysanlegum kísli og þar sem engin efni né hitun koma að vinnslunni skila gæðin sér 100% alla leið.

Áherslur í framleiðslu

GeoSilica hefur þróað fimm mismunandi vörur. Sú upprunalega er PURE en hún inniheldur eingöngu náttúrulegan jarðhitakísil og hreint íslenskt vatn. Í kjölfar frábærra viðbragða við vörunni var farið í frekari vöruþróun og 2017 var nýjum vörum bætt við. Sú fimmta, REFOCUS, kom síðan á markað í júlí 2019. Allar vörurnar innihalda hreinan kísil og í öllum nema PURE, eru viðbætt steinefni og/eða vítamín til að skerpa áherslur hverrar fyrir sig. GeoSilica vörurnar eru 100% náttúrulegar og vegan.

Frekari rannsóknir

Eftir því sem við eldumst minnkar kísilmagn líkamans og nútímafæða uppfyllir ekki alltaf kísilþörf hans þannig að það næst besta er að fá kísilinn beint úr náttúrunni. Þörf er á frekari rannsóknum á þessu frumefni til að skilja betur og ná utan um hvert líffræðilegt hlutverk þess er, en ljóst er að það er okkur lífsnauðsynlegt.

Sölustaðir: Apótek og helstu stórmarkaðir.

> Kísill er eitt algengasta steinefnið á yfirborði jarðar og lífsnauðsynlegur til vaxtar og viðhalds lifandi vera. Hann getur m.a. auðveldað líkamanum upptöku á öðrum steinefnum, örvað efnaskipti og myndun frumna.

PURE inniheldur 100 prósent náttúrulegan jarðhitakísil og hreint íslenskt vatn án allra aukaefna. Kísill er mikilvægt og lífsnauðsynlegt steinefni og er oft kallaður hið gleymda steinefni. MYNDIR/ARTASAN

RECOVER inniheldur 100% náttúrulegan jarðhitakísil með viðbættu magnesíum í hreinu íslensku vatni sem stuðlar að eðlilegri vöðvastarfsemi, aukinni orku ásamt því að styrkja taugakerfið. Auk þess stuðlar magnesíum að viðhaldi og myndun heilbrigðra beina.

RENEW inniheldur 100% náttúrulegan jarðhitakísil með viðbættu sinki og kopar í hreinu íslensku vatni sem stuðlar að viðhaldi hárs, húðar og nagla. Sérstaklega hannað til þess að knýja fram unglegan ljóma og náttúrulega fegurð.

REPAIR inniheldur 100% náttúrulegan jarðhitakísil með viðbættu mangan í hreinu íslensku vatni til að styrkja bæði bein og liðamót. Mangan stuðlar einnig að eðlilegri myndun bandvefs á borð við sinar, liðbönd og húð.

REFOCUS inniheldur 100% náttúrulegan jarðhitakísil með viðbættu járni og D-vítamín í hreinu íslensku vatni sem stuðlar að eðlilegri heilastarfsemi, aukinni orku og dregur úr þreytu. Auk þess stuðla bæði járn og D-vítamín að heilbrigðu ónæmiskerfi.

Hreindýr að hætti læknisins

RagnFreyr Ingvarsson eða læknirinn í eldhúsinu, býr yfir fjölda girnilegra uppskrifta á heimasíðu sinni. Hér er til dæmis frábær uppskrift að hreindýralund sem veiðimenn ættu að fagna.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Hreindýrakjöt er sannkallaður veislumatur og flestir geta öfundast út í veiðimenn sem fylla frystinn hjá sér á haustin. Ragnar Freyr setur hér upp mjög girnilega uppskrift og við fengum hana að láni.

Hreindýralund innbökuð í smjördeigi með Duxelle sveppum

Fyrst er að huga að sveppunum. „Samkvæmt því sem fram kemur í Matarást er þessi aðferð fengin frá matsveini d'Uxelle lávarðs, La Varenne, en þar segir að best sé að nota gamla sveppi þar sem þeir hafa mikið bragð,“ upplýsir Ragnar Freyr á bloggi sínu.

„Maður breytir uppskriftum alltaf eitthvað þannig að núna heitir þetta Ragnar'elle sveppir – maybe. Í dag notaði ég þrjár tegundir af sveppum, franska sveitasveppi, kastaníusveppi og svo venjulega sveppi frá Flúðasveppum. Fyrst voru 40 g af þurrkuðum sveppum leyst upp í volgu vatni og svo sjóðandi vatni.

Vatninu hellt frá og geymt í sósuna. Fersku sveppirnir skornir smátt. Smjör og olía hitað á pönnu. Þegar olían er að verða heit er 5-6 smátt skornum hvítlauksrifjum og 2 litlum fínskornum laukum dembt á pönnuna og látið svitna aðeins. Því næst var sveppunum skellt yfir og þeir látnir steikjast. Þá var ferskum kryddjurtum bætt á pönnuna, niðurskorinni salvíu, steinselju, basilíku og timían. Lyktin gýs að vitum manns. Þetta er steikt aðeins saman og svo er glasi af vatni hellt á pönnuna og jafnmiklu af hvítvíni. Þetta var soðið niður.

Þá að hreindýrinu. Lundin var þvegin og þurrkuð. Söltuð með Maldonsalti og pipruð með nýmuldum svörtum pipar og einnig piparblöndu. Smjör var brætt á pönnu og svo var lundin svissuð að utan – fáeinar sekúndur á hverri hlið. Tekið af pönnunni og látið hvíla,“ útskýrir Ragnar.

Ragnar Freyr Ingvarsson, læknirinn í eldhúsinu, matreiðir dásamlega flotta rétti. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Innbökuð hreindýralund er sannkallaður veislumatur. Ragnar Freyr gefur skemmtilega hugmynd að eldun.

> Hreindýrakjöt er villibráð sem er einstaklega ljúft og gott. Það hentar vel í villibráðaveislu ekki síður en á jólaborðið eða bara þegar maður gerir sér glaðan dag.

„Í framhaldinu eru þrjár plötur af smjördeigi flattar út. Ragnar'elle sveppirnir eru lagðir á og lundin ofan á sveppina. Svo er niðurskorinn gullostur lagður á kjötið og meira af sveppunum. Deigið er vafið yfir og innsiglað, penslað og látið í 160 gráðu heitan ofn með kjöthitamæli – tilbúið þegar kjarnhiti er á bilinu 72-76 gráður.

Löngu áður er niðurskorinn hvítlaukur, laukur, sellerí og gulrætur steiktar í potti. Þegar grænmetið er farið að mýkjast er vatninu af sveppunum hellt í pottinn (um 1 lítri) og suðan fær að koma upp. Saltað og piprað. Villibráðarkraftur af hvaða tagi sem er settur ofan í og svo meira vatn. Suðan fær að koma upp og svo soðið niður á nýjan leik. Næst er grænmetið skilið frá og soðið sett aftur í pott og látið malla. Niðursneiddir sveppir líkt og voru notaðir í fyllinguna eru settir í pottinn og látnir mýkjast í suðunni. Smakkað til. Bætt á krafti, saltað og piprað ef þarf. Hálfum pela af rjóma bætt út í og sósan soðin áfram og þykkt eftir þörf. Mjög gott er að mauka grænmetið með töfrasprota og bragðbæta sósuna með þessu, það bæði bragðbætir og þykkir hana, ég endaði með því að nota um helminginn af grænmetinu aftur ofan í sósuna.

Þessi matur var borinn fram með sykurhúðuðum kartöflum, grænbaunapuré og Waldorf salati og var hreinasta sælgæti.“

Sæbjúgnahylkin eru bylting

Magnús Friðbergsson mælir með sæbjúgnahylkjum frá Arctic Star en hann finnur mun á sér eftir að hann fór að nota þau. Sæbjúgu innihalda fimmtíu tegundir af næringarefnum.

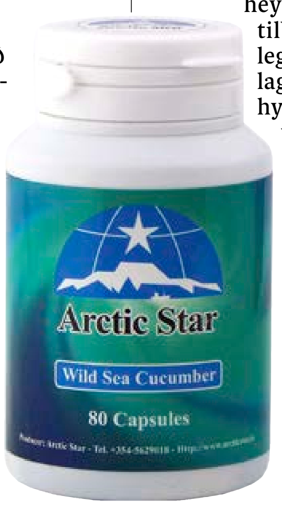
Í Kína eru sæbjúgu þekkt sem heilsubótarfæði og notuð til bóta við hinum ýmsu meinum. Kínverjar kalla sæbjúgu gjarnan „ginseng hafsins“ og til eru sagnir um notkun sæbjúgna þar fyrir meira en þúsund árum.

Arctic Star sæbjúgnahylkin innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum sem geta haft jákvæð áhrif á lífeðlisfræðilega starfsemi mannslíkamans, til dæmis er mikið kollagen í þeim en það er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans.

Finnur mikinn mun á sér

Á síðustu árum hefur Arctic Star sérhæft sig í þróun á fæðubótarefnum, svo sem framleiðslu, markaðssetningu og sölu á hágæða sæbjúgnahylkjum. Hylkin eru framleidd úr íslenskum, hágæða, villtum sæbjúgum sem eru veidd í Atlantshafinu.

Magnús Friðbergsson, verkefnastjóri hjá Landspítala, hefur tekið sæbjúgnahylkin frá Arctic Star undanfarin tvö ár. „Vinur minn kynnti mig fyrir sæbjúgnahylkjunum og þar sem ég hafði lengi verið slæmur í hnjám, með liðverki og lítið getað beitt mér, ákvað ég að prófa. Tveimur til þremur vikum seinna fann ég mikinn mun. Nú hef ég tekið sæbjúgnahylkin í tvö ár og fer allra minna ferða án óþæginda. Það er algjör bylting frá því sem áður var. Nú get ég gert hluti eins og að fara í langar gönguferðir, sem ég gat varla gert áður. Að minnsta kosti gerði ég það ekki með bros á vör og það tók mig langan tíma að jafna mig eftir álag,“ útskýrir hann.



Magnús, sem er 69 ára gamall í dag, hafði fengið að heyra frá lækni að mikið slit væri í hnjám hans og ekki væri von á að það gengi til baka. „Hann sagði mér að kíkja á fæðingardaginn minn og að ég gæti ekki búist við að fara aftur í tíma. Mér fannst vont að heyra þetta og var því tilbúinn að prófa ýmislegt sem gæti mögulega lagað þetta. Sæbjúgnahylkin frá Arctic Star virka mjög vel á mig og ég mæli með að fólk prófi þau.“

Framleiðandi sæbjúgna er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á arcticstar.is. Arctic Star sæbjúgnahylki fást í flestum apótekum og heilsubúðum og í Hagkaupum.

Magnús Friðbergsson mælir með Arctic star sæbjúgnahylkjunum.

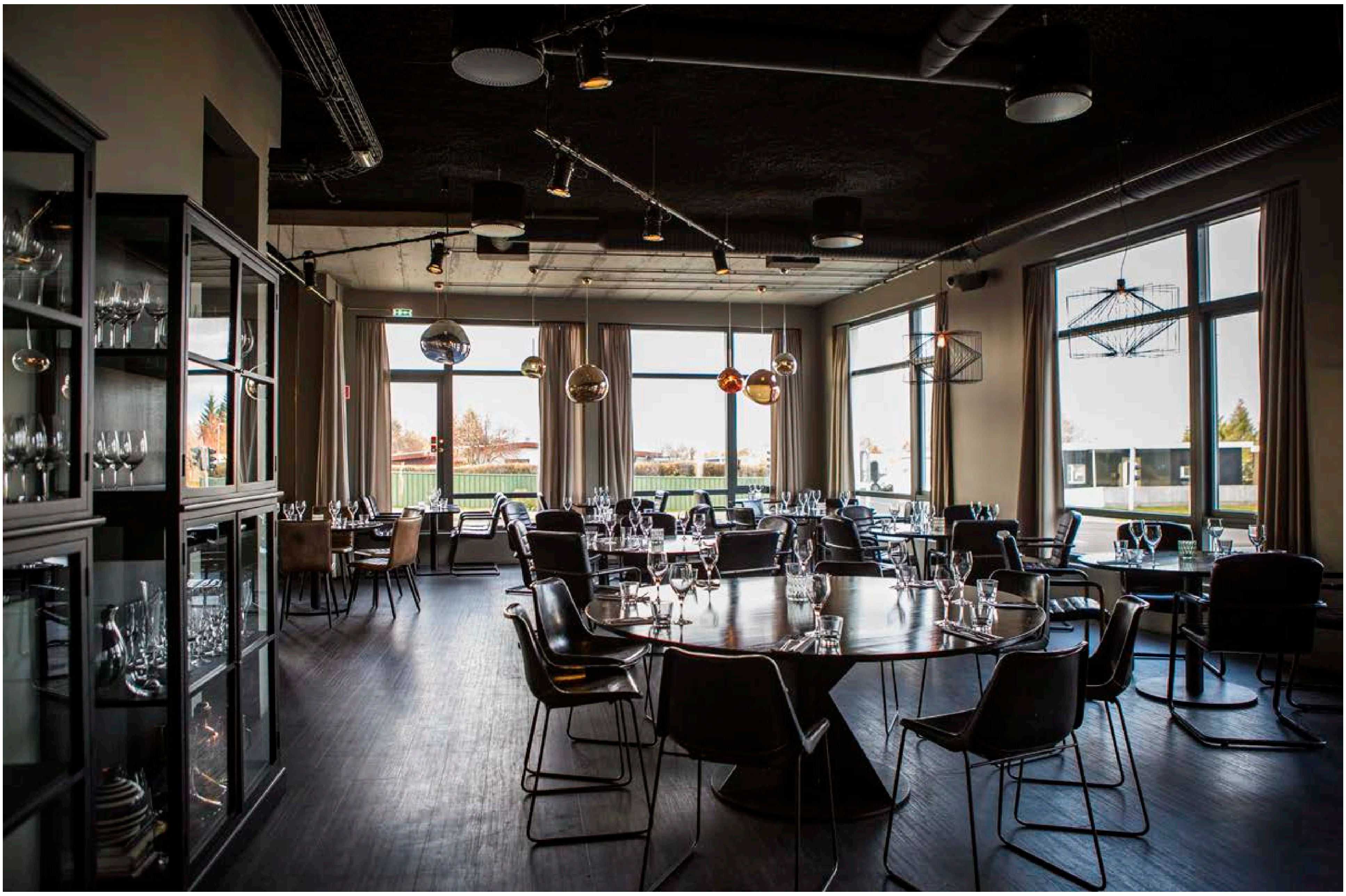
Jólahlaðborð

LAUGARDAGUR 12. OKTÓBER 2019

Kynningar: Mathús Garðabæjar, Center hótel, Nomy.is

Þægindi, gæði og gott verð

Mathús Garðabæjar ætlar að bjóða upp á glæsilegt jólahlaðborð með bæði hefðbundnum jólamat sem og spennandi en hátíðlegum nýjungum. Mathúsið verður tilvalið stopp í jólastússinu. →2



Á kvöldin um helgar verða lifandi tónlistaratriði í gangi í salnum og þar spila nokkrar af skærustu stjörnum landsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Framhald af forsíðu ➪

Mathús Garðabæjar var opnað í maí 2016 og þar er lögð áhersla á þægilegt andrúmsloft, góðan mat og þjónustu, sanngjarnt verð og góða aðstöðu fyrir börn.

„Það sem gefur okkur kannski sérstöðu er að við erum hér í úthverfi og bæjarfélagið kemur mikið saman hérna hjá okkur,“ segir Agnes Guðmundsdóttir, rekstrarstjóri Mathúss Garðabæjar. „Það er líka algengt að fyrirtæki komi með starfsfólk sitt á hlaðborðið til okkar.“

„Já, við erum með fastan kúnnahóp Garðbæinga og við bjóðum upp á mjög gott aðgengi og mikið af bílastæðum, þannig að það er alltaf auðvelt að koma og heimsækja okkur,“ segir Garðar Aron Guðbrandsson, yfirkokkur Mathúss Garðabæjar. „Við bjóðum líka upp á mikil gæði í bæði mat og þjónustu, sérstaklega miðað við verð.“

Hefðbundið en öðruvísi hlaðborð

„Við byrjum að bjóða upp á jólakvöldverðarhlaðborð fimmtudaginn 14. nóvember og helgina þar á eftir förum við að bjóða upp á jólabröns,“ segir Garðar. „Mánudaginn eftir það byrjar svo jólahádegisverðarhlaðborð. Brönsinn verður í boði um helgar en hádegishlaðborðið verður í boði á virkum dögum.“

„Jólahádegismaturinn verður í raun léttari útgáfa af jólakvöldverðinum og hann var rosalega vinæll í fyrra,“ segir Agnes. „Þetta verður svo í boði fram að jólum, til 23. desember.

Hádegisverðarhlaðborðið verður í boði á virkum dögum frá 11.30-14.30 og kostar 4.400 krónur og brönsinn er í boði um helgar og kostar 4.900 krónur,“ segir Agnes. „Kvöldverðarhlaðborðið er svo á 8.500 krónur frá sunnudegi til miðvikudags en á fimmtudögum, föstudögum og laugardögum er það á 9.900 krónur.“

„Hlaðborðið verður með hefðbundnu sniði og það verða heitir og kaldir réttir í boði, en svo er forréttur og eftirréttur keyrður út á diskum,“ segir Garðar. „Ég myndi segja að réttirnir séu jólalegir, en ekki alveg jól út í gegn. Við bjóðum upp á rétti sem eru hátíðlegir, en þeir eru ekki allir hefðbundnir jólaréttir og það gætir til dæmis asískra áhrifa í sumum þeirra. Þannig að það verður mikill jólafílingur í þessu, en þetta verður ekki allt gamli jólamaturinn sem allir eru vanir. Auðvitað vill fólk halda í hefðirnar og það eru nokkrir hlutir á matseðlinum sem verða að vera þar, en það er líka gaman að breyta til og prófa eitthvað nýtt.“

Jólahlaðborðið verður í boði frá 14. nóvember en á næstu dögum er einnig von á nýjum og glæsilegum matseðli. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mathús Garðabæjar leggur áherslu á þægilegt andrúmsloft.

Það er tilvalið að kíkja á Mathúsið í jólastússinu og fá sér eitthvað gott.

Fullkomið í jólastússinu

„Ekki má heldur gleyma að á kvöldin um helgar verða lifandi tónlistaratriði í gangi í salnum hjá okkur þar sem nokkrar af skærustu stjörnum landsins ætla að spila,“ segir Agnes. „Það verður því hægt að koma til okkar og sökkva sér alveg í jólastemningu. Það eru líka margar rosa flottar búðir hérna í kringum okkur og það myndast oft skemmtileg jólastemning þegar fólk er að versla og kemur svo við og fær sér eitthvað gott að borða á Mathúsinu.“

„Það eru auðvitað allir velkomnir til okkar og við bjóðum líka upp á sérstakt barnaherbergi sem hefur slegið í gegn hjá fjölskyldufólki,“ segir Garðar. „Þar geta börnin svolítið séð um sig sjálf í góðu yfirlæti.“

Á næstu dögum er líka von á nýjum og glæsilegum matseðli sem verður í gangi fram að jólahlaðborðinu,“ segir Garðar. „Það þarf því ekki að bíða til 14. nóvember til að koma að prófa eitthvað nýtt og spennandi hjá okkur.“

Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir | Sölumaður auglýsinga: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, | Veffang: frettabladid.is

Guðrún Elva segir fjölbreytta jóladagskrá á veitingastöðum CenterHotels. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Notaleg jólastemning í miðborginni

CenterHotels rekur fimm veitingastaði í Reykjavík. Ísafold Restaurant, Ský Restaurant & Bar, Jörgensen Kitchen & Bar, Stökk og Lóa Bar-Bistro. Á aðventunni verður sannkölluð jólastemning á veitingastöðunum.

Lóa Bar-Bistro

er notalegur bar og bistro staðsettur á Laugavegi 99. Lóa leggur áherslu á gæðamat á mjög sanngjörnu verði, en dýrasti rétturinn þar kostar 2.400 krónur. Djassband spilar alla föstudaga frá 19.00-22.00. Á aðventunni verður til dæmis tilboð á jólasmurbrauði og jólabjór, ostaplatta og víni. „Lóa hefur fengið mjög góðar viðtökur sem sýnir sig í góðri stemningu þar á kvöldin. Auk djassbandsins erum við með plötusnúð sem spilar á laugardagskvöldum frá 20.00-23.00," segir Guðrún Elva Hjörleifsdóttir, forstöðumaður veitingasviðs hjá Center Hotels. Opið verður á Lóu yfir allar hátíðirnar en á aðfangadag, jóladag og gamlársdag verður boðið upp á gómsætt jólahlaðborð.

www.loa.is/jol

Jörgensen Kitchen & Bar

er á Laugavegi 120. Jörgensen verður í sannkölluðu hátíðarskapi alla aðventuna en þar verður sú nýjung í desember að boðið verður upp á jólahlaðborð fyrir stærri hópa, þrjátíu manns eða fleiri. „Við erum með frábæra séraðstöðu á veitingastaðnum sem hentar einstaklega vel fyrir hópa. Þar er útgengi beint út á afgirtan pall sem er mjög skemmtilegur þegar fólk er að hittast og gera sér glaðan dag," segir Guðrún Elva. Jólahlaðborðið verður í boði allan desember eftir pöntunum.

Auk jólahlaðborðsins í desember verður einnig boðið upp á hátíðlegt jólahlaðborð á aðfangadag, jóladag og gamlársdag líkt og fyrri ár sem hefur verið mjög vinsælt og bókast hratt í.

Á Jörgensen er djassband sem spilar fyrir gesti öll fimmtudagskvöld frá 18.00-20.00 og Guðrún Elva segir að þar verði að sjálfsögðu tilboð á jólabjór á aðventunni auk annarra spennandi tilboða á meðan djassinn ómar.

www.jorgensenkitchen.is/jol

Ísafold Restaurant

er í Þingholtsstræti 3-5 á Center Hotel Þingholti sem er hönnunar- og boutique-hótel í hæsta gæðaflokki. Á Ísafold verður boðið upp á jólaseðil á aðfangadag, jóladag og gamlársdag en þar er einnig boðið upp á vín- og matarsmakk sem hefur verið mjög vinsælt og uppselt hefur verið á undanfarið. „Við byrjuðum á vín- og matarsmakkinu fyrir nokkrum mánuðum og eftirspurnin hefur verið framar vonum," segir Guðrún Elva.

„Á Ísafold er einnig boðið upp á aðstöðu fyrir hópa í fordrykk. Þetta er svolítið falin perla sem ekki margir vita af en tilvalið er að koma með hópinn í fordrykk og nasl og njóta hönnunar og þæginda sem Ísafold og Center Hotel Þingholt hefur upp á að bjóða. Einnig er gaman að segja frá því að á hótelinu er SPA sem hefur verið vinsælt hjá minni hópum."

www.isafoldrestaurant.is/jol

Ský Restaurant & Bar

er staðsett á Ingólfsstræti 1, efst uppi á áttundu hæð á CenterHotel Arnarhvoli. Þar er fallegt útsýni yfir höfnina, Hörpu og Faxaflóann. Sem viðbót við okkar venjulega seðil býður Ský upp á þriggja rétta aðventuseðil frá 28. nóvember auk þess að vera með hátíðarseðil á aðfangadag, jóladag og gamlársdag. „Aðventuseðillinn er í boði fyrir alla en honum fylgir jólaglögg sem hefur ekki verið í boði á mörgum stöðum undanfarið. Okkur finnst gaman að koma jólaglögginu að aftur," segir Guðrún Elva. Á Ský er einnig lifandi tónlist en gítarleikarinn Ívar Símonarson spilar þar öll laugardagskvöld frá 18:30-20:30 „Hann mun að sjálfsögðu vera með jólaþema á aðventunni. En auk okkar venjulega seðils og aðventuseðilsins getur fólk komið og fengið sér jólaglögg eða jólakakó, hlýjað sér í jólainnkaupunum og horft út á sjó."

www.skyrestaurant.is/jol

Danir byrja jólin snemma

Ingveldur Guðrún Ólafsdóttir söngkona þekkir vel til jólahlaðborða enda söng hún árlega á þeim í tíu ár. Hún segist hafa notið þess jafnvel betur en að borða jólamatinn.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

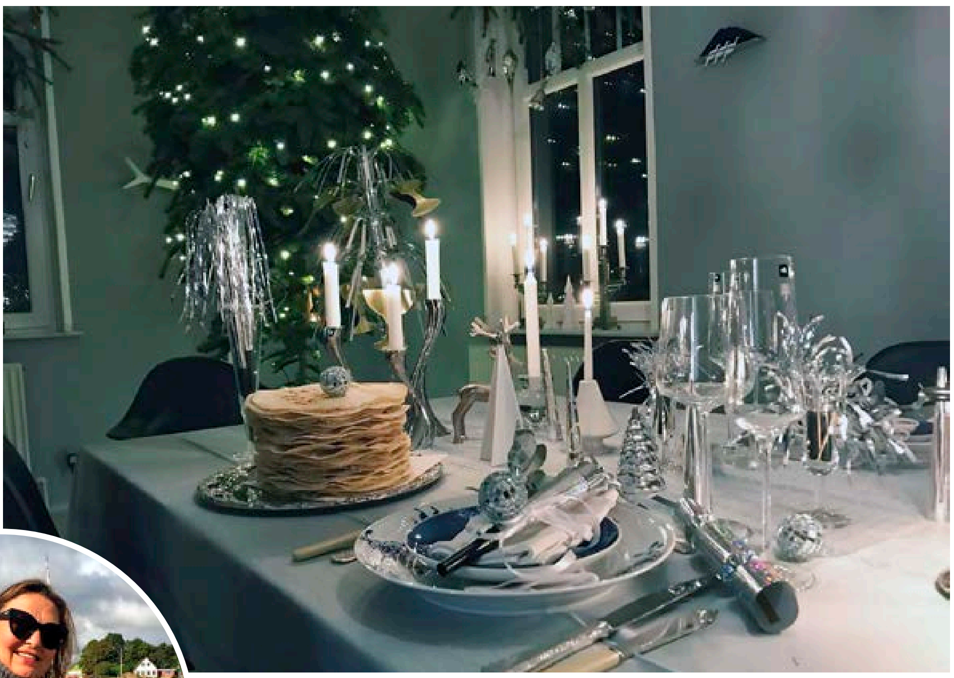
Ingveldur Guðrún býr í Danmörku ásamt eiginmanni sínum, Jóhanni Haukssyni, sem starfaði lengi sem blaða- og fréttamaður. Þau hafa kynnst jólaveislum Dana og Ingveldur segir að þeir byrji snemma að halda upp á jólin. Kunna að „hygge sig“. „Það er upplifun út af fyrir sig að fara á danskt jólahlaðborð. Danir gefa sér langan tíma til að borða og njóta. Ég hafði áður farið í hádeginu með vinnufélögum mínum á Íslandi og við gúffuðum í okkur. Danir taka allan eftirmiðdaginn í þetta,“ segir Ingveldur.

„Danir byrja aðventuna í byrjun nóvember. Þeir gera þessum tíma góð skil og núna eru til dæmis jólablöðin komin í verslanir. Hins vegar enda mjög margir þeirra jólin á annan í jólum. Þá er þetta búið, allt skraut og jólatré tekið niður. Sjálf hefur Ingveldur hóflega gaman af því að skreyta húsið fyrir jólin en í eitt skiptið hafði hún jólatréð á hvolfi svo hugmyndaflugið fær að njóta sín hjá henni.

Ingveldur segir að jólahlaðborð njóti enn mikilla vinsælda í Danmörku enda eru Danir rómaðir nautnaseggir þegar kemur að mat og drykk. „Ég er engin sérstök jólahlaðborðskona, sennilega vegna leti. Maður þarf nefnilega stöðugt að standa upp og sækja sér eitthvað á diskinn. Ég hef samt ánægju af því að borða þótt ekki sé það af hrúguðum diski þar sem ediklögurinn af síldinni blandast við sósuna með lambinu. Og síðan að standa í röð til að ná sér í meira. Þegar ég fer út að borða þá nýt ég þess að láta stjana við mig. Það hentar mér miklu betur að fá þessa svokölluðu jólaplatta sem reiddir eru fram af þjóni,“ segir hún.

„Vissulega eiga jólahlaðborð rétt á sér en ég hef stundum velt því fyrir mér hversu mikil matarsóun eigi sér stað þegar hlaðborðin svigna sum hver undan veitingunum. Ég hef því leitt hugann að því að sennilega séu plattarnir heppilegri þar sem skammtarnir eru hæfilega stórir,“ bætir hún við.

„Mér finnst yfirleitt allur matur góður enda mikil matmanneskja. Villibráð er samt í miklu uppáhaldi, sama í hvaða formi hún er, rjúpusúpa, hreindýrabollur, grafin gæs eða gæsaconfit, hangikjöt og laufabrauð og allt hvað það heitir,“ segir Ingveldur sem var í heimsókn í Berlín hjá dóttur sinni, Hildi Guðnadóttur tónskáldi, þegar við spjölluðum við hana. Eins og flestum er kunnugt hefur Hildur heldur betur slegið í gegn með tónlist sinni í Hollywood-kvikmyndum. Fjölskyldan var öll á leið til Kraká í Póllandi þar sem Hildur verður með tónleika. Sjö ára sonur hennar fær líka að fara með.



Fallegt jólaborð hjá Ingveldi og jólatré á hvolfi. Hún kann sannarlega að gera fallegt hjá sér.

Ingveldur Guðrún söngkona er hér stödd á Jótlandi í Danmörku þar sem hún býr.

Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is 550 5626

*Neyslukönnun Gallups 2018, allt land, 18-80 ára

job

NORÐURÁL

Sérfræðingur rafbúnaðar

Helstu viðfangsefni og ábyrgð
- Vera leiðandi við uppbygginguu, viðhald og þróun lágspennukerfa
- Tækniþjónusta á sviði lágspennukerfa
- Stuðla að aukinni sjálfvirkni búnaðar
- Samskipti við framleiðsludeildir og framleiðendur búnaðar
- Þátttaka í skilgreiningu og hönnun vegna breytinga og nýfjárfestinga

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun á sviði rafmagnsverkfræði/-tæknifræði
- Sterk öryggisvitund, frumkvæði og fagleg vinnubrögð
- Jákvæðni og góðir samskiptahæfileikar
- Reynsla af rekstri eða hönnun lágspennukerfa er kostur

Norðurál leitar að sérfræðingum

Norðurál óskar eftir að ráða öfluga starfskrafta. Verkefnin eru fjölmörg, áhugaverð og krefjandi í lifandi og góðu starfsumhverfi þar sem metnaður og fagmennska eru í fyrirrúmi. Við leggjum áherslu á jöfn tækifæri, góðan starfsanda og samstarf ásamt ríkri öryggis- og umhverfisvitund.

Sérfræðingur iðnstýringar

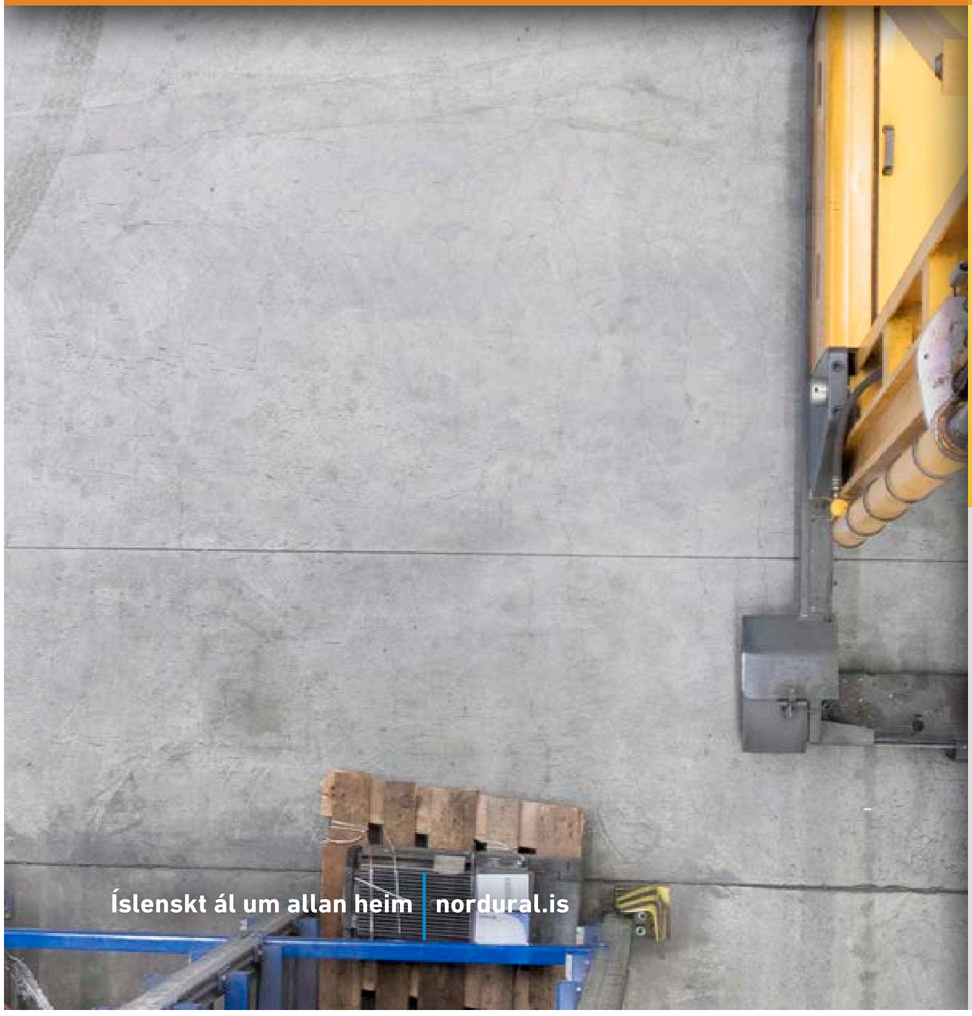
Helstu viðfangsefni og ábyrgð
- Uppbygging, viðhald og þróun iðnstýringa, skjákerfa og gagnagrunnskerfa
- Stuðla að aukinni sjálfvirkni búnaðar og nýtingu upplýsinga frá iðnstýrikerfum
- Tækniþjónusta varðandi iðnstýringar, skjákerfi og gagnagrunnskerfi
- Samskipti við framleiðsludeildir og framleiðendur búnaðar
- Þátttaka í skilgreiningu og hönnun vegna breytinga og nýfjárfestinga

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun á sviði rafmagnsverkfræði/-tæknifræði
- Sterk öryggisvitund, frumkvæði og fagleg vinnubrögð
- Jákvæðni og góðir samskiptahæfileikar
- Reynsla af rekstri eða hönnun iðnstýri- og skjámyndakerfa (SCADA) er kostur
- Þekking á búnaði frá Allen Bradley æskileg

Sérfræðingur vélbúnaðar

Helstu viðfangsefni og ábyrgð
- Tæknilegur stuðningur og ráðgjöf vegna viðhalds og reksturs á vélbúnaði
- Hönnun og eftirfylgni með breytingum á vélbúnaði
- Þátttaka í verkefnum um aukna sjálfvirkni búnaðar
- Samskipti við framleiðsludeildir og framleiðendur búnaðar
- Þátttaka í skilgreiningu og hönnun vegna breytinga og nýfjárfestinga

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun á sviði vélaverkfræði/-tæknifræði
- Sterk öryggisvitund, frumkvæði og fagleg vinnubrögð
- Jákvæðni og góðir samskiptahæfileikar
- Reynsla af rekstri eða hönnun á vélbúnaði er kostur



Íslenskt ál um allan heim | nordural.is

Nánari upplýsingar veita Torfi Markússon (torfi@intellecta.is) og Ari Eyberg (ari@intellecta.is) í síma 511 1225. **Umsóknarfrestur er til og með 21. október.** Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál. Sótt er um á **www.intellecta.is** og umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá.

Norðurál á Grundartanga er eitt stærsta iðnfyrirtæki á Íslandi. Hjá fyrirtækinu starfa um 600 manns með fjölbreytta menntun og bakgrunn. Norðurál vill stuðla að jöfnu hlutfalli karla og kvenna innan fyrirtækisins og jöfnum tækifærum til starfsþróunar.

bsi. ISO 9001 Quality Management · bsi. ISO 14001 Environmental Management · bsi. OHSAS 18001 Occupational Health and Safety Management

FLYOVER ICELAND LEITAR AÐ REYNDUM SÖLUSTJÓRA

FlyOver Iceland leitar að öflugum sölustjóra í ört vaxandi fyrirtæki. Sölustjóri FlyOver Iceland er lykilaðili í samhentu stjórnendateymi fyrirtækisins og gegnir mikilvægu hlutverki í að leiða sölustefnu á innanlandsmarkaði í samstarfi við öflugt alþjóðlegt söluteymi. Viðkomandi vinnur í nánu samstarfi við framkvæmdastjóra og öðrum lykilstarfsmönnum fyrirtækisins.

HLUTVERK OG HELSTU VERKEFNI:

- Móta sölustefnu fyrir FlyOver Iceland á Íslandi
- Vinna náið með alþjóðlegu stjórnendateymi FlyOver Iceland
- Vinna að söluáætlunum og framfylgja þeim
- Skipulagning og markmiðasetning
- Þjónustulund og eftirfylgni

UM FLYOVER ICELAND

FlyOver Iceland er í eigu Esja Attraction og Pursuit Collection og er eitt fjölsóttasta afþreyingarfyrirtæki landsins. Fyrirtækið sérhæfir sig í einstakri upplifun fyrir þá sem vilja fljúga yfir Ísland og njóta náttúrunnar á ógleymanlegan og raunverulegan hátt.

HÆFNISKRÖFUR

- A.m.k tveggja ára reynsla af stjórnun í sambærilegu starfi
- Afar góð þekking á ferðþjónustu á Íslandi
- Góð íslensku- og enskukunnátta skilyrði
- Hæfni til að miðla upplýsingum
- Góð samskiptahæfni og geta til að vinna í stjórnendateymi
- Góð þekking á Microsoft forritum, Bókun og öðrum bókunarkerfum
- Þekking á Sales force er kostur
- Þarf að geta hafið störf sem fyrst

Umsóknarfrestur er til og með 24. október 2019.
Með hverri umsókn skal fylgja kynningarbréf og starfsferilskrá.
Umsóknir sendist á helgamaria@flyovericeland.is
www.flyovericeland.is
s: 5276700

FlyOver ICELAND

Rangárþing eystra

Forstöðumaður mötuneytis

Í Rangárþingi eystra búa tæplega 2000 manns. Sveitarfélagið er mikið landbúnaðarhérað en jafnframt er ferðaþjónusta vaxandi atvinnugrein. Þar er að finna einstakar náttúruperlur og þekkta sögustaði eins og Þórsmörk, Tindfjöll, Eyjafjallajökull, Skógarfoss, Seljalandsfoss og Paradísarhelli.

Sögusvið Brennu-Njáls sögu teygir sig um allt svæðið. Afþreying er af ýmsu tagi og hentar öllum aldurshópum s.s. söfn, sýningar, sundlaugar, hestaleigur, gönguleiðir, íþróttamiðstöð, golf, gallerí, veiði o.fl.

Hvolsvöllur er þéttbýliskjarni sveitarfélagsins og þar er stjórnsýslan ásamt grunnskóla og leikskóla, heilsugæslu, apóteki, sundlaug, íþróttahúsi, verslun, banka, veitingastöðum o.fl. Helstu atvinnuvegir eru iðnaður, verslun og þjónusta.

*Nánari upplýsingar um sveitarfélagið má finna á heimasíðu þess **www.hvolsvollur.is***

Laust er til umsóknar starf forstöðumanns í sameinuðu mötuneyti sveitarfélagsins. Mötuneytið er á hjúkrunarheimilinu Kirkjuhvoli en einnig er framreiðsluaðstaða í grunn- og leikskólanum. Forstöðumaður ber ábyrgð á og sér um daglegan rekstur og þjónustu mötuneytis hjúkrunarheimilis, leikskóla, grunnskóla, skjólstæðinga félagsþjónustu og jafnvel annarra stofnana sveitarfélagsins. Sveitarfélagið vinnur að innleiðingu heilsueflandi samfélags og skal matreiðsla taka mið af því.

Leitað er að öflugum og metnaðarfullum einstaklingi í starfið. Forstöðumaður mötuneytis ber ábyrgð gagnvart hjúkrunarforstjóra Kirkjuhvols. Starfshlutfall er 100%. Laun eru skv. kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Konur, jafnt sem karlar eru hvött til að sækja um.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Daglegur rekstur mötuneytis
- Skipulagning vakta og matseðla
- Aðkoma að áætlanagerð fyrir rekstur og innkaup og fjárhagsleg ábyrgð á rekstri í samræmi við fárhagsáætlun
- Skipulagning og ábyrgð á framleiðslu, afhendingu og framreiðslu
- Aðkoma að samningagerð við birgja, verktaka og þjónustuaðila
- Boðar og situr fundi með yfirmanni og forstöðumönnum annarra stofnana
- Býr til og birtir matseðla fyrir stofnanir

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Iðnmenntun sem nýtist í starfinu s.s. matreiðslupróf, matsveinn, framreiðsla, matartækni, kjöt- eða bakaraiðn eða starfsnám tengt matargerð
- Þekking/reynsla af rekstri mötuneytis ásamt mannaforráðum er kostur
- Þekking/reynsla af næringarfræði, sérþörfum, gæðum og fjölbreytileika matar er kostur
- Góð almenn tölvukunnátta
- Góð kunnátta í íslensku og ensku
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæð vinnubrögð, frumkvæði og skipulagshæfni

Nánari upplýsingar veita Ari Eyberg (ari@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511-1225. Umsóknarfrestur er til og með 28. október 2019. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is og henni þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf.

Intellecta, Síðumúli 5, 108 Reykjavík, sími 511 1225.

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Umhverfis- og skipulagsstjóri

Starf umhverfis- og skipulagsstjóra hjá sveitarfélaginu Hornafirði er nú laust til umsóknar. Um er að ræða krefjandi starf fyrir öflugan stjórnanda sem mun leiða og veita faglega forystu umhverfis- og skipulagsmálum sveitarfélagsins. Viðkomandi hefur yfirumsjón og eftirlit með faglegu starfi sviðsins og undirbýr og fylgir eftir þeim málum er varða umhverfis- og skipulagsnefnd sem starfsmaður nefndarinnar.

Umsóknarfrestur
26. október

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/14788

Helstu verkefni:
- Áætlunargerð og stefnumótun
- Daglegur rekstur umhverfis- og skipulagssviðs
- Umsjón og eftirlit með skipulagsgerð og framkvæmdum
- Yfirumsjón með vatns-, fráveitu- og sorpmálum
- Yfirumsjón með umhverfismálum sveitarfélagsins
- Upplýsingagjöf og samskipti við íbúa, kjörna fulltrúa og aðra hagsmunaaðila

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Viðkomandi þarf að uppfylla kröfur eins og þeim er lýst í 7. gr. skipulagslaga nr. 123/2010
- Reynsla af sambærilegu starfi er kostur
- Reynsla af áætlanagerð s.s. verk-, kostnaðar- og fjárhagsáætlanagerð
- Góð þekking á lögum og reglugerðum tengdum bygginga- og skipulagsmálum er æskileg
- Æskilegt er að umsækjandi uppfylli skilyrði 8. og 25. gr. mannvirkjalaga
- Leiðtogahæfni og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni

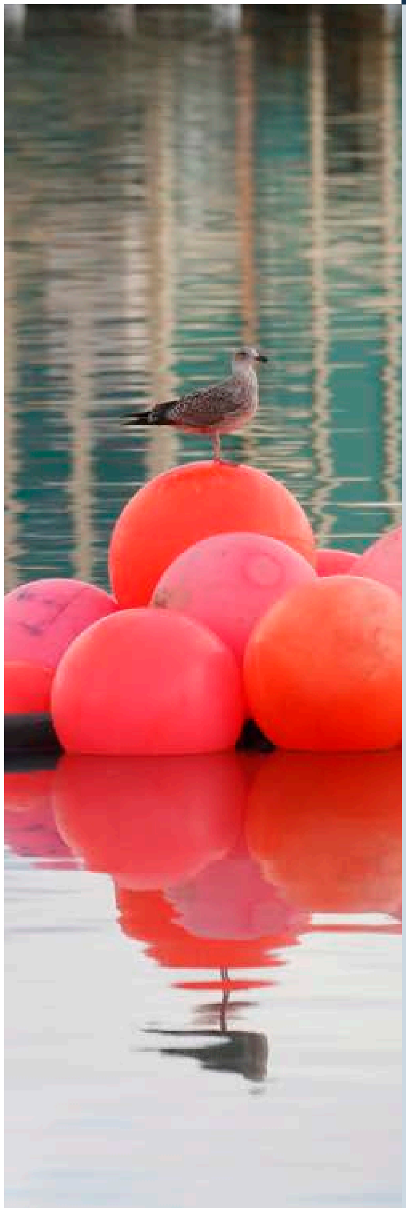
SVEITARFÉLAGIÐ HORNAFJÖRÐUR

Á Hornafirði búa um 2.400 manns í blómlegri byggð þar sem fjölbreytt atvinnu- og menningarlíf fer saman. Starfsmannafjöldi er 260 og einkunnarorð sveitarfélagsins eru samvinna – metnaður – heiðarleiki. Umhverfi sveitarfélagsins er stórbrotið og tækifæri til útivistar fjölbreytt.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Forstjóri Umhverfisstofnunar



Umhverfis- og auðlindaráðuneytið auglýsir laust embætti forstjóra Umhverfisstofnunar
Leitað er eftir leiðtoga með kraft og metnað til að vinna að markmiðum stofnunarinnar og veita framúrskarandi þjónustu í þágu náttúru, almennings og atvinnulífs. Embættið felur í sér tækifæri til að vinna að framtíðar-stefnumótun á sviði umhverfismála.

Umhverfis- og auðlindaráðherra skipar forstjóra Umhverfisstofnunar til fimm ára. Hann stýrir stofnuninni, mótar stefnu í störfum hennar og ber ábyrgð á fjárhagslegum rekstri hennar. Hjá stofnuninni starfa um 120 starfsmenn.

Hlutverk Umhverfisstofnunar er lögum samkvæmt að stuðla að velferð almennings með því að beita sér fyrir heilnæmu umhverfi, öruggum neysluvörum, náttúruvernd og sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda.

Helstu verkefni stofnunarinnar eru:
- Loftslagsmál og loftgæði.
- Verndun hafs og vatns.
- Málefni hringrásarhagkerfisins.
- Náttúruvernd og umsjón og rekstur friðlýstra svæða.
- Verndun og stjórnun veiða á villtum fuglum og dýrum.
- Eftirlit og leyfisveitingar, m.a. vegna mengandi starfsemi.
- Söfnun og miðlun upplýsinga um umhverfismál.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólamenntun á meistarastigi sem nýtist í starfi.
- Víðtæk stjórnunarreynsla og reynsla af vinnu við stefnumótun og áætlanagerð.
- Leiðtogahæfileikar.
- Hæfni til að leiða fólk til samvinnu og árangurs.
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu er kostur.
- Gott vald á íslensku og góð kunnátta í ensku og einu Norðurlandamáli.

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá og stutt kynningarbréf um ástæðu umsóknar auk upplýsinga um árangur sem viðkomandi hefur náð í starfi og telur að nýtist í embættið. Þriggja manna valnefnd skipuð af umhverfis- og auðlindaráðherra metur hæfni og hæfi umsækjenda og skilar greinargerð til ráðherra.

Umsóknarfrestur er til og með 28. október nk.
Umsóknum skal skila rafrænt á netfangið uar@uar.is.
Nánari upplýsingar um starfið eru á Starfatorgi – starfatorg.is.

Upplýsingar um embættið veitir Sigríður Auður Arnardóttir, ráðuneytisstjóri í umhverfis- og auðlindaráðuneytinu (sigridur.arnardottir@uar.is).

Stjórnarráð Íslands
Umhverfis- og auðlindaráðuneytið

Icepharma leitar að metnaðarfullum og drífandi einstaklingi

Viðskiptastjóri á Lyfjasviði (Key Account Manager)

Helstu verkefni og ábyrgð

- Kynningar á lyfjum og myndun viðskiptatengsla við lækna og annað heilbrigðisstarfsfólk
- Þátttaka í og skipulagning funda og ráðstefna hérlendis og erlendis
- Markaðsgreiningar og áætlanagerð
- Samskipti við erlenda birgja
- Gerð auglýsinga og markaðsefnis

Hæfnikröfur

- Háskólamenntun í heilbrigðisgreinum, t.d. lyfjafræði
- Reynsla af sölu- og markaðsstarfi, viðskiptastjórn og sölu heilbrigðisvara eða lyfja
- Frumkvæði, fagmennska og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Jákvæðni, framúrskarandi færni og áhugi á mannlegum samskiptum og tengslamyndun
- Hæfileikar til og ánægja af að vinna kappsamlega, sjálfstætt og skipulega að skýrum markmiðum
- Hæfileikar til og áhugi á að setja sig inn í flókið fræðilegt efni
- Mjög góð færni í miðlun upplýsinga í ræðu og riti
- Gott vald á íslensku og ensku

Nánari upplýsingar um starfið veitir Bessi H. Jóhannesson, framkvæmdastjóri Lyfjasviðs Icepharma, bessi@icepharma.is.

icepharma 1919-2019

Icepharma er í fararbroddi á íslenskum heilbrigðis- og neytendamarkaði. Kjarninn í starfsemi okkar er að auka lífsgæði með öflugu framboði af heilsueflandi vörum. Hjá fyrirtækinu starfa yfir 100 manns við sölu og markaðssetningu, sérfræðiráðgjöf og þjónustu. Við leggjum áherslu á metnað, frumkvæði, gleði og svigrúm starfsfólks til að vaxa og þróast í starfi.

Sótt er um starfið á ráðningarvef Icepharma: www.icepharma.is / Um Icepharma / Atvinna
Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá ásamt kynningarbréfi. **Umsóknarfrestur er til 20. október 2019.**
Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og í samræmi við lög um meðferð persónuupplýsinga.

EFLING STÉTTARFÉLAG

BRENNUR ÞÚ FYRIR BETRA SAMFÉLAGI?

Viltu starfa með kröftugum hópi Eflingar við að bæta kjör hátt í 30.000 félagsmanna í stéttarfélaginu? Félags- og þróunarsvið Eflingar auglýsir eftir verkefnisstjóra fræðslumála og félagsfulltrúa. Störfin fela í sér spennandi tækifæri fyrir metnaðarfulla einstaklinga til að taka þátt uppbyggingu og þróun árangursríkra vinnubragða í stéttarbaráttu. Konur jafnt sem karlar af ólíkum uppruna eru hvött til að sækja um störfin.

VERKEFNISSTJÓRI FRÆÐSLUMÁLA

Helstu verkefni

- Þróun, skipulagning og umsjón almennra fræðslunámskeiða hjá Eflingu
- Umsjón með trúnaðarmannanámskeiðum
- Markaðssetning fræðslunámskeiða, kynningar og fræðsla
- Skipulagning reglulegra fræðsluviðburða
- Samstarf um önnur verkefni Félags- og þróunarsviðs og verkefni annarra sviða innan Eflingar

Hæfniskröfur

- Menntun og/eða reynsla á sviði fræðslumála
- Reynsla af upplýsingamiðlun og þróun kynningarefnis á íslensku og ensku ákjósanleg
- Þekking á sviði kjarabaráttu kostur
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Sveigjanleiki, metnaður og öguð vinnubrögð

FÉLAGSFULLTRÚI

Helstu verkefni

- Uppbygging trúnaðarmannakerfis
- Vinnustaðafundir og valdefling félagsmanna
- Þátttaka í viðburðahaldi, útgáfu og upplýsingamiðlun til félagsmanna
- Samstarf um önnur verkefni Félags- og þróunarsviðs og verkefni annarra sviða innan Eflingar

Hæfniskröfur

- Menntun og reynsla sem nýtist í starfi
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Þekking á sviði kjarabaráttu kostur
- Frumkvæði, agi og metnaður til að ná árangri í starfi
- Góð færni í ensku, önnur tungumálakunnátta kostur

Umsóknum skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf.

Umsóknir óskast fylltar út á **hagvangur.is**

Nánari upplýsingar veitir Geirlaug Jóhannsdóttir, geirlaug@hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 4. nóvember 2019.

HAGVANGUR

LANDSSAMTÖK LÍFEYRISSJÓÐA

SÉRFRÆÐINGUR

Landssamtök lífeyrissjóða óska eftir sérfræðingi til starfa

Leitað er að öflugum einstaklingi með góða hæfni til að annast greiningu á ýmsum hagstærðum og víðtæka þekkingu og getu til að starfa skipulega og sjálfstætt. Mikilvægt er að viðkomandi búi yfir góðum samskiptahæfileikum.

Starfssvið

- Annast greiningu, úrvinnslu og samantekt á ýmsum gagnlegum hagtölum fyrir lífeyrissjóði.
- Veita faglega aðstoð við starfshópa sem starfa á vegum samtakanna.
- Sinna almennum skrifstofustörfum.
- Önnur verkefni í samráði við framkvæmdastjóra.

Menntun og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, t.d. hagfræði-, viðskipta- eða verkfræðimenntun.
- Framhaldsmenntun er æskileg.
- Eiga mjög gott með að annast greiningarvinnu og úrvinnslu tölfræðigagna.
- Eiga auðvelt með framsetningu á skriflegum texta.
- Góðir skipulagshæfileikar og geta til að starfa sjálfstætt.
- Afburðagóð enskukunnátta, vald á öðrum tungumálum, einkum norðurlandamáli, er kostur.
- Góðir samskiptahæfileikar.

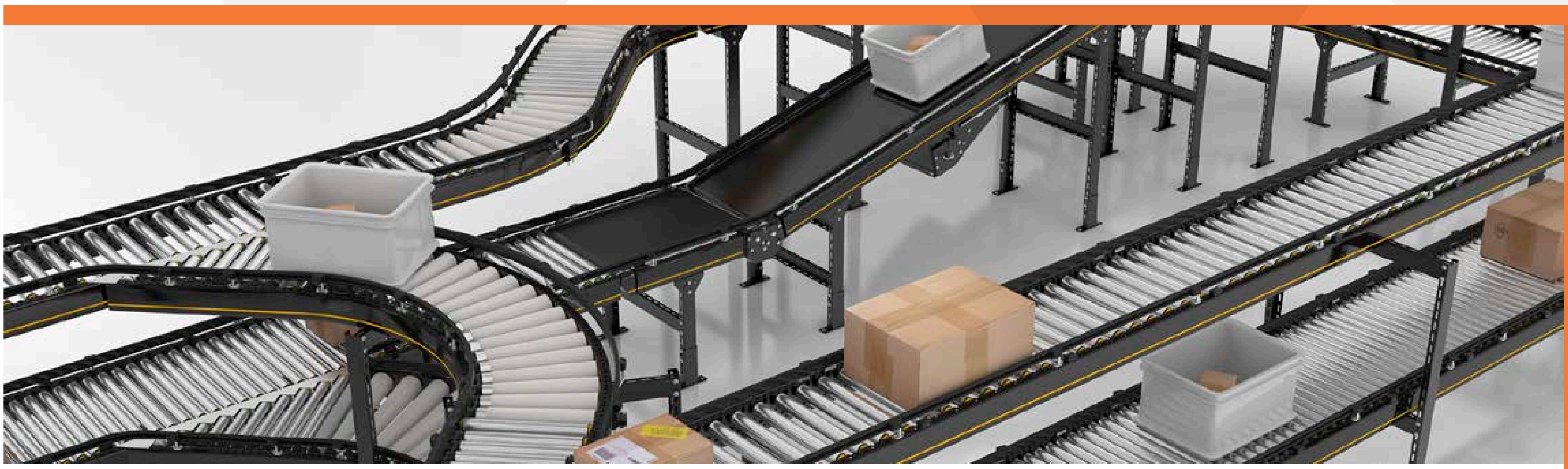
Upplýsingar óskast fylltar út á **www.hagvangur.is**

Umsókn skulu fylgja ítarlegar og greinargóðar upplýsingar um náms- og starfsferil þar sem tilgreind eru verkefni og ábyrgð úr fyrri störfum.

Upplýsingar veitir Katrín S. Óladóttir

Umsóknarfrestur er til og með 28. október nk.

HAGVANGUR



INTERROLL®

WORKSHOP MANAGER

What do we offer you?

- Good career opportunities
- A chance to develop skills within sales and management
- Freedom (within responsibility) to shape and bring the workshop in Iceland to the next level
- Competitive salary package

The Interroll Group is one of the world's leading specialists within the field of internal logistics. Headquartered in Switzerland, the exchange-listed company employs around 2,300 people at 32 enterprises around the globe.

Our organization fosters an entrepreneurial spirit and drives dynamic growth. People at Interroll embrace values like responsibility, accountability and a passion for those details that really count.

Find out more about working at Interroll on our webpage **interroll.com**

Interroll in Iceland is looking for a Workshop Manager for its branch office in Iceland.

Main Responsibilities

- Resource planning
- Service and customers support
- Administrational tasks such as purchasing, inventory and data management, handle production and repair orders, customer quotations and sales orders, claim handling and custom clearance
- Continuous improvement of workflows and processes
- Cooperation with workshops around the world
- Customer visits – with focus on service/after sales

Job Qualifications

- Administrative and service-minded gene
- Mindset for continuous improvement
- Technical interest and inquisitive mind
- Fluent Icelandic and English skills (English is our group language)
- Willingness to travel for sales meetings and training
- SAP experience an advantage

Applications including CV and cover letter must be received by **October 23rd 2019** at **hagvangur.is**

For more information please contact:
Geirlaug Jóhannsdóttir, geirlaug@hagvangur.is
or Yrsa Guðrún Þorvaldsdóttir, yrsa@hagvangur.is

HAGVANGUR

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

Verkefnastjóri samskipta heimila og skóla á skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir starf verkefnastjóra samskipta heimila og skóla á grunnskólahluta fagskrifstofu. Skóla- og frístundasvið veitir börnum og fjölskyldum í borginni heildstæða þjónustu og annast m.a. rekstur 36 grunnskóla, 62 leikskóla, 5 frístundamiðstöðva, starfsemi Námsflokka Reykjavíkur og skólahljómsveita. Grunnskólahluti fagskrifstofu veitir forystu í fagmálum grunnskóla, þróun starfshátta og skólastarfs á grunni grunnskólalaga, aðalnámskrár grunnskóla og stefnu Reykjavíkurborgar. Skrifstofan er hluti af fagskrifstofu SFS, en þar eru einnig skrifstofur leikskóla- og frístundamála.

Verkefnastjóri veitir ráðgjöf til foreldra og skóla vegna erfiðra mála sem koma upp og varða samskipti foreldra við skólann og á samstarf við Barnavernd Reykjavíkur, þjónustumiðstöðvar, farteymi, sérdeildir og sérskóla vegna sértækra mála, s.s. hegðunarvanda, ástundunarvanda og fíknivanda. Verkefnastjóri svarar fyrirspurnum um ýmis málefni er varða starfsemi grunnskóla, s.s. kennsluhætti, aðbúnað, aðalnámskrá og fleira er tengist skólastarfi. Næsti yfirmaður er skrifstofustjóri grunnskólahluta fagskrifstofu.
Leitað er eftir einstaklingi sem hefur framúrskarandi samskiptahæfni, er lausnamiðaður og hefur skilning á ólíkum þörfum barna og fjölskyldna í flóknum aðstæðum.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ráðgjöf til foreldra og skóla.
- Sáttamiðlun milli foreldra og skóla í erfiðum málum.
- Samstarf við grunnskóla borgarinnar, Barnavernd Reykjavíkur, þjónustumiðstöðvar, farteymi, sérdeildir, sérskóla og aðra aðila vegna sértækra mála.
- Þátttaka í starfshópum og teymum er varða málflokkinn á vegum sviðsins.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Kennaramenntun eða önnur uppeldismenntun sem nýtist í starfi.
- Framúrskarandi hæfni í samskiptum.
- Hæfni og reynsla í sáttamiðlun.
- Yfirgripsmikil þekking á starfsemi grunnskóla og sértækri þjónustu við börn og unglinga.
- Reynsla af vinnu með börnum og fjölskyldum í flóknum aðstæðum.
- Stjórnunarreynsla á sviði uppeldis og menntunar æskileg.
- Frumkvæði í starfi, skipulagshæfileikar og sjálfstæð vinnubrögð.

Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Laun eru samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar og KÍ vegna Skólastjórafélags Íslands eða viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til og með 4. nóvember 2019. Starfið er laust nú þegar eða eftir samkomulagi.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is/storf

Nánari upplýsingar um starfið veitir Soffía Vagnsdóttir í síma 411-1111 og tölvupósti soffia.vagnsdottir@reykjavik.is

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspegli það margbreytilega samfélag sem borgin er.

vistor

VIÐSKIPTASTJÓRI

Vistor leitar að öflugum liðsmanni í sterka heild til að sinna starfi **viðskiptastjóra**. Um krefjandi starf er að ræða fyrir einn af viðskiptavinum okkar.

Helstu verkefni

- Sala og markaðssetning lyfja
- Kynningar og fræðslufundir fyrir heilbrigðisstarfsfólk og aðra hagsmunaaðila í samræmi við markmið og áætlanir birgja og deildarinnar
- Samstarf við erlenda birgja
- Þátttaka í þjálfun og ráðstefnum erlendis

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun af heilbrigðissviði
- Menntun á sviði viðskipta, hagfræði eða lýðheilsufræða æskileg
- Reynsla af sölu- og markaðsmálum æskileg
- Góðir greiningar- og skipulagshæfileikar
- Mjög góð enskukunnátta og kunnátta í Norðurlandamáli æskileg
- Góð almenn tölvukunnátta
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar og ánægja af samstarfi við fólk

Umsóknarfrestur er til og með 20. október 2019.

Tekið er við umsóknum í gegnum heimasíðu Vistor, **www.vistor.is.**
Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem fram koma ástæður þess að sótt er um starfið, auk rökstuðnings fyrir því hvers vegna umsækjandi telur sig hæfan til að gegna starfinu.

Nánari upplýsingar veita **Gunnur Helgadóttir**, framkvæmdastjóri s. 535-7160, gh@vistor.is og **Pétur Veigar Pétursson**, starfsmannastjóri s. 897-1626, petur@veritas.is.

Vistor hf. er leiðandi fyrirtæki á sviði markaðssetningar á lyfjum, heilsuvörum og dýraheilbrigðisvörum á Íslandi. Fyrirtækið er samstarfsaðili fjölmargra alþjóðlegra lyfjafyrirtækja og veitir þeim þjónustu við skráningar, sölu- og markaðsmál, klínískar rannsóknir, auk þess að hafa milligöngu um innflutnings- og dreifingarstarfsemi.

GILDI VISTOR ERU ÁREIÐANLEIKI, HREINSKIPTNI OG FRAMSÆKNI

Starf safnstjóra
Listasafns Einars Jónssonar

Mennta- og menningarmálaráðuneytið auglýsir laust til umsóknar starf safnstjóra Listasafns Einars Jónssonar. Um er að ræða fullt starf.

Leitað er að háskólamenntuðum einstaklingi með reynslu af stjórnun og rekstri og staðgóða þekkingu og reynslu á sviði menningar og lista.

Nánari upplýsingar er að finna á vef ráðuneytisins, menntamalaraduneyti.is

Umsóknarfrestur er til og með 1. nóvember 2019

Stjórnarráð Íslands
Mennta- og menningarmálaráðuneytið

EMBASSY CHAUFFEUR

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu bílstjóra lausa til umsóknar.
Umsóknarfrestur er til og með **20. október 2019.**
Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins: https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Chauffeur. The closing date for this postion is **October 20, 2019.** Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page:https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)

Grímsnes- og Grafningshreppur

Húsvörður við Félagsheimilið Borg, Kerhólsskóla og stjórnsýsluhús Grímsnes- og Grafningshrepps

Laust er til umsóknar starf húsvarðar við Félagsheimilið Borg, Kerhólsskóla og stjórnsýsluhús Grímsnes- og Grafningshrepps. Um er að ræða fullt starf með sveigjanlegum vinnutíma.

Starf húsvarðar felst meðal annars í:

- Útleigu og þrifum á Félagsheimili.
- Lokun húsanna seinni part dags.
- Umsjón/eftirliti með öryggiskerfum húsanna.
- Móttöku pantanna og skráningu á útleigu Félagsheimilisins.
- Gæta að aðgengi húsanna með tilliti til snjóa og hálku.
- Minniháttar viðhaldi á mannvirkjum, umhverfi, áhöldum, tækjum og tæknibúnaði sem tilheyrir Félagsheimilinu.

Viðkomandi þarf að vera stundvís, reglusamur og hafa góða færni í almennum samskiptum. Gerð er krafa um að húsvörður hafi aðsetur á Borg og er húsnæði sem getur fylgt starfinu. Umsækjandi þarf að sýna fram á hreint sakavottorð.
Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Félags opinberra starfsmanna á Suðurlandi, FOSS.

Umsóknir með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðila berist til sveitarstjóra á netfangið gogg@gogg.is eða á skrifstofu sveitarfélagsins eigi síðar en **24. október n.k.** Öllum umsóknum verður svarað.
Jafnframt er óskað eftir að umsókn fylgi framtíðarsýn umsækjenda á notkun og útleigu hússins.

Frekari upplýsingar um starfið veitir Ingibjörg Harðardóttir, sveitarstjóri í síma 480-5500 eða á netfangið gogg@gogg.is

Fjöldi starfa í fjölskylduvænu starfsumhverfi í boði

Hrafnista óskar eftir öflugum og drífandi einstaklingum sem eru tilbúnir að takast á við fjölbreytt og gefandi störf á nýju hjúkrunarheimili við Sléttuveg. Um er að ræða heimili með 99 hjúkrunarrýmum þar sem 11 heimilismenn búa í hverri einingu. Hjúkrunarheimilið verður tekið í notkun þann 28. febrúar 2020.

Hjá Hrafnistu er lögð áhersla á fjölskylduvænt starfsumhverfi, sveigjanlegan vinnutíma og fjölbreytt félagslíf. Hér er á ferðinni spennandi tækifæri til að vera þátttakandi í uppbyggingu á nýju hjúkrunarheimili.

Eftirfarandi stöður eru lausar til umsóknar:

- Deildarstjóri sjúkra- og iðjuþjálfunar
- Deildarstjóri í ræstingu
- Deildarstjóri í dagdvöl
- Aðstoðardeildarstjóri sjúkra- og iðjuþjálfunar
- Aðstoðarhjúkrunardeildarstjórar
- Hjúkrunarfræðingar
- Sjúkraþjálfarar
- Íþróttakennarar
- Iðjuþjálfar
- Sjúkraliðar
- Félagsliðar
- Aðhlynning

Umsóknarfrestur er til og með 28. október 2019.

Allar nánari upplýsingar veitir Valgerður K. Guðbjörnsdóttir í síma **659-9581** eða **valgerdur.gudbjornsdottir@hrafnista.is**. Umsækjendum er bent á að sækja um störfin í gegnum **www.alfred.is** eða **Alfreð appið**.

Hrafnista rekur átta öldrunarheimili á höfuðborgarsvæðinu og í Reykjanesbæ. Hjá Hrafnistu starfa rúmlega þrettán hundruð manns, ýmist í fullu starfi eða hlutastarfi. Stöðugildi eru um 800 talsins. Veitt er sólarhringsþjónusta alla daga ársins til aldraðra skjólstæðinga heimilanna.

das HRAFNISTA

Hrafnista Laugarás | Hraunvangur | Boðaþing | Nesvellir | Hlévangur | Ísafold | Skógarbær | Sléttuvegur

VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

KENNSLURÁÐGJAFI

Við óskum eftir kennsluráðgjafa til starfa á Rekstrarsviði. Helstu verkefni eru skipulagning á þjálfun fyrir flugvallarstarfsmenn og aðra hópa sem felur í sér þróun námsefnis, kennsluleiðbeininga og hæfniviðmiða. Kennsluráðgjafi starfar með þjálfunarteymi sviðsins sem ber ábyrgð á að öll þjálfun og kennsla sé framkvæmd á faglegan og markvissan hátt.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af skipulagningu þjálfunar og gerð námsefnis
- Færni í samskiptum, jákvæðni og lausnamiðuð nálgun
- Þekking á björgunar- og slökkvimálum er kostur
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

Nánari upplýsingar veitir Lóa Björg Gestsdóttir, **loa.gestsdottir@isavia.is.**

Starfsstöð: Keflavík

SÉRFRÆÐINGUR Í ÖRYGGISMÁLUM

Við óskum eftir öflugum einstaklingi í starf sérfræðings í öryggismálum. Starfið felur í sér orsakagreiningu atvika, úrbótavinnu og eftirfylgni ásamt úttektum á starfsemi tengdri öryggi flugafgreiðsluaðila. Í því felst mikil samvinna og samskipti við hagsmunaaðila sem og samstarf um öryggismál innan Isavia og virk þátttaka í mótun stefnu og öryggis- og gæðastarfi.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Menntun eða reynsla á sviði flugtengdrar starfsemi er kostur
- Þekking og reynsla á öryggismálum og gæðastjórnunarkerfum
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta

Nánari upplýsingar veitir Fjóla Guðjónsdóttir, **fjola.gudjonsdottir@isavia.is.**

Starfsstöð: Keflavík

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem allt hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli félagsins og íslenska flugstjórnarsvæðið. Isavia ber Jafnlaunamerkið með stolti enda er það staðföst trú okkar að launaákvarðanir skuli ávallt byggja á faglegum og málefnalegum rökum.

UMSÓKNARFRESTUR: **27. OKTÓBER**

UMSÓKNIR: **ISAVIA.IS/ATVINNA**

isavia

Ef þú ert með rétta starfið – erum við með réttu manneskjuna

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Capacent_

capacent.is

Yfirvélstjóri Faxaflóahafna sf.

Faxaflóahafnir sf. óska eftir að ráða yfirvélstjóra dráttarbáta Faxaflóahafna sf. til starfa.

Starfið felst m.a. í vélstjórn á dráttarbátum sem og yfirumsjón með viðhaldi og umgengni um borð í dráttarbátum Faxaflóahafna sf.

Unnið er í dagvinnu alla virka daga frá 07:00 til 17:00

Viðkomandi er verkstjóri annarra vélstjóra í þeim viðhalds-og umgengnisverkefnum dráttarbáta sem sinna þarf hverju sinni auk annarra tilfallandi verkefna tengt hafnarþjónustu.

Hæfniskröfur eru vélstjórnarréttindi VF.1, reynsla af yfirvélstjórn skipa, öryggisnám Slysavarnaskóla sjómanna, góð íslensku-, ensku-og tölvukunnátta.

Þar sem í gildi eru ákvæði laga um hafnavernd þá er óskað eftir að umsækjandi geti lagt fram sakavottorð.

Umsókn ásamt ferilskrá sendist til Faxaflóahafna sf., á netfangið olafur@faxafloahafnir.is, eigi síðar en **fimmtudaginn 31. október n.k.**

Nánari upplýsingar um starfið gefur GísliJ. Hallsson yfirhafnsögumaður gisli@faxafloahafnir.is

Faxaflóahafnir sf Associated Icelandic Ports

Í LANDSLAGSARKITEKTÚR, SKIPULAGSFRÆÐI EÐA SKYLDUM GREINUM VIÐ LANDBÚNAÐARHÁSKÓLA ÍSLANDS

STARFSSKYLDUR Rannsóknir, kennsla og stjórnun:

►Byggja upp rannsóknir, afla rannsóknastyrkja og taka þátt í alþjóðlegu og innlendu rannsóknasamstarfi.

►Kennsla á grunn- og framhaldsstigi og leiðbeining nemenda í rannsóknaverkefnum.

►Taka virkan þátt í störfum deildar eftir því sem þörf krefur.

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

►Doktorsgráða í landslagsarkitektúr, skipulagsfræði, arkitektúr, borgarhönnun eða skyldum greinum.

►Haldgóð starfsreynsla á viðkomandi fræðasviði.

►Reynsla af rannsóknum og birtingum rannsóknaniðurstaðna og skýr framtíðarsýn varðandi rannsóknir.

►Reynsla af kennslu og vilji til fjölbreyttrar þekkingarmiðlunar.

►Reynsla af öflun rannsóknastyrkja.

►Samstarfshæfni og lipurð í samskiptum.

Rektor er heimilt að veita framgang í starf dósents eða prófessors strax við nýráðningu ef umsækjandi uppfyllir viðkomandi hæfnisviðmið.

NÁNARI UPPLÝSINGAR

www.lbhi.is/laus_storf og hjá Kristínu Pétursdóttur, brautarstjóra umhverfisskipulags **kristinp@lbhi.is.**

Umsóknarfrestur er til 20. október 2019. Umsóknir sendist til Landbúnaðarháskóla Íslands á netfangið **starf@lbhi.is.**

Stafsstöðvar skólans eru að Hvanneyri í Borgarfirði, Keldnaholti í Reykjavík og Reykjum í Ölfusi.

WWW.LBHI.IS

EINAR P. & KÓ

Smiðir og verkamenn óskast

Einar P. & Kó óskar eftir reyndum smiðum og verkamönnum í framtíðarstarf. Mjög góð verkefnastaða og fjölbreytt verkefni.

Leitum einnig að bílstjóra á sendibíl. Meirapróf ekki skilyrði.

Umsóknir og frekari upplýsingar sendist á netfangið helgi@epogko.is

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Flataskóli
- Leikskólakennari eða háskólamenntaður starfsmaður
- Stuðningsfulltrúi

Móaflöt – skammtímavistun fyrir fötluð börn og ungmenni
- Starfsfólk

Bókasafn Garðabæjar
- Sérfræðingur í 50% starf

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á ráðningarvef Garðabæjar **https://starf.gardabaer.is.**

GARÐABÆR
GARÐATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

Við leitum að sjúkraþjálfara

æfingaStöðin
VIRÐING - SAMVINNA - LÍFSGÆÐI

Við leitum að metnaðarfullum sjúkraþjálfara sem getur hafið störf 1. des eða eftir samkomulagi.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Sjúkraþjálfararéttindi
- Frumkvæði
- Sjálfstæði í vinnubrögðum
- Góð samskiptahæfni
- Áhugi á þjálfun barna og ungmenna
- Íslenskukunnátta

Starf og ábyrgð
- Einstaklingsþjálfun
- Hópþjálfun
- Samráð við fjölskyldur og skóla
- Útvegun hjálpartækja
- Og ýmislegt annað

Unnið er eftir hugmyndafræði um fjölskyldumiðaða þjónustu þar sem samstarf og samráð við fjölskyldur barnanna er í brennidepli.

Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningum BHM. Greitt er fyrir starfsmenn í starfsmenntunar- og starfsþróunarsjóð BHM og þeir hvattir til sí- og endurmenntunar.

Frekari upplýsingar veitir Áslaug Guðmundsdóttir yfirsjúkraþjálfari í síma 535-0900. Hægt er að fylla út starfsumsókn á www.slf.is eða senda á asa@slf.is.

Æfingastöðin er rekin af Styrktarfélagi lamaðra og fatlaðra. Þar vinna sjúkraþjálfarar og iðjuþjálfar í teymum að hæfingu og endurhæfingu barna og ungmenna með frávik í hreyfingum og þroska. Allar nánari upplýsingar á www.slf.is

Spennandi störf á sviði skatteftirlits

Ríkisskattstjóri leitar að öflugum liðsauka í skatteftirlit á starfsstöð sína á Laugavegi 166.

Ríkisskattstjóri er í fararbroddi innleiðingar rafrænnar stjórnsýslu. Helstu verkefni embættisins eru álagning opinberra gjalda, skatteftirlit og að halda lögbundnar skrár, en að auki er embættinu falið að sinna ýmsum sérverkefnum til lengri eða skemmri tíma.

Vinnustaðurinn er fjölmennur og dreifist starfsemin á níu starfsstöðvar um landið. Meginstefna ríkisskattstjóra í mannauðsmálum byggir á gagnkvæmu trausti, tillitssemi og virðingu.

Skatteftirlit - greining

Helsta verkefnið er greining gagna vegna skatteftirlits. Í því felst undirbúningur, skoðun, sannreyning gagna og úrvinnsla þeirra í þeim tilgangi að greina möguleg skattundanskot og vantalda skattstofna til notkunar í frekara skatteftirliti.

Hæfnikröfur

- Viðeigandi háskólamenntun, t.d. á sviði lögfræði, viðskiptafræði, hagfræði eða verkfræði.
- Góð greiningarhæfni og reynsla af notkun gervigreindar er kostur.
- Þekking á reikningsskilum og skattframkvæmd er nauðsyn.
- Lipurð í mannlegum samskiptum.
- Gott vald á íslensku í töluðu og rituðu máli. Önnur tungumálakunnátta er kostur.
- Skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Frumkvæði, jákvæðni og metnaður.

Samtímaeftirlit á eftirlitssviði

Starfið felst m.a. í skatteftirliti þar sem rekstraraðilar eru heimsóttir á starfsstöð og farið yfir staðgreiðsluskil, virðisaukaskattsskil og tekjuskráningu. Jafnframt felst í starfinu leiðbeininga- og forvarnarhlutverk. Samtímaeftirlit ríkisskattstjóra sinnir eftirliti á landsvísu en er stýrt frá Reykjavík.

Hæfnikröfur

- Viðeigandi háskólamenntun.
- Fjölbreytt menntun og reynsla, t.d. í iðn- og þjónustugreinum er kostur.
- Haldgóð þekking og reynsla af bókhaldi og reikningsskilum.
- Almenn þekking á skattframkvæmd.
- Góð greiningarhæfni er æskileg.
- Lipurð í mannlegum samskiptum.
- Gott vald á íslensku í töluðu og rituðu máli. Önnur tungumálakunnátta er kostur.
- Skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Frumkvæði, jákvæðni og metnaður.

Skatteftirlit

Helsta verkefnið er yfirferð gagna og upplýsinga varðandi skattskil lögaðila og einstaklinga, þar sem til skoðunar eru möguleg skattundanskot og vantaldir skattstofnar, ásamt því að endurákvarða opinber gjöld þegar við á.

Hæfnikröfur

- Viðeigandi háskólamenntun, t.d. á sviði lögfræði, viðskiptafræði, hagfræði eða verkfræði.
- Þekking á reikningsskilum, málsmeðferðarreglum og almennri skattframkvæmd er æskileg.
- Lipurð í mannlegum samskiptum.
- Gott vald á íslensku í töluðu og rituðu máli. Önnur tungumálakunnátta er kostur.
- Skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Frumkvæði, jákvæðni og metnaður.

Umsóknir skulu fylltar út á vefsíðu embættisins eða á Starfatorgi. Ferilskrá sem inniheldur ítarlegar upplýsingar m.a. um menntun og fyrri störf umsagnaraðila og annað er máli skiptir þarf að fylgja með svo umsókn teljist fullnægjandi. Umsækjendum um störf hjá ríkisskattstjóra kann að vera gert að leysa verkefni í ráðningarferlinu sem kæmu, auk annarra þátta, heildstætt inn í mat á hæfni þeirra til viðkomandi starfa. Eldri umsóknir óskast endurnýjaðar.

Nánari upplýsingar veitir Stefán Skjaldarson, sviðsstjóri eftirlitssviðs, í síma 442-1000 eða með tölvupósti: stefan.skjaldarson@rsk.is.

Starfshlutfall er 100%. Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármálaráðherra og viðkomandi stéttarfélags. **Umsóknarfrestur er til og með 28. október nk.**
Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningar.

RSK RÍKISSKATTSTJÓRI | rsk@rsk.is | 442 1000 Þjónustuver opið: Mán.-fim. 9:00-15:30 Fös. 9:00-14:00 | FYRIRMYNDARSTOFNUN 2019

Nýtt fólk

Nýr bókhaldsfulltrúi Eignaumsjónar

Vegna aukinna umsvifa hefur Svanhvít Ósk Jónsdóttir verið ráðin sem bókhaldsfulltrúi hjá fjármálasviði Eignaumsjónar. Svanhvít Ósk starfaði hjá Sjóvá áður en hún kom til starfa hjá Eignaumsjón. Þar sinnti hún m.a. áhættustýringu, gæðamálum og bókhaldi. Hún er með próf frá Tryggingaskóla SFF, sem er í samstarfi við Háskólann í Reykjavík. Hún er einnig með próf sem viðurkenndur bókari og útskrifaðist sem rekstrarfulltrúi frá skrifstofubraut Menntaskólans Í Kópavogi.

Guðjón Karl til arango

Guðjón Karl Þórisson hefur verið ráðinn til arango og mun sinna sölumálum, viðskiptastýringu og ráðgjöf í Microsoft viðskiptalausnum ásamt því að ganga í hluthafahóp félagsins. Guðjón Karl hefur tuttugu ára víðtæka reynslu innan hugbúnaðargeirans á Íslandi. Hann starfaði sem sölumaður viðskiptalausna hjá Landsteinum Streng frá árinu 2000 til ársins 2007. Þá starfaði hann sem sölu- og markaðsstjóri hjá Applicon (dótturfélagi Nýherja og nú Origo) á árunum 2007 til 2013. Guðjón Karl starfaði hjá Microsoft Íslandi frá árinu 2013 sem sölustjóri Dynamics viðskiptalausna og viðskiptastjóri stærri fyrirtækja. Guðjón Karl lauk diploma-prófi í Business Administration frá Háskólanum á Bifröst árið 2000 og B.Sc. í alþjóðamarkaðsfræði við Tækniskóla Íslands árið 2005.

Nýr aðstoðarforstjóri Landsvirkjunar

Kristín Linda Árnadóttir hefur verið ráðin aðstoðarforstjóri Landsvirkjunar, og tekur hún við starfinu af Rögnu Árnadóttur sem ráðin var í sumar sem skrifstofustjóri Alþingis. Kristín Linda hefur verið forstjóri Umhverfisstofnunar frá árinu 2008. Þar áður gegndi hún starfi sviðsstjóra lögfræði- og stjórnsýslusviðs stofnunarinnar og var staðgengill forstjóra. Á árunum 1998 til 2007 starfaði hún sem lögfræðingur í umhverfisráðuneytinu á skrifstofu laga og upplýsingamála. Hún lauk embættisprófi í lögfræði frá Háskóla Íslands árið 1998, meistaranámi í alþjóðlegum umhverfisfræðum (LUMES) frá Háskólanum í Lundi í Svíþjóð árið 2002 og LL.M. meistaragráðu í Evrópurétti við lagadeild Háskólans í Lundi árið 2003. Hún hefur lagt stund á stjórnunarnám við Saïd Business School í Oxford-háskóla.

Kristín Hrefna framkvæmdastjóri Flow

Kristín Hrefna Halldórsdóttir hefur verið ráðin framkvæmdastjóri Flow sem framleiðir hugleiðsluhugbúnað fyrir sýndarveruleika og snjallsíma. Kristín Hrefna var ráðin til fyrirtækisins í ágúst og hefur hingað til leitt viðskiptaþróun fyrirtækisins. Kristín Hrefna vann í 5 ár í viðskiptaþróunarteymi Meniga, var sérfræðingur í viðskiptagreiningu hjá Valitor og áður framkvæmdastjóri borgarstjórnarflokks Sjálfstæðisflokksins. Hún er með MBA frá Háskóla Íslands og BA í stjórnmálafræði frá sama skóla. Fjölmörg íslensk fyrirtæki hafa nú þegar gerst áskrifendur að fyrirtækjaþjónustu Flow sem býður aðgang að nútíma hugleiðsluaðferðum í gegnum hátækni sýndarveruleikans og hugleiðsluvinnustofur.

FRÉTTABLAÐIÐ

Tilkynningar um nýtt fólk Atvinnublað Fréttablaðsins kemur út á laugardögum í viku hverri. Umsjónarmaður blaðsins er Hrannar Helgason. Blaðið birtir valdar greinar um ráðningu nýrra starfsmanna. Sendið tilkynningar ásamt mynd af viðkomandi á netfangið: **nyttfolk@frettabladid.is**

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Safnastj. Listasafns Einars Jónss.	Mennta- og menningarmálaráðuneytið	Reykjavík	201910/1741
Forstjóri Umhverfisstofnunar	Umhverfis- og auðlindaráðuneytið	Reykjavík	201910/1740
Sérfræðingur á launasviði	Fjársýsla ríkisins	Reykjavík	201910/1739
Fjármálasérfræðingur	Lögreglustjórinn á höfuðborgarsv.	Höfuðborgarsv.	201910/1738
Sálfræðingur	Lögreglustjórinn á höfuðborgarsv.	Höfuðborgarsv.	201910/1737
Sálfræðingur	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Akureyri	201910/1736
Skattaeftirlit	Ríkisskattstjóri	Reykjavík	201910/1735
Samtímaeftirlit á eftirlitssviði	Ríkisskattstjóri	Reykjavík	201910/1734
Skattaeftirlit - greining	Ríkisskattstjóri	Reykjavík	201910/1733
Rannsóknarlögreglumenn	Lögreglustjórinn á Norðurlandi eystra	Akureyri	201910/1732
Yfirlæknir geðheilsuteymi	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Höfuðborgarsv.	201910/1731
Sérfræðingur í heimilislækningum	Heilsugæslan Seltj.nesi og Vesturbæ	Seltjarnarnes	201910/1730
Fagstjóri lækninga	Heilsugæslan Mosfellsumdæmi	Mosfellsbær	201910/1729
Verkefnisstjóri	Háskóli Íslands	Reykjavík	201910/1728
Efnavörður í stoðþjónustu	Háskóli Íslands	Reykjavík	201910/1727
Heilbrigðisritari/skrifstofumaður	Landspítali, göngudeild lyflækninga	Reykjavík	201910/1726
Starfsmaður	Landspítali, svefndeild	Reykjavík	201910/1725
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, göngudeild taugasjúkd.	Reykjavík	201910/1724
Verkefnastjóri sérfæðis/afleysing	Landspítali	Reykjavík	201910/1723
Heilbrigðisritari/skrifstofumaður	Landspítali, blóð/krabbameinslækn.	Reykjavík	201910/1722
Heilbrigðisritari/skrifstofumaður	Landspítali, smitsjúkdómadeild	Reykjavík	201910/1721
Sjúkraliði/næturvaktir	Landspítali, bráðaöldrunarækningad.	Reykjavík	201910/1720
Starfsmaður í bókhald	Samgöngu- og sveitastj.ráðuneytið	Reykjavík	201910/1719
Verkefnastjóri greininga	Framkvæmdasýsla ríkisins	Reykjavík	201910/1718
Gagnafulltrúi	Landhelgisgæsla Íslands	Keflavík	201910/1717

Sölu- og markaðsfulltrúi

Sölu- og markaðsfulltrúi sinnir fjölbreyttum verkefnum, m.a. gerð markaðsefnis, stafrænni markaðssetningu og kynningum á vörum Florealis fyrir helstu viðskiptavini.

Starfssvið

- Gerð og framkvæmd markaðsáætlunar í samvinnu við markaðsstjóra
- Gerð markaðs- og kynningarefnis, utanumhald birtingaáætlana og samskipti við samstarfsaðila
- Uppbygging markaðsaðgerða, umsjón með samfélagsmiðlum og vefsíðum
- Samskipti við viðskiptavini og kynningar á vörum fyrirtækisins fyrir markhópum
- Viðburðastjórnun

Hæfniskröfur

- Menntun sem nýtist í starfi, menntun í heilbrigðisvísindum er kostur
- Reynsla af sölu- og markaðsstarfi
- Reynsla af stafrænni markaðssetningu er kostur
- Skilvirkni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Mjög góð íslenskukunnátta og góð tölvukunnátta
- Jákvætt viðhorf, frumkvæði og framúrskarandi samskiptahæfni

Umsóknarfrestur er til 14.október 2019. Hægt er að sækja um í gegnum alfred.is. Frekari upplýsingar gefur framkvæmdastjóri sölu- og markaðssviðs, Ólöf Þórhallsdóttir (olof@florealis.com)

Florealis er íslenskt lyfjafyrirtæki, sérhæft í viðurkenndum jurtalyfjum og lækningavörum við algengum vægum sjúkdómum. Florealis er með starfsemi á Íslandi og í Svíþjóð og stefnir að því að verða leiðandi á norrænum lyfjamarkaði. Markmið fyrirtækisins er að bæta heilsu og vellíðan fólks með því að bjóða jurtalyf og lækningavörur af bestu mögulegu gæðum.

www.florealis.is

oddi hf

2017 2018 Framúrskarandi fyrirtæki

Yfirvélstjóra

vantar á Patrek BA 64

sem rær með beitningavél frá Patreksfirði.
Vélarstærð 578kW og skráð lengd 24,38 m.

Þarf að geta hafið störf ekki seinna en 1. nóvember nk.

Upplýsingar gefur **skipstjóri í símum 893-2142 og 898-3959**

job

Finnum draumastarfið saman

Erum við
að leita **að þér?**

Finnur þú starf við þitt hæfi hjá Kópavogsbæ?

Kynntu þér fjölbreytt og spennandi störf hjá Kópavogsbæ á vefsíðu okkar, **kopavogur.is.**
Hlökkum til að starfa með þér.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Útibússtjóri Lindasafns

Bókasafn Kópavogs óskar eftir öflugum stjórnanda í starf útibússtjóra Lindasafns. Um er að ræða 100% stöðu og æskilegt að viðkomandi geti hafið störf í desember. Næsti yfirmaður er forstöðumaður Bókasafns Kópavogs.

Helstu verkefni og ábyrgð:

Útibússtjóri ber ábyrgð á og stýrir daglegum rekstri Lindasafns, þ.m.t. fjármálum, starfsmannamálum, þjónustu, safnefni, fræðslu og viðburðum, tækjum, tölvum og búnaði. Hann situr í ýmsum teymum og starfshópum innan Bókasafns Kópavogs og fundar reglulega með deildarstjórum. Hann starfar náið með forstöðumanni og tekur virkan þátt í stefnumótunarvinnu og framkvæmd og þróun verkefna. Starfar einnig náið með bókasafnsfræðingi Lindaskóla. Útibússtjóri sinnir öðrum verkefnum sem tengjast grunnstarfsemi og rekstri safnsins í samstarfi við aðra starfsmenn, s.s afgreiðslu, upplýsingamiðlun og þjónustu gagnvart gestum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf á sviði bókasafns- og upplýsingafræða eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi.
- Stjórnunarreynsla.
- Víðtæk reynsla í tölvunotkun.
- Þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti skilyrði og færni í einu norðurlandamáli.
- Hugmyndaauðgi, frumkvæði og sjálfstæði í starfi.
- Færni til að vinna undir álagi og sinna mörgum verkefnum, mjög góðir skipulagshæfileikar.
- Hæfileiki til að tileinka sér nýja þekkingu.
- Metnaður til árangurs og fagmennska í vinnubrögðum.
- Jákvæðni í starfi og sveigjanleiki.

Bókasafn Kópavogs var stofnað 15. mars 1953 og er rekið af Kópavogsbæ samkvæmt lögum um almenningsbókasöfn nr. 150/2012. Meginhlutverk safnsins er fyrst og fremst að bjóða Kópavogsbúum og öðrum aðgengi að þekkingu og stuðla að fjölbreyttri, öflugri og skipulagðri menningarstarfsemi og fræðslu fyrir samfélagið í heild. Bókasafn Kópavogs hefur það að leiðarljósi að vera í fararbroddi almenningsbókasafna í landinu hvað varðar þjónustu, safnkost og búnað og á safninu starfar samheldinn og öflugur starfsmannahópur sem vinnur að því markmiði.
Lindasafn er annað af tveimur útibúum Bókasafns Kópavogs og var opnað haustið 2002.
Það er samsteypusafn með Lindaskóla og er skólabókasafn fyrir hádegi og almenningsbókasafn eftir hádegi.
Það er til húsa á annarri hæð Lindaskóla.

Umsóknarfrestur er til og með 20. október nk.

Með umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar um starfið veitir Lísa Z. Valdimarsdóttir, forstöðumaður Bókasafns Kópavogs, lisa@kopavogur.is.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.
Hægt er að sækja um starfið rafrænt í gegnum vef Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is.

Kópavogsbær

Bókasafn Kópavogs

Vantar þig starfsfólk?

HAGVANGUR

hagvangur.is

SJÚKRAÞJÁLFARI

Staða sjúkraþjálfara er laus til umsóknar. Starfshlutfall 80-100%. Starfið er fjölbreytt, auk hefðbundinnar sjúkraþjálfunar felur það í sér kennslu í hóptímum, fræðslu, útigöngur og þátttöku í þverfaglegu teymisstarfi.

Möguleiki er á húsnæði á staðnum. Einnig er starfsmannarúta til og frá Olís við Rauðavatn í Reykjavík.

Nánari upplýsingar veita Anna Margrét Guðmundsdóttir yfirsjúkraþjálfari, annamargret@heilsustofnun.is, og Aldís Eyjólfsdóttir starfsmannastjóri, aldis@heilsustofnun.is, s.483 0300.

SJÚKRA- EÐA HEILSUNUDDARI

Staða sjúkra- eða heilsunuddara er laus til umsóknar. Starfshlutfall er samkomulag. Auk hefðbundins sjúkranudds/heilsunudds felur starfið m.a. í sér þátttöku í þverfaglegu teymisstarfi.

Möguleiki er á húsnæði á staðnum. Einnig er starfsmannarúta til og frá Olís við Rauðavatn í Reykjavík.

Nánari upplýsingar veita Sigurður B. Jónsson yfirsjúkranuddari, sigurdurb@heilsustofnun.is og Aldís Eyjólfsdóttir starfsmannastjóri aldis@heilsustofnun.is, s.483 0300.

Umsóknarfrestur er til 1. nóvember 2019.
Umsóknir með ferilskrá sendist til starfsmannastjóra Heilsustofnunar Grænumörk 10, 810 Hveragerði eða aldis@heilsustofnun.is

HEILSUSTOFNUN NLFÍ HVERAGERÐI

www.heilsustofnun.is Berum ábyrgð á eigin heilsu

Laus staða hjá Fjársýslu ríkisins

Sérfræðingur á launasviði

Hugsar þú í lausnum?

Dreymir þig um samstarf & teymisvinnu?

Stingur þú þér á bólakaf í launaafgreiðslu?

Ertu um borð í tæknihraðlestinni?

Fylgir þolinmæðin þér í hvert fótmál?

Leynist ráðgjafi innra með þér?

Gæti verið að upplýsingagjöf sé millinafnið þitt?

Eru samskipti sérsvið þitt?

Er nákvæmni þér í blóð borin?

Langar þig að koma í liðið okkar?

Um starfið

Hlutverk launasviðs er að sjá um launagreiðslur til starfsmanna ríkisins sem gerðar eru í mannauðshluta ORRA, sem er fjárhags- og mannauðskerfi ríkisins. Starfið felst í þjónustu við ráðuneyti og ríkisstofnanir við afgreiðslu launa og að aðstoða þær við notkun á mannauðshluta ORRA. Um framtíðarstarf er að ræða í fjölbreyttu og krefjandi umhverfi.

Helstu verkefni og ábyrgð

Launaafgreiðsla, skráning upplýsinga í mannauðshluta ORRA.
Leiðbeiningar, upplýsingagjöf og aðstoð við aðrar launadeildir, kennsla á kerfi sem notuð eru, túlkun kjarasamninga, leiðréttingar og endurskoðun.

Hæfnikröfur

Stúdentspróf eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
Þekking á launaafgreiðslu
Þekking á mannauðskerfi Orra er kostur
Góð almenn tölvuþekking
Góð íslenskukunnátta
Rík þjónustulund og samskiptahæfni
Frumkvæði, metnaður til að ná árangri og tileinka sér nýjungar
Sjálfstæði í vinnubrögðum

Nánari upplýsingar veitir:

Lára Hansdóttir forstöðumaður launasviðs - sími 545-7500

Starfshlutfall er 100%
Umsóknarfrestur er til og með 28.10.2019
Sótt er rafrænt um störfin á www.starfatorg.is
Laun skv. gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag starfsmanna stjórnarráðsins/Félag háskólamenntaðra starfsmanna stjórnarráðsins hafa gert.

www.fjs.is

Fjársýslan er þjónustu- og þekkingarstofnun á sviði opinberra fjármála. Stofnunin veitir fjármálatengda þjónustu til ríkissjóðs og ríkisaðila og annast umsýslu fjármuna. Þá hefur hún yfirumsjón með bókhaldi og uppgjörum ríkissjóðs og tryggir tímanlegar og áreiðanlegar upplýsingar um fjármál ríkisins.

Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningarþjónustu sniðna að þörfum viðskiptavinarins.

Stjórnendaleit

Reynsla og gott tengslanet sérfræðinga Ráðum skilar árangri þegar finna þarf æðstu stjórnendur eða fólk í stjórnir fyrirtækja.

Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

Góður gagnagrunnur, gott tengslanet og áralöng reynsla á ráðningarmarkaði eykur líkurnar á því að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

Almennar ráðningar á markaði

Öflun umsækjenda í almenn störf er ein helsta áskorun fyrirtækja í dag. Þekking á markaðnum er því mikilvæg og þar skiptir reynslan miklu máli. Með leit í gagnagrunni eða auglýsingu í viðeigandi miðlum aðstoðar Ráðum fyrirtæki við að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

Sveigjanleg nálgun

Sérstaða Ráðum liggur í sveigjanlegri nálgun á ráðningarverkefnið. Fyrir utan að sjá um allt ráðningarferlið komum við til móts við þarfir fyrirtækja með því að sjá um hluta þess ef þörf krefur, t.d. bakgrunnskannanir, hæfnismat eða starfstengdar æfingar.

Matstæki

Ráðum notast við nýjustu aðferðir við að meta hæfni og persónuleikaþætti sem geta skipt sköpum í ráðningum. Ráðum er í samstarfi við bandaríska mannauðslausnafyrirtækið CEB sem er í fararbroddi í persónuleikaprófum og öðrum matstækjum sem eru sérstaklega hönnuð til að greina sérstöðu og hæfileika einstaklinga áður en ráðning fer fram.

Þannig er hægt að finna hæfasta einstaklinginn með talsverðri nákvæmni. Persónuleikamatið OPQ32 og DSI (Dependability & Safety Index) skimunarprófið hafa t.d. verið stöðluð og staðfærð að íslenskum markaði.

Ráðgjöf við starfslok

Viðskilnaður fyrirtækis við starfsmann skiptir höfuðmáli þegar fyrirtækið á frumkvæðið að starfslokum. Ráðum býður upp á viðtal við ráðgjafa sem felur m.a. í sér upplýsingar um atvinnumarkaðinn, ráðgjöf varðandi starfsferilskrá og kynningarbréf og hagnýt atriði varðandi starfsleit og atvinnuviðtöl.

ráðum ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

Starf safnstjóra
Listasafns Einars Jónssonar

Mennta- og menningarmálaráðuneytið auglýsir laust til umsóknar starf safnstjóra Listasafns Einars Jónssonar. Um er að ræða fullt starf.

Leitað er að háskólamenntuðum einstaklingi með reynslu af stjórnun og rekstri og staðgóða þekkingu og reynslu á sviði menningar og lista.

Nánari upplýsingar er að finna á vef ráðuneytisins, menntamalaraduneyti.is

Umsóknarfrestur er til og með 1. nóvember 2019

Stjórnarráð Íslands
Mennta- og menningarmálaráðuneytið

Vélstjórn, tæknilausnir og viðhald

Dögun leitar að nýjum liðsmanni með góða tækniþekkingu og reynslu. Félagið starfrækir mjög tæknivædda vinnslu sem krefst þekkingar og útsjónarsemi við rekstur og umsjón.

Um er að ræða fjölbreytt starf á sviði tækni, iðnstýringa, vélstjórnunar og viðhalds.

Helstu verkefni:
- Rekstur vélbúnaðar, tækja- og iðnstýrikerfa.
- Umsjón með viðhaldi og viðhaldsverkefnum.
- Frekari þróun og innleiðing á tæknilausnum.
- Samskipti við birgja og þjónustuaðila, innlenda sem erlenda.
- Allskonar reddingar og inngrip þegar þörf er á!

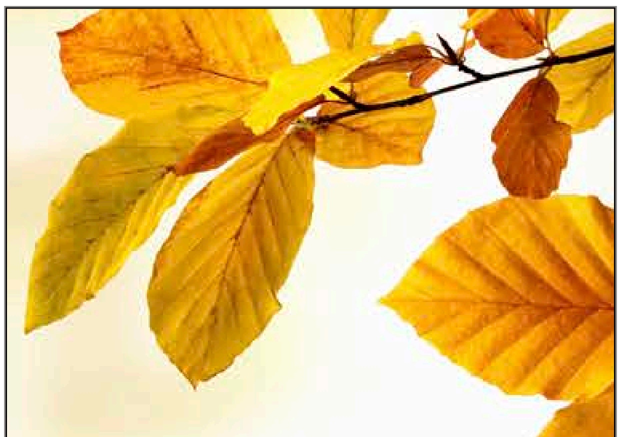
Hæfniskröfur:
- Menntun á sviði vélvirkjunar, vélstjórnar, rafvirkjunar eða sambærilegu.
- Góð tölvukunnátta. Þekking og reynsla af iðnstýringum og slíkum lausnum.
- Góð enskukunnátta.
- Jákvæðni og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Þjónustulund, jákvæðni og áhugi á framleiðslu eru æskilegir eiginleikar.
- Sjálfstæð vinnubrögð og frumkvæði í starfi.

Upplýsingar gefur **Óskar** í síma **892-1586** eða **Hilmar** í síma **898-8370**.
Vinsamlegast sendið umsókn á **oskar@dogun.is**

Dögun sérhæfir sig í veiðum og vinnslu á rækju og starfrækir mjög fullkomna rækjuvinnslu á Sauðárkróki. Félagið hefur nýlokið við miklar endurbætur á framleiðslubúnaði með frekari tæknivæðingu, sjálfvirkni og möguleikum á aukinni vinnslu. Dögun gerir út rækjutogarann Dag SK 17.

Dögun hefur starfað samfleytt í 35 ár á traustum grunni. Stefna félagsins er að auka framleiðslu og sölu á næstu árum og vera áfram leiðandi á sínu sviði.

Dögun



Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing

FAST Ráðningar

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is
www.fastradningar.is

Launafulltrúar, gjaldkerar, þjónustufulltrúar

hagvangur.is

HAGVANGUR

FORSTÖÐUMAÐUR SÖLU- OG INNHEIMTUSVIÐS STEFs

STEF
TÓNLIST ER MIKILS VIRÐI

STEF leitar að tónelskum, útsjónarsömum og þrautseigum lykilstarfsmanni til að gera samninga við fyrirtæki og stofnanir um endurgjald fyrir opinberan flutning tónlistar og stjórna innheimtu STEFs.

Fyrirtæki, stofnanir, tónleikahaldarar og skemmtistaðir hafa augljósan hag af því að flytja tónlist fyrir viðskiptavini sína. STEF tryggir höfundum og rétthöfum sanngjarnt afnotagjald fyrir verk sín í gegnum samninga sem viðkomandi aðili ber ábyrgð á að gera.

Starfið er fjölbreytt, lifandi og gefandi, vinnutími reglulegur og hóflegur og vinnustaður aðlaðandi. Hlutastarf (75%) getur komið til greina.

Hæfniskröfur
- Menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af sölu, samningagerð eða innheimtu
- Rökfesta og greiningarhæfni
- Framúrskarandi sannfæringarkraftur
- Glaðlyndi og jákvætt viðmót
- Mikil samningafærni og lausnamiðuð hugsun
- Sterk réttlætiskennd
- Ástríða fyrir réttindum félagsmanna STEFs

Umsókn ásamt ferilskrá sendist á:
protest@protest.is
Umsóknarfrestur er til og með 20. október.

www.stef.is
www.facebook.com/www.stef.is

Styrkir til félagasamtaka vegna verkefna á sviði heilbrigðismála

Heilbrigðisráðuneytið auglýsir styrki til félagasamtaka vegna verkefna á sviði heilbrigðismála lausa til umsóknar.

Auglýst er eftir umsóknum um styrki af safnliðum fjárlaga frá íslenskum félagasamtökum vegna verkefna á sviði heilbrigðismála. Heilbrigðisráðherra mun leggja áherslu á að styrkja verkefni sem lúta að heilsueflingu aldraðra og kvennaheilsu.

Ekki eru veittir styrkir til verkefna sem hljóta styrki á fjárlögum eða falla undir sjóði ráðuneytisins eða samninga sem gerðir hafa verið við ráðuneytið.

Einungis er tekið við rafrænum umsóknum. Nánari upplýsingar og leiðbeiningar um umsóknir á rafrænum eyðublöðum er að finna á umsóknarvef Stjórnarráðsins (http://minarsidur.stjr.is)

Úthlutun fer fram einu sinni á ári og eru veittir styrkir til verkefna sem miða að því að veita einstaklingum eða hópum stuðning, fræðslu og ráðgjöf. Styrkir eru ekki veittir til lengri tíma en eins árs í senn.

Umsóknarfrestur er til kl. 16.00 mánudaginn 11. nóvember 2019.
Úthlutað verður eigi síðar en 1. febrúar 2020.

Umsókn sem berst eftir að umsóknarfresti lýkur verður ekki tekin til umfjöllunar.

Heilbrigðisráðuneytinu 11. október 2019.

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

FRAMHALDS-AÐALFUNDUR 2019

Framhaldsaðalfundur GRAFÍU verður haldinn á Stórhöfða 31, þriðjudaginn 15. október kl. 17.00
(gengið inn Grafarvogsmegin)

DAGSKRÁ:
1. Lagabreytingar
2. Önnur mál

Lagabreytingar liggja frammi á skrifstofu GRAFÍU, Stórhöfða 31, frá og með 3. október 2019

Aðalfundi GRAFÍU sem haldinn var 11. apríl 2019 var frestað vegna samþykktar aðildar félagsins að Rafiðnarsambandi Íslands. Lagabreytingar sem eru til umfjöllunar og afgreiðslu tengjast að mestu aðild félagsins að RSÍ.

Reykjavík, 08. október 2019
Stjórn Grafíu

Stéttarfélag í prent- og miðlunargreinum
GRAFÍA

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Capacent_

capacent.is

FRÆÐSLUNETIÐ Símenntun á Suðurlandi
HÁSKÓLAFÉLAG SUÐURLANDS

Náms- og rannsóknarstyrkur

Vísinda- og rannsóknarsjóður Suðurlands auglýsir eftir umsóknum um **náms- og rannsóknarstyrk** fyrir árið 2019. **Úthlutað verður kr. 1.500.000 í styrki þetta árið.**

Styrkurinn er ætlaður námsfólki sem vinnur að rannsóknarverkefni til lokaprófs á háskólastigi. Verkefnið skal tengjast Suðurlandi og þjóna ótvíræðum atvinnu- og/eða fræðilegum tilgangi fyrir Suðurland eða hluta Suðurlands.

Umsóknarfrestur er til 11. nóvember næstkomandi og skulu umsóknir vera sendar á netföngin eyjolfur@fraedslunet.is eða sigurdur@hfsu.is.

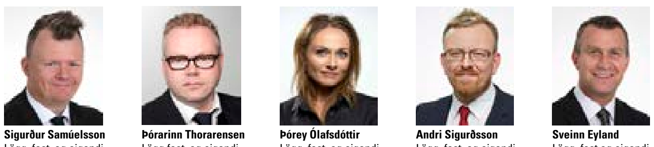
Nánari upplýsingar um sjóðinn má finna á **www.fraedslunet.is og www.hfsu.is.**

RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

intellecta

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is



Sigurður Samúelsson Lögg. fast. og eigandi
Þórarinn Thorarensen Lögg.fast. og eigandi
Þórey Ólafsdóttir Lögg. fast. og eigandi
Andri Sigurðsson Lögg. fast. og eigandi
Sveinn Eyland Lögg. fast og eigandi

Ása Þöll Ragnarsdóttir Skjalavinnsla/móttaka
Nadia Katrín Banine Löggiltur fast.
Ingibjörg A. Jónsdóttir Löggiltur fast.
Eggert Maríuson Löggiltur fast.
Helga Snorradóttir Skrifstofa/skjalavinnsla
Guðrún D. Lúðvíksdóttir Löggiltur fast.
Ásdís Rósa Ásgeirsdóttir Löggiltur fast.
Siggi Fannar Löggiltur fast.
Anna Teitsdóttir Löggiltur fast.

www.landmark.is
... leiðir þig heim!

LANDMARK
FASTEIGNAMIÐLUN

Hlíðasmára 2 201 Kópavogi Sími 512 4900

GERPLUSTRÆTI – 270 MOS

BÓKIÐ SKOÐUN
- Ný endaíbúð á 3ju hæð, suður-svalir, útsýni
- Íbúð er björt 4ra herb. og 128.4 fm
- Þrjú rúmgóð herb., stofa/eldhús opið rými
- Lyfta er í húseign og stæði í bílg.með íbúð
- Afhent fullbúin með gólfefnum, innr.frá AXIS
- ÍBÚÐ ER LAUS VIÐ KAUPSAMNING

V. 54,9 millj.

Sveinn s. 6900.820

LISTABRAUT 7 – 103 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL.13.30 – 14.00
- Björt og falleg 102,1 fm 4ra herb íbúð.
- Íbúðin er á annarri hæð og svalalokun.
- Húsið hefur hlotið mikið viðhald undanfarið.
- Stutt í alla þjónustu.

V. 48,9 millj.

Eggert s.690-1472

BREIÐAVÍK 23 – 112 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL.15.30 – 16.00
- Björt og falleg 153,1 fm 4ra herb íbúð.
- Íbúðin er á annarri hæð rúmgott eldhús.
- Bílskúr fylgir eigninni.
- Stutt í alla þjónustu.

V. 56,9 millj.

Eggert s.690-1472

DALSEL 12 – 109 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL.16.30 – 17.00
- Björt og snyrtileg 95,5 fm 3ja herb íbúð á annarri hæð.
- Svalalokun á svölum, þvottahús innan íbúðar.
- Íbúðinni fylgir stæði í bílageymslu.
- Stutt í alla þjónustu.

V. 36,5 millj.

Eggert s.690-1472

LYNGMÓAR 14 – 210 GBÆ

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL.14.30 – 15.00
- Björt og snyrtileg 112,3 fm 3ja herb íbúð annarri hæð.
- Svalalokun á svölum, útsýni úr stofu á Snæfellsjökul.
- Íbúðinni fylgir 16,2 fm bílskúr.
- Stutt í alla þjónustu.

V. 44,8 millj.

Eggert s.690-1472

STAKKHAMRAR 18 – 112 RVK.

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 16 OKT 17:30 – 18:00
- Fallegt og vel viðhaldið einbýli með tvöföldum bílskúr
- Fjögur svefnherbergi, þrjár stofur og tvö baðherbergi
- Sólpallur er við húsið með heitum potti
- Hiti í plani og fallegur garður í mikilli rækt
- Endurnýjað eldhús með vönduðum tækjum, fallegt útsýni
- Stór bílskúr með góðum glugga

V. 94 millj.

Andri 690 3111

HLÍÐARHJALLI 76 – 200 KÓP

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL. 15:00 – 15:30
- Falleg og björt 3ja herbergja, 94 fm íbúð á efstu hæð.
- Íbúðinni fylgir 25,9 fm bílskúr. Samtals um 120 fm.
- Glæsilegt útsýni til suðvesturs.
- Íbúðin er endaíbúð.

V. 45,9 millj.

Sigurður s. 896-2312

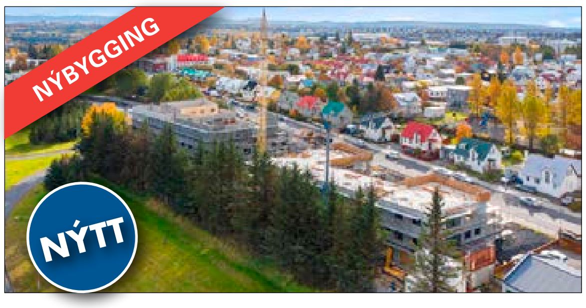
ÁLAKVÍSL 43 – 110 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL. 16:00 – 16:30
- Mikið endurnýjuð 4ra herbergja, 115 fm íbúð á jarðhæð
- Íbúð er með sérinngangi í þríbýli – verönd við húsið.
- Sérmerkt bílastæði fylgir. Innst í botnlanga.
- Stutt í skóla.

V. 54,9 millj.

Sigurður s. 896-2312

SOGAVEGUR 73-75 – 108 RVK



NÝBYGGING
- Ný 68 fm, 2ja herbergja „penthouse" íbúð með um 60 fm þaksvölum.
- Íbúðin er í byggingu og verður afhent vorið 2020. Frábært verð !
- Stæði í bílageymslu fylgir.
- Fallegt nýtt hús í grónu hverfi.

V. 51,9 millj.

Sigurður s. 896-2312

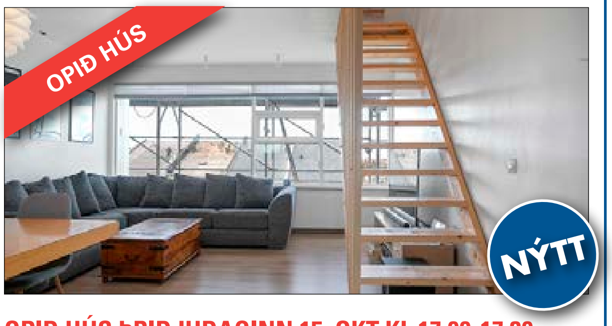
SÓLTÚN 28 – 105 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 13. OKT KL. 17:00 – 17:30
- Falleg 3ja herbergja, 91,4 fm íbúð á 7. Hæð í lyftuhúsi.
- Íbúðinni fylgir 24,1 fm stæði í bílageymslu.
- Samtals 115,5 fm.
- Viðhaldslétt hús, miðsvæðis í Reykjavík.

V. 53,9 millj.

Sigurður s. 896-2312

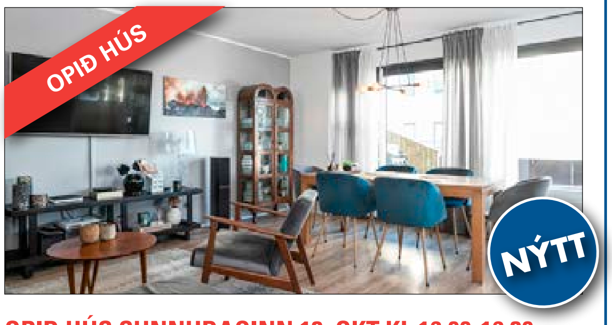
ENGJASEL 86 (BJALLA 4HV), 109 RVK



OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 15. OKT KL 17:00-17:30
- 109.8 fm 4ra herb útsýnisíbúð á efstu hæð, efsta hæð og ris.
- Nýtanlegir fermetrar eru töluvert fleiri.
- Gagngerar endurbætur utanhúss sem stendur.
- Stofa og borðstofa í opnu rými, eldhús með borðkrók.
- Þrjú svefnherbergi og baðherbergi með tengi fyrir þvottavél.
- Frábær staðsetning í barnvænu hverfi, stutt í alla þjónustu.
- Eigninni fylgir stæði í sameiginlegum bílskúr.

Verð 41,6 millj. **Þórey, s. 663-2300**

LYNGÁS 1C, 210 GBÆ



OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 13. OKT KL 16:00-16:30
- Sérinngangur, afgirtur timburpallur og stæði í bílageymslu.
- 117 fm FIMM herbergja ENDAíbúð – FJÖGUR SVEFNHERBERGI.
- Stofa, borðstofa og eldhús / rúmgott baðherbergi.
- Vandaðar innréttingar og fallegt plankaparket.
- Fallegur garður með leiktækjum á sameignarlóð.
- Frábær staðsetning í barnvænu hverfi, stutt í alla þjónustu.
- Eignin getur verið laus fljótlega.

Verð 62,9 millj. **Þórarinn, s. 770-0309**

búmenn

Búseturéttir til sölu

Blásalir 24, íbúð 702

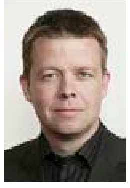
Til sölu er búseturéttur að Blásölum 24, íbúð 702. Eignin er á 7 hæð í fjölbýlishúsi, falleg íbúð með miklu útsýni. Íbúðin er 91.6 fm að stærð með stæði í bílageymslu.

Ásett verð búseturéttarins er kr. 9.500.000,- og mánaðarlegt búsetugjald miðað við 1.október, er kr.186.710.

Innifalið í mánaðarlegu búsetugjaldi er afborgun skuldabréfa, fasteigna- og holræsagjöld, rekstur húsfélags, tryggingar, viðhaldssjóður, þjónustugjald, bílageymslugjald og aukagjald.

Þeir sem hafa áhuga á að skoða eignina og/eða gera tilboð í búseturéttinn, vinsamlegast hafið samband við skrifstofu Búmanna í síma 552-5644 eða í gegnum netfangið bumenn@bumenn.is

INNI FASTEIGNASALA
Kaupvangi 2, 700 Egilsstöðum Sími 580 7905



Sigurður Magnússon
Löggiltur fasteignasali

TÆKIFÆRI Í FERÐAÞJÓNUSTU Á AUSTURLANDI

TIL LEIGU fyrir rekstur ferðaþjónustu er Laugarfellsskáli við Laugarfell á Fljótsdalsheiði. Ferðaþjónusta hefur verið starfrækt með góðum árangri í skálanum undanfarin ár. Leigutími er frá og með 01.01.2020.

Áhugasamir skulu skila inn skriflegri umsókn með tilboði í leiguverð og leigutíma ásamt áætlun um rekstur skálans til INNI fasteignasölu **fyrir kl.14:00, þann 1.nóvember 2019.**

Staðsetning skálans er sérlega góð með tilliti til ferðaþjónustu og aðgengi að skálanum er mjög gott.

Nánari upplýsingar gefur Sigurður Magnússon fasteignasali hjá INNI fasteignasölu s.580 7905 eða sigurdur@inni.is www.inni.is

EIGNAMIÐLUN
GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090

GERPLUSTRÆTI 17-23, 270 MOSFELLSBÆR

Nýjar og glæsilegar 2ja til 5 herbergja fullbúnar íbúðir. Stæði í bílgeymslu fylgir öllum íbúðum. **Verð frá 39,9 m.**
Opið hús sunnudaginn 13. október milli kl. 13:00 og 14:00
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg.fs. s.824 9096, Hilmar Þór Hafsteinsson lg.fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun. is

HÚSEIGN
Fasteignamiðlun

Baldvin Ómar
Lögg. fasteignasali

Atvinnuhúsnæði óskast til leigu

Erum að leita að 300-600 fm húsnæði til leigu í 101 Reykjavík sem notað verður fyrir ferðatengt sýningarhald.

Langtíma leiga.

Áhugasamir hafi samband við Baldvin Ómar lögg. fast. í s: 898-1177

Suðurlandsbraut 20 • 108 Reykjavík • Sími: 585 0100 • Fax: 585 0109
huseign@huseign.is • www.huseign.is
Baldvin Ómar Magnússon - Löggiltur fasteignasali

EIGNAMIÐLUN
GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090

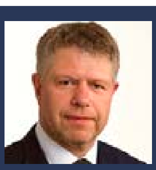
ÁLFHEIMAR 7, 104 REYKJAVÍK

EFRI HÆÐ + STÚDÍÓÍBÚÐ Í KJALLARA OG ÖNNUR STÚDÍÓÍBÚÐ INNRÉTTUÐ Í BÍLSKÚR. Eignin er skráð samtals 194,5 fm. Endurnýjað eldhús, baðherbergi og fl. Frábær staðsetning í grónu hverfi. Möguleiki á góðum leigutekjum. **Verð 73,9 m.**
Opið hús sunnudaginn 13. október milli kl. 13:00 og 13:30
Nánari uppl. Þórarinn M. Friðgeirsson lg. fs. s. 899 1882, thorarinn@eignamidlun.is

job Finnum draumastarfið saman

HÚSASALAN

Síðumúla 33 - 537-9000 - husasalan.is - husasalan@husasalan.is



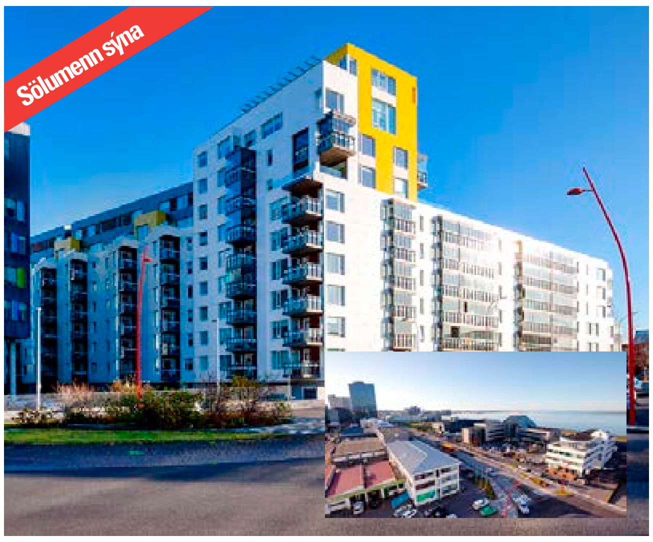
Geir Sigurðsson
s: 655-9000
Lögg. fast.

Aðalsteinn Steinþórsson
s: 896-5865
Lögg. fast.

Benedikt Ólafsson
s: 661-7788
Lögg. fast.

HREINSKILNI - SAMVISKUSEMI - FASTEIGNASÖLU REYNSLA - JAKVÆÐNI - 30 ÁR

Glæsileg úsýnisíbúð – Mánatún 13, Rvk.



Sölumenn sýna
Stórglæsileg 308,1 fm útsýnisíbúð á 8. hæð í nýju og vönduðu lyftuhúsi ásamt fjórum bílastæðum í bílageymslu. Þrjá stofur, Glæsilegt eldhús með eyju í innréttingu. Fjórar svalir þ.a. þrjár með glerlokunum. Fjögur stór herbergi. Tvö baðherbergi og þvottaherbergi. Eignin er einstaklega vönduð og glæsileg með loftræstingu og fallegum innréttingum. Innfelldar lýsingar. Gegnheilt parket og ítalskar flísar á gólfum. Mynddyrasímar. Snyrtileg og vönduð sameign með tveimur lyftum.
Stórfenglegt útsýni allt frá Bláfjöllum, yfir miðbæinn, til sjávar og yfir Esjuna. Einungis 5 - 15 mínútna gangur í miðborgina.
Verð 230 m.
Geir sími 655-9000

Hjallaland 15, Rvk. - Raðhús

Sölumenn sýna
Vel skipulagt pallaskipt raðhús á tveimur hæðum, ásamt bílskúr. Birt stærð er 214 fm þ.a. er bílskúr 19,5 fm. Húsið skiptist í forstofu, stofu með suðursvölum, eldhús með borðkrók, tvö baðherbergi, fjögur herbergi, (hægt að hafa fimm herbergi) og þvottaherbergi. Bílskúr er í bílskúrsröð neðan við húsið. Góð suðurlóð. Frábær staðsetning í grónu og skjólsælu hverfi.
Verð 79,9 m. Geir sími 655-9000

Viðarás 79, Rvk. -Endaraðhús

Opið hús mánudaginn 14. október kl. 17.30 – 18.00.
Einstaklega fallegt og vel skipulagt 5 herb. 168,1 fm. endaraðhús á einni hæð í litlum botnlanga á þessum vinsæla stað. Komið er inn í forstofu, innan forstofu er forstofuherbergi ásamt gestasnyrtingu. Stofa / borðstofa er eitt stórt bjart rými með fallegum arni. Eldhúsið er bjart og fallegt með góðum borðkrók.
Verð 77,4 m.
Benedikt sími 661-7788

Gnoðavogur 66, 104 Rvk. - hæð með bílskúr.

Opið hús þriðjudaginn 15. október kl. 17.00 – 17.30
Björt og snyrtileg fimm herbergja 164,9 fm hæð á annari hæð (2.hæð) þar af góður 25,4 fm bílskúr. Tvennar svalir með útsýni. Snyrtileg íbúð sem skiptist forstofurými, stofu / borðstofu, eldhús með borðkrók, svefnherbergisgang, baðherbergi, fjögur herbergi, gestasnyrting og þvottahús. Vel staðsett og björt íbúð með útsýni. Eign sem vert er að skoða.
Verð 63,7 m. Benedikt sími 655-9000

Básbryggja 7 Rvk. – með bílskúr

Sölumenn sýna.
Falleg 119,5 fm fjögurra til fimm herbergja íbúð á 2.hæð, ásamt innbyggðum 21,0 fm bílskúr. Íbúðin er parketlögð og skiptist m.a. í stofu, sjónvarpsstofu, eldhús, þvottaherbergi, baðherbergi og þrjú svefnherbergi. Stórar svalir. Rúmgóð og snyrtileg eign. Hús nýlega yfirfarið og lagfært að utan.
Verð 52,9 m.
Geir sími 655-9000

Skaftahlíð 5, Rvk.

Opið hús þriðjudaginn 15. október kl. 17.00 – 17.30.
Ath. Laus við kaupsamning.
Falleg og rúmgóð þriggja herbergja 109,2 fm íbúð. Íbúðin er vel staðsett á jarðhæð með sérinngangi. Óvenju stór og björt íbúð með stórum herbergjum. Aukin lofthæð. Íbúðin hefur verið mikið endurnýjuð. Frábær staðsetning.
Verð 44,9 m.
Aðalsteinn sími 896-5865

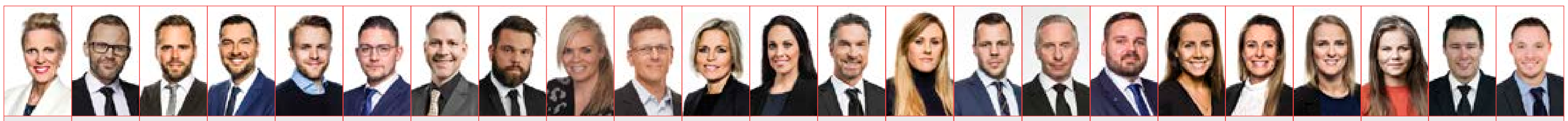
Birkiholt 2, Garðabær.

Sölumenn sýna
Falleg 76,3 fm. 2ja herb. íbúð á 3 hæð með ágætis útsýni á eftirsóttum stað á Álftanesi. Um er að ræða snyrtilega eign og velskipulagða. Stór forstofa með góðum fataskápum. Stofa / borðstofa ásamt eldhúsi er bjart og rúmgott rými með svölum sem snúa til vesturs. Stórt svefnherbergi með góðum fataskápum. Þvottahús er innan íbúðar. Frábær fyrstukaup.
Verð 36,5 m. Benedikt sími 661-7788

LIND FASTEIGNASALA

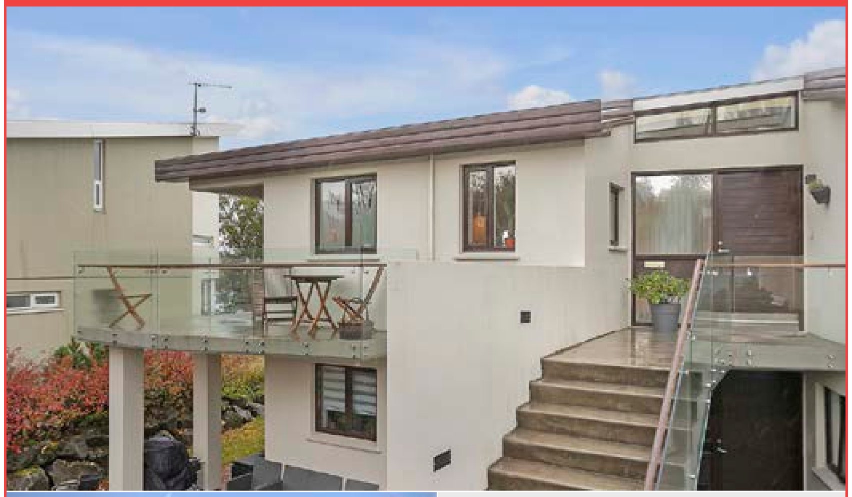
510 7900

Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is



Þórunn	Hannes	Stefán	Kristján	Sveinn	Hrafn	Bjarni	Þorsteinn	Helga	Vernharð	Lára	Harpa	Gunnar	Arna	Magnús	Halldór	Jón	Ásrún	Eva	Sirrý	Elsa	Albert	Diðrik
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	AÐSTOÐARMAÐUR FASTEIGNASALA	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGFRÆÐINGUR	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI

OPIÐ HÚS › 13. okt 16:00 – 16:30



Huldubraut 26

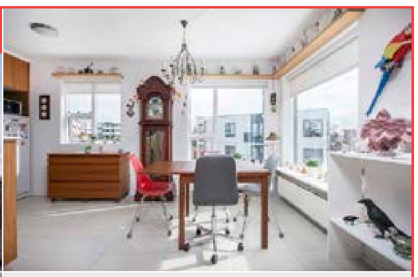
200 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 155,4 fm | **SÉRHÆÐ** | **HERB: 5**

Sérlega vönduð efri sérhæð á sjávarlóð við Fossvoginn. Gólfsíðir gluggar eru til norðurs til að hámarka stórbrotið útsýnið. Innréttingar, tæki og gólfefni er vandað og aukin lofthæð er í stofu og eldhúsi. Gólfhiti er í allri íbúðinni og henni fylgir innbyggður bílskúr með hita og rafmagni. Gólfefni í alrými eru gegnheil eik og ítalskar flísar. Frábærlega staðsett eign í rólegri botn-langagötu með stórkostlegt útsýni.

Heyrumst
Venni › 699 7372 **89.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 14. okt 17:30 – 18:00



Sóleyjarimi 1

112 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 102,8 fm | **FJÖLBÝLI** | **HERB: 3**

Falleg þriggja herbergja endaíbúð á 2. hæð (jarðhæð ef gengið er inn að framanverðu) í fjölbýlishúsi fyrir 50 ára og eldri. Íbúðin er með upphituðum lokuðum svölum og sér stæði í bílageymslu. Stutt í alla helstu þjónustu.

Heyrumst
Venni › 699 7372 **48.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 14. okt 17:30 – 18:00

Arkarholt 19

270 MOSFELLSBÆR

STÆRÐ: 293,2 fm | **EINBÝLI** | **HERB: 5**

Einbýlishús á einni hæð á einstökum stað við Arkarholt 19 í Mosfellsbæ. Húsið stendur á 1088 fm endalóð neðst í botnalanga. Útgengi er á fjórum stöðum út í vel gróin, skjólgóðan og sólríkan garð með góðri útiaðstöðu.

Heyrumst
Halldór › 618 9999 **117.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

201 SMÁRI

2 - 4 herbergja íbúðir.
Verð frá 36,9 millj. kr.

- Bílastæði í upphituðum bílakjallara fylgir flestum íbúðum.
- Fullkláraðar íbúðir með gólfefnum, ísskáp og uppþvottavél.
- Mjög gott skipulag.
- Mynddyrasíma og hita stýrt með snjallsíma.
- Húsin eru klædd að utan og með áltré gluggum.
- Deilibílar í hverfinu.
- Yfir 100 verslanir í göngufæri.
- Hleðslustöðvar fyrir rafbíla.
- Leiksvæði og opnir garðar.
- Skólar og leikskólar í göngufjarlægð.
- Upphitaðar gangstéttir.

Sunnusmári 18

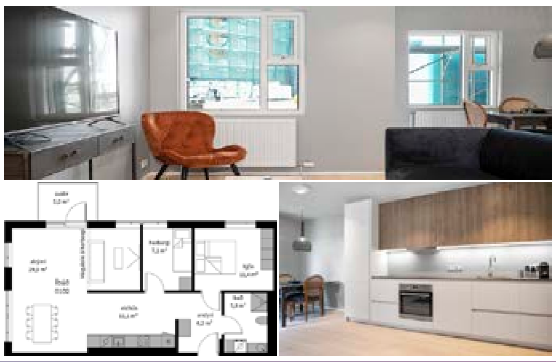
201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 84.6 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 3

Íbúð 107: Er 84,6 fm, þriggja herbergja íbúð á 1.hæð. Sérmerkt bílastæði í bílakjallara fylgir eigninni.

48.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali



Sunnusmári 20

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 80,7 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 3

Íbúð 103: Er 80,7 fm, þrig-gja herbergja íbúð á 1.hæð. Sérmerkt stæði í bílakjallara fylgir eigninni.

44.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali

Sunnudaginn 13. okt OPIÐ HÚS frá kl.14:00-14:30

Sunnusmári 18

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 86,2 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 4

Íbúð 208: Er 86,2 fm er 4 herbergja íbúð á 2.hæð. Sérmerkt bílastæði í bílakjallara fylgir íbúðinni.

49.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali

Sunnusmári 20

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 107,5 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 4

Íbúð 036: Er 107,5 fm er tveggja herbergja íbúð á jarðhæð.

53.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali

Ítarlegar upplýsingar má finna á www.201.is

Hannes Steindórsson
Lögg. fasteignasali
699 5008
› hannes@fastlind.is

Diðrik Stefánsson
Lögg. fasteignasali
647 8052
› diddi@fastlind.is

Stefán Jarl Martin
Lögg. leigumiðlari
892 9966
› stefan@fastlind.is

Kristján Þórir Hauksson
Lögg. fasteignasali
696 1122
› kristjan@fastlind.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

MIKLABORG

Opið á laugardögum frá kl. 10 -14

OPIÐ HÚS

laugardaginn 12. október kl. 15:00 - 16:00
og
sunnudaginn 13. október kl. 15:00 - 16:00

Hafnarbraut 13-15

200 Kópavogi

Nýjar og glæsilegar 1-5 herbergja íbúðir við Hafnarbraut 13-15 í lyftublokk á Kársnesi.

- Stærðir frá 45 -175 fm. Fallegt sjávarútsýni frá mörgum íbúðum.
- Íbúðirnar afhendast fullbúnar og með gólfefnum á votrýmum.
- Bílastæði í bílakjallara fylgir flestum íbúðum.
- Kársnesið er vaxandi svæði með fjölskylduvænu og fallegu umhverfi við sjávarsíðuna.

Verð frá : **33,9 millj.**

Nánari upplýsingar veita:

Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími:697 9300
svan@miklaborg.is

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is

MIKLABORG – Með þér alla leið

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

---

FASTEIGNASALAN ÁRBORGIR

Austurvegi 6
Sími 482 4800
www.arborgir.is

Þórir Ólafsson
Lögg. fast.
S. 865 9774

Þorsteinn Magnússon
Lögg. fast.
S. 894 2045

12 Nýjar íbúðir til sölu við Eyraveg 38, 800 Selfossi

Opið hús laugardaginn 12. okt. milli 13:00-14:30 og á mánudaginn 14 okt. frá kl 17:00-18:00

Íbúðirnar eru á 2. og 3. Hæð í snyrtilegu lyftuhúsi.

Mjög stórar þaksvalir (70-90m2) fylgja öllum íbúðum á þriðju hæð.

Íbúðirnar eru allar fullbúnar og afhendast við kaupsamning.

Snytilegar innréttingar og vandaður frágangur.

Stærð íbúða eru frá 52,2m til 90,2m2

Verð frá 24.200.000 – 37.900.00,-

Nánari upplýsingar á skrifstofu Árborga.
arborgir@arborgir.is
Sími 482-4800

Þorsteinn 894 2045
Þórir 865 9774

Þorsteinn Magnússon lögg. fasteignasali

Kristján Baldursson
hdl., lögg. fasteignasali,
löggiltur leigumiðlari.
S: 867-3040

Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir
Fr.kv.stj.Viðskiptafr.,
lögg. fasteignasali,
leigumiðlari.
S: 899-5949

Garðar B. Sigurjónsson
Sölustjóri.
Löggiltur fasteigna- og skipasali.
S. 898-0255

Bára Daníelsdóttir
Skrifstofustjóri
S: 693-1837

Sólveig Regína Biard
Löggiltur fasteignasali
Skjalavinnsla.
S: 869-4879

Garðar Hólm
Löggiltur fasteignasali
S: 899-8811

Gylfi Jens Gylfason
hdl., lögg. fasteignasali
S: 822-5124

Garðar Kjartansson
Sölufulltrúi
Í námi til löggildingar fasteignasala
S: 853-9779

Styrmir Þór Sævarsson
Löggiltur fasteignasali.
S: 846-6568

Jóna Benný Kristjánsdóttir
Lögmaður.
Löggiltur fasteignasali.
S: 869-8650

Gunnar Þórisson
Löggiltur fasteignasali.
Viðskiptafræðingur.
S: 692-6226

Einar Örn Guðmundsson
Viðskiptafræðingur
Sölufulltrúi.
Í námi til löggildingar fasteignasala
S: 823-4969

Guðbjörg Helga
Löggiltur fasteignasali.
Viðskiptafræðingur.
MSc nám í nýsköpun
S: 897-7712

Kristín María Stefánsdóttir
Lögfræðingur.
Í námi til lögg.fast-eignasala
S: 837-1177

Matthías Eyjólfsson
Hefur lokið námi til lögg fasteignasala.
S: 899-7770

TRAUSTI fasteignasala

Vegmúla 4 | 108 Reykjavík | s.546-5050
trausti.is | trausti@trausti.is

VIÐ ERUM TRAUSTI

Laugarásvegur 43
104 Reykjavík

SÖLUSÝNING
MIÐVIKUDAGINN
16. OKT.
KL. 12:00 - 12:30

Trausti fasteignasala kynnir glæsilegt og virðulegt 321,3 fm einbýlishús á tveimur hæðum með fjórum inngöngum ásamt frístandandi bílskúr á einstaklega góðum og eftirsóttum stað við Laugardalinn í Reykjavík. Skjólgóður og gróinn garður. Aukaíbúð var útbúin á neðri hæð hússins með sérinngangi. Fimm svefnherbergi eru í húsinu, tvö eldhús og lagt fyrir 4 salernum.

Verð: 145 millj.

Kristján Baldursson
hdl., löggiltur fasteigna-,
fyrirtækja- og skipasali,
löggiltur leigumiðlari.
S: 867-3040

Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir
Sölustjóri.Viðskiptafr.,
lögg. fasteignasali,
leigumiðlari.
S: 899-5949

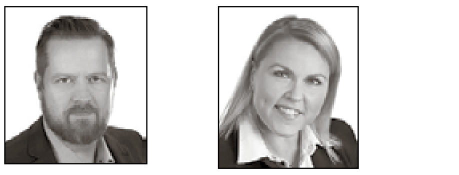
Lautarvegur 38-44
OPIÐ HÚS
sunnudaginn 13. okt.
frá kl. 13.00-13.30

Ein fullbúin og innréttuð sýningaríbúð

Langar þig að búa í Fossvogi?
Við kynnum glæsilegar íbúðir við Lautarveg, skammt frá Ræktunarstöð Reykjavíkur í Fossvogi

Staðsetningin er einstök, á skjólsælum stað þar sem stutt er í alla þjónustu.

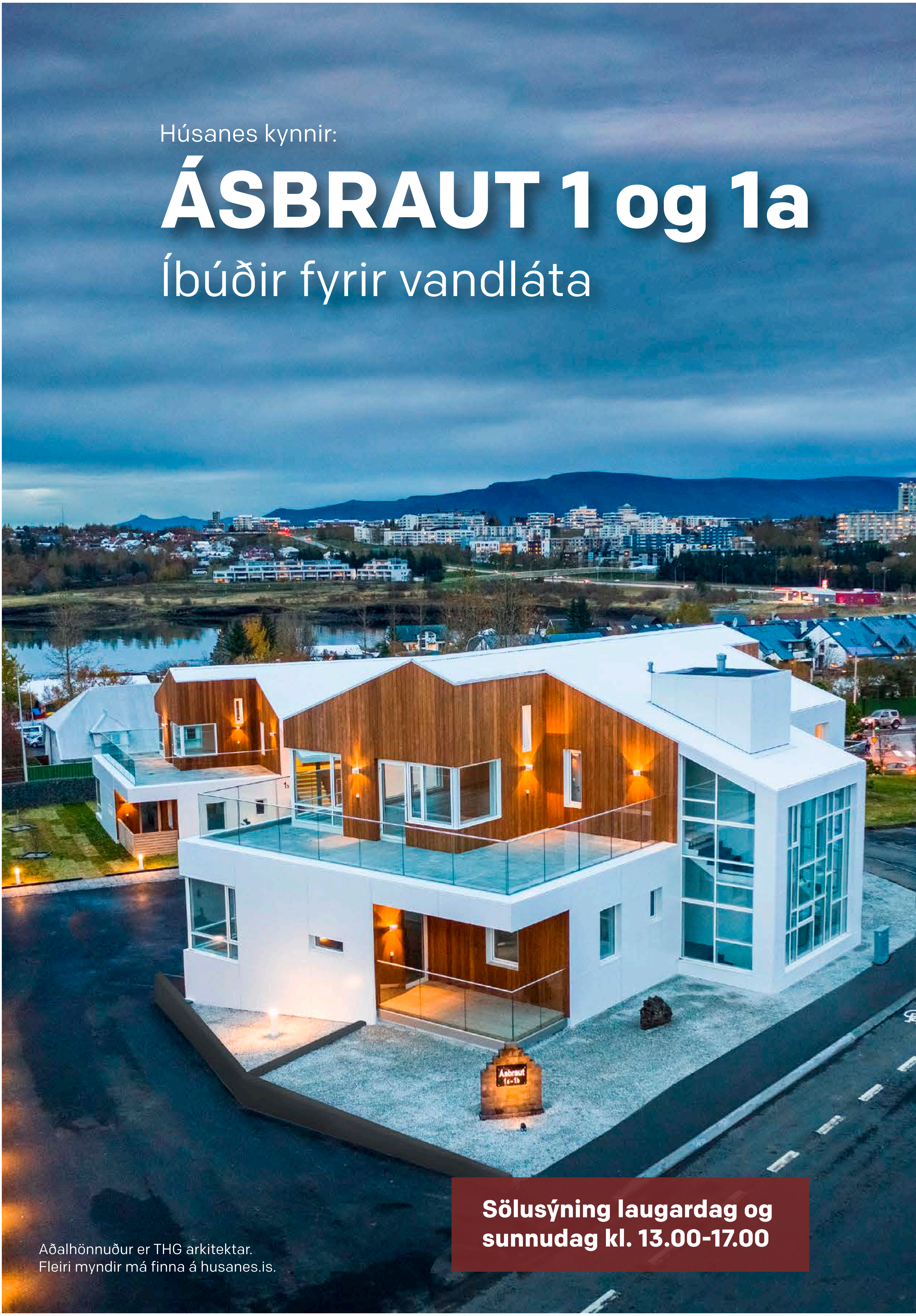
- Sér hæðir
- Stærð 115 fm og 136 fm.
- Sér inngangur
- Tvö baðherbergi í hverri íbúð
- Aukin lofthæð
- Þakgluggar á efri hæð
- Gólfhiti - ofnakerfi
- Viðhaldsfríir gluggar með öndun
- Vönduð álklæðning

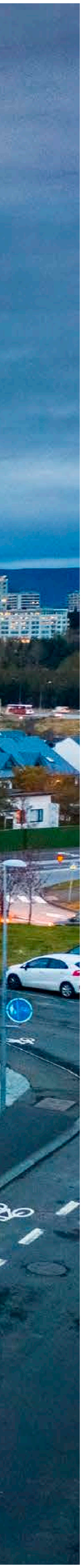


Gylfi Jens Gylfason
hdl./attorney at law
Löggiltur fasteignasali
Símanúmer 822-5124
gylfi@trausti.is

Guðbjörg Sveinsbjörnsdóttir
Sölustjóri
Löggiltur fasteignasali.
Símanúmer 899-5949
gudbjorg@trausti.is

TRAUSTI fasteignasala
Vegmúla 4 • 108 Reykjavík


Húsanes kynnir:
ÁSBRAUT 1 og 1a
Íbúðir fyrir vandláta
Sölusýning laugardag og
sunnudag kl. 13.00-17.00
Aðalhönnuður er THG arkitektar.
Fleiri myndir má finna á husanes.is.



Einungis er um að ræða tvö þriggja íbúða hús, íbúðirnar eru fullbúnar og tilbúnar til afhendingar.

- Húsin eru klædd að utan með sléttu áli og harðvið. Gluggar eru viðhaldsléttir ál/tré
- Aukin lofthæð 2,8m og enn meiri í penthouse íbúðum.
- Allar innihurðir eru í yfirhæð.
- Aukin einangrun á milli íbúða
- 2 svalir fylgja öllum íbúðum, og stórar hellulagðar þaksvalir með hitalögn í penthouse íbúðum.
- Baðherbergi flísalögð og gólf í votrýmum. Alrými er parketlagt með 12mm hágæða eikarparketi.
- Innfelld ledlýsing er í íbúðum
- Sérsmíðaðar innréttingar frá Ormsson/HTH
- Vönduð heimilistæki frá AEG, ísskápur og uppþvottavél fylgja öllum íbúðum.
- Sólpallar á jarðhæð eru úr lerki.
- Lóð er vel afgirt með hljóðeinangrandi vegg að Kársnesbraut. Aksturs og gönguleiðir eru malbikaðar og/eða hellulagðar með hitalögn. Önnur svæði eru tyrfð, tré og steinker prýða lóðina. Öll aðkoma og húsin sjálf eru vel upplýst.

Ásbraut 1 er staðsett í hjarta Kópavogs í rólegum og friðsælum botnlanga.

Staðsetning og sérstaða sem á sér ekki hliðstæðu.

Húsin eru staðsett innst í botnlanga í friðsælu, rótgrónu og rólegu hverfi í hjarta Kópavogs, einungis 5 mínútna gangur er í eftirfarandi þjónustu:

- Heilsugæslu
- Sundlaug
- Bæjarskrifstofur
- Verslanir og kaffihús
- Kirkju
- Safnaðarheimili
- Tónlistar og menningarhús
- Miðbæ Kópavogs í Hamraborg.
- Frábærum gönguleiðum í og við Fossvoginn.
- Merktur hjólreiðastígur beint frá Ásabraut

Útsýni er frábært úr öllum íbúðum, sést til:

- Snæfellsjökuls
- Esju
- Fossvogsdals
- Og sundin blá.

Nánari upplýsingar veita:

sigrun@tingholt.is
Þingholt
773-7617

hronn@fstorg.is
Fasteignasalan Torg
692-3344

nadia@landmark.is
Landmark
692-5002

gulli@remax.is
Remax
661-6056

Húsanes Verktakar ehf.

Mannvirkjagerð er okkar fag

KISTUMELAR | REYKJAVÍK

TIL LEIGU

FRÁ KR. 990 FM

165 - 280 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar inn-keyrsluhurðir, góð malbikuð lóð og greið aðkoma.

facebook.com/esjufasteignir

ESJA
FASTEIGNIR

Sími **661 7000**

Komdu og skoðaðu Efstaleitið

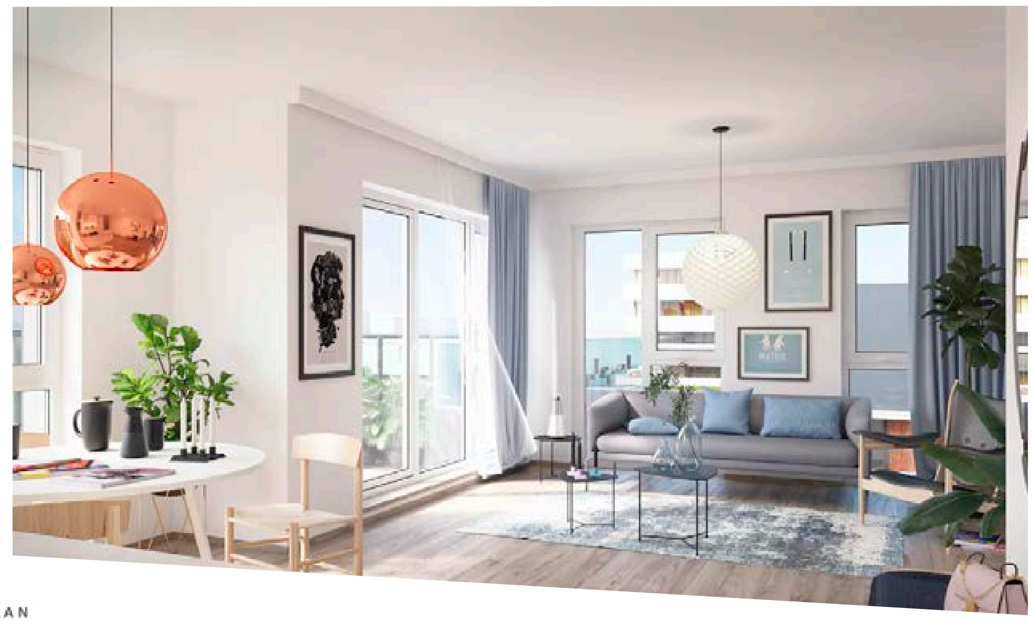
Kynning laugardag og sunnudag kl. 13–14

Nú er lokaáfangi þessa nýja og eftirsótta íbúðasvæðis kominn í sölu. Kynning verður í sýningarsal Efstaleitis laugardag og sunnudag 12. og 13. október kl. 13–14. Þar getur þú skoðað teikningar og innréttingar, kynnst hverfinu og rætt við fasteignasala sem taka vel á móti þér.

Nánari upplýsingar um íbúðirnar á **efstaleitid.is**

Í Efstaleitinu rís nútímalegt íbúðahverfi á einum besta stað í borginni. Efstaleitið er sannkallað miðborgarhverfi, í göngufæri við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði.

Íbúðirnar eru glæsilega innréttaðar.
Rut Káradóttir innanhússarkitekt sá um efnis- og litaval á innréttingum og flísum.



EIGNAMIÐLUN

FASTEIGNASALAN TORG

Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
899 1882
thorarinn@eignamidlun.is

Guðlaugur Ingi Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
864 5464
gudlaugur@eignamidlun.is

Hafdís Rafnsdóttir
Löggiltur fasteignasali
820 2222
hafdis@fstorg.is

Sigurður Gunnlaugsson
Löggiltur fasteignasali
898 6106
sigurdur@fstorg.is

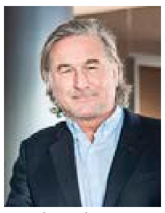
SKUGGI

EFSTALEITIÐ

STAKFELL
FASTEIGNASALA | 1984

535-1000
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK

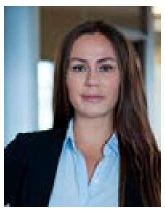
FÉLAG FASTEIGNASALA
Þorlákur Ómar Einarsson
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI


ÞORLÁKUR ÓMAR EINARSSON
Framkvæmdastjóri
löggiltur fasteignasali
GSM 820 2399

STEFÁN HRAFN STEFÁNSSON
Sölustjóri. Hdl.
Löggiltur fasteignasali
GSM 895 2049

SARA MARÍA KARLSDÓTTIR
Fjármálastjóri
GSM 697 5524

ERLA DRÖFN MAGNÚSDÓTTIR
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali
GSM 692 0149

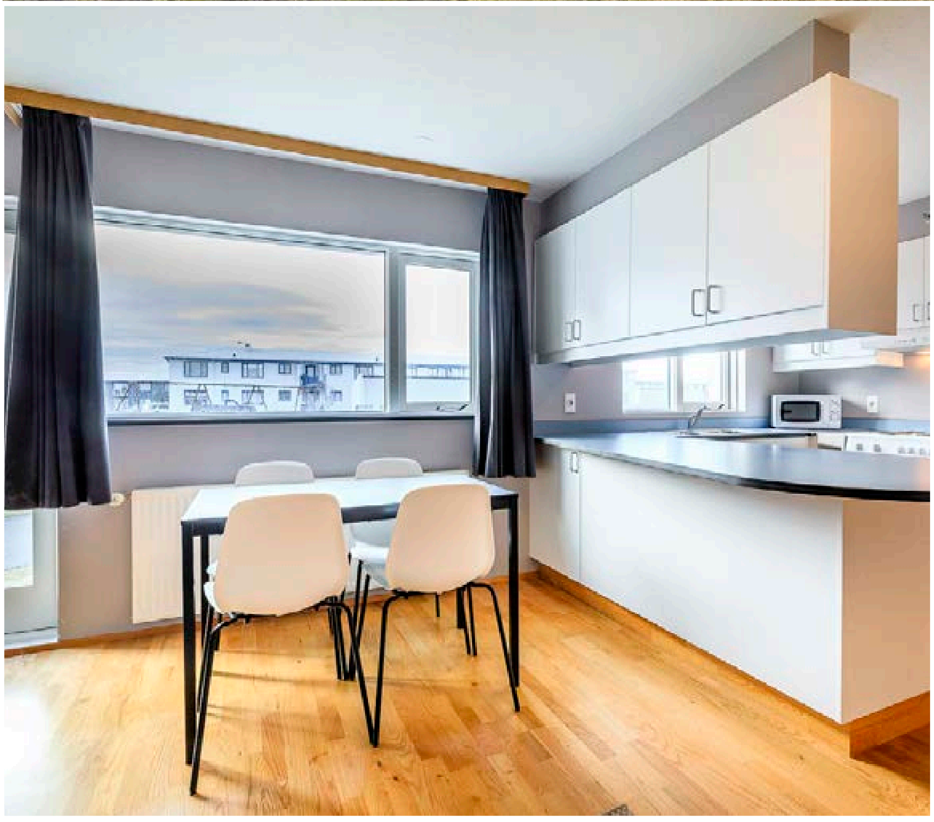

MATTHILDUR SUNNA ÞORLÁKSDÓTTIR
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali
GSM 690 4966

ÓLAFUR H. GUÐGEIRSSON
MBA Rekstrarhagfræðingur
Löggiltur fasteignasali
GSM 663 2508

KJARTAN ÍSAK GUÐMUNDSSON
B.Sc. Viðskiptafræðingur
Nemi til lögg. fast.
GSM 663 4392

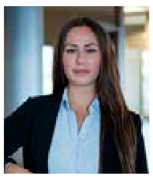
DOBRY ZAKUP
LINDARBRAUT 635 REYKJANESBÆR
OTWARTY DOM W SOBOTĘ 12.PAŹDZIERNIKA OD 15:00 DO 16:00
DWUPOKOJOWE MIESZKANIA OD 50-60 METRÓW KWADRATOWYCH. CENA 18.900.000 ISK.

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 12. OKTÓBER MILLI KL. 15:00 - 16:00



LINDARBRAUT 635, 262 REYKJANESBÆR

STAKFELL KYNNIR: Til afhendingar strax, tuttugu og átta, tveggja herbergja, 50 – 60 fm. íbúðir í tveggja hæða húsi sem skiptast í alrými með stofu og eldhúsi, svefnherbergi og baðherbergi. Íbúðirnar skilast með svölum eða sérafnotareit út frá stofu. Þvottahús og sér geymsla í sameign. Verð: 18.9M



NÁNARI UPPLÝSINGAR:

MATTHIDUR
690 4966
matthildur@stakfell.is

ERLA
692 0149
erla@stakfell.is

GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI

Sama verð og í fyrra!
HAUST
RESTAURANT
• VINSÆLA AMERÍSKA JÓLAHLAÐBORÐIÐ SNÝR AFTUR •
BIG AMERICAN
Christmas buffet
Jól alla daga með fjölskyldu og vinum á veitingastaðnum Haust.
Graskerssúpa, sætkartöflukrem, kleinuhringjabar, reykt andabringa, jólahús fyrir börnin, heilsteiktur kalkúnn, innbökuð hnetusteik, nautalund Wellington og margt fleira.
Verð:
9.900 kr.*
fimmtudags- til laugardagskvöld
7.900 kr.*
sunnudags- til miðvikudagskvöld
*Frítt fyrir 5 ára og yngri og hálft verð fyrir 6-12 ára
Jólabrunch
frá og með 16. nóvember
um helgar 4.950 kr*.
Hádegisverðarhlaðborð með jólaívafi
alla virka daga 3.950 kr.*
Glæsilegt Jólahlaðborð
Öll kvöld frá 14. nóvember til og með 1. janúar
Bókaðu borð á haust@haustrestaurant.is
eða í síma 531 9020
Sjá nánar á haustrestaurant.is/jol
Haust Restaurant | Fosshótel Reykjavík | Þórunnartúni 1

Ofgnótt vegan valmöguleika

Hnetusteikin er bæði sígild og sívinsæl sem jólamatur grænmetisætunnar. En það er margt annað í boði og þá er auðvelt að veganvæða hina ýmsu hátíðarrétti svo allir geti notið.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is

Allt er nú til, myndu eflaust ýmsir segja og svo hrista hausinn yfir öllum þeim nýstárlegu dýraafurðastaðgenglum sem komið hafa fram á sjónarsviðið undanfarin ár. Þannig hefur til að mynda gulrótin fengið nýtt (aðal)hlutverk í stað graflax og sama gildir um eggaldin sem hefur verið notað í stað síldarinnar. Á síðunni veganistur.is er til dæmis að finna margar gómsætar hátíðaruppskriftir og er eggaldin-„síldin“ þar á meðal.

Af aðalréttum nýtur sveppa-Wellington sífellt meiri vinsælda sem aðalréttur, sem og seitan-steikur og ýmiss konar útfærslur af tófú. Tófúinu hefur jafnvel verið umbreytt í svokallaðan „tofurkey“, sem vísar til kalkúns, en hann hefur löngum verið vinsæll á borðum landsmanna um hátíðarnar. Hægt er að kaupa tófú-kalkúninn tilbúinn eða gera hann frá grunni og eru til margar uppskriftir á netinu sem hægt er að vinna út frá.

Þá er leikandi létt að veganvæða allar sósur, hvort sem um er að ræða sveppasósu eða svokallaða „gravy“, brúnar þykkar sósur sem byggja oftast á kjötsafa eða -seyði. Hægt er að notast við hveitigrunn eða rjóma til að þykkja sósur. Sama á við um súpur, en það er afar einfalt að gera vegan útgáfur af flestum súpum með aðstoð grænmetissoðs og jurtarjóma. Mikið úrval er til af jurtarjóma og má þar til að mynda nefna hafra-, möndlu-, soja- og kasjúrjóma.

Til eru margar útgáfur af tófúkalkún.

Hrefna Sætran, stjörnukokkur og veitingahúsaeigandi, er mikill aðdáandi grænmetismatar og deilir hér uppskrift að silkimjúkri og ljúffengri aspassúpu með lesendum. Súpan væri kjörin á jólahlaðborðið eða sem forréttur, hvort sem það er á aðfangadagskvöld, að kvöldi jóladags eða á gamlárskvöld. Súpan er án dýraafurða og hentar því bæði þeim sem eru vegan og þeim sem eru með mjólkurópþol. Þá er hún að auki blessunarlega laus við hið alræmda glúten og hentar því flestu mataræði.

Hægt er að finna fjölda uppskrifta að brúnum sósum með því að fletta upp „vegan gravy“.

Aspassúpa Hrefnu Sætran

1 stk. laukur, saxaður
3 hvítlauksrif, söxuð
2 búnt aspas, skerið smá af endanum eða brjótið aspasinn til að losna við trénaða partinn
3 stk. millistærð af kartöflum, skrældar og skornar gróft
100 g kasjúhnetur
1 lítri grænmetissoð
Smá möndlurjómi
1 stk. sítróna, safinn
Salt og pipar

Takið til hliðar nokkra aspastoppa og nokkrar kasjúhnetur til að skreyta með

Setjið olíu í pott og steikið laukana upp úr henni við miðlungshita í nokkrar mínútur. Bætið grænmetissoðinu út í ásamt kartöflunum og hnetunum og sjóðið við miðlungshita í 25 mínútur eða þar til kartöflurnar eru soðnar. Setjið svo allt í blandara og smakkið til með sítrónusafa, salti og pipar Skreytið með aspas, ristuðum kasjúhnetum og smá möndlurjóma.

Hátíðleg smáréttaveisla á Geysir Bistro.
frá 15.11 - 01.01

13 girnilegir smáréttir á seðli.

Láttu kokkinn velja fjóra smárétti og einn eftirrétt fyrir aðeins 5.900.-

Hlökkum til að sjá þig.

Laugavegi 96
+354 5551550

Aðalstræti 2
+354 5174300

GEYSIR Bistro

geysir@geysirbistro.is
www.geysirbistro.is

Koma með matarhefðir að heiman

Jólin eru gómsætt ævintýri hjá landsliðskokkunum í Nomy. Þar er hægt að panta jólamatinn heim á aðfangadagskvöld og einnig ómótstæðilegar veislur og jólahlaðborð fyrir litla og stóra hópa.

Landsliðskokkarnir Fannar Vernharðsson, Bjarni Siguróli Jakobsson og Jóhannes Steinn Jóhannesson eru eigendur Nomy. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Við komum allir færandi hendi með jólahefðir frá æskujólum okkar á jólaborðið, sérrífrómasinn hennar mömmu, síldarsalat frá fjölskyldu Fannars og Bjarni bakar blúndur frá ömmu sinni. Enda eru jólin tími hefða í matseld en þær eru misjafnar á hverju heimili sem gerir þær persónulegar og spennandi fyrir aðra að njóta, segir matreiðslumeistarinn Jóhannes Steinn Jóhannesson, sem rekur veisluеldhúsið Nomy ásamt meistarakokkunum Bjarna Siguróla Jakobssyni og Fannari Vernharðssyni.

Því er engum í kot vísað þegar kemur að matseldinni hjá meistarakokkunum þremur sem allir hafa verið í kokkalandsliði Íslands undanfarin áratug en auk þess var Bjarni valinn kokkur ársins 2012 og Jóhannes árin 2008 og 2009. Þeir hafa líka unnið saman og trekkt að pottunum hjá Vox, Geira smart, Sjávarkjallaranum og Slippbarnum á Hótel Marina.

„Góður matur er okkar aðalsmerki og bragðlaukunum tryggð ógleymanleg upplifun,“ segir Jóhannes, sem eins og þeir allir elskar að elda gómsætan mat sem gleður augu, munn og maga.

Veislumat heim á jólunum

Nomy er tvíþætt veislueldhús. Minni hópar geta pantað sér veislumat á vefverslunni nomy.is og svo er það veisluþjónusta fyrir stærri hópa.

„Fyrir jólin bjóðum við í fyrsta sinn nýjung fyrir þá sem vilja fá jólamatinn tilbúinn heim á aðfangadagskvöld eða gamlárskvöld. Hægt verður að velja um dýrindis forrétti, aðalrétti og eftirrétti í vefversluninni og hægt að sækja matinn fram til klukkan 16 báða hátíðardagana. Þá er ekki annað eftir í eldhúsinu heima en að halda matnum heitum þar til kirkjuklukkurnar hringja inn jólin og fá ilm af indælli steik í húsið,“ upplýsir Jóhannes og pantanir eru þegar farnar að streyma inn.

„Við höfum fundið fyrir þörf fyrir þessa þjónustu og í vefverslun Nomy er einnig hægt að panta pinnamat, steikarpakka og fleira girnilegt sem nýtur mikilla vinsælda fyrir skemmtilega samfundi þegar fólk er að fara saman í leikhús, á tónleika eða annað og vill hrista sig saman í huggulegheitum áður,“ segir Jóhannes sem með þeim Bjarna og Fannari gerir æ meira af því að elda sælkeramat fyrir matarboð í heimahúsum við hátíðleg tilefni og um helgar.

Pop-up villibráðarveisla

Í aðdraganda jóla verður margt freistandi á boðstólum hjá Nomy.

„Við byrjum á villibráðarpop-up veitingastað í Norræna húsinu dagana 24. til 26. október. Þar verður stjarna kvöldsins hreindýrasteik með saltbakaðri seljurót, gljáðum rauðrófum, svörtum hvítlauk og sólberjum í aðalrétt, sem og innbakað hreindýr með villtum sveppum en eftirréttir koma á diski fyrir hvern og einn. Þá verða forréttir bornir á borð í smáréttaformi fyrir gesti að deila. Þar má nefna villisúpu með freyðandi jarðsveppum „cortado“, grafinn gæsatartar með hrútaberjum og greni, hörpuskel með reyktum eggjum, villtum kapers og stökkri svartrót og grillaðan lunda í umslagi með lauksultu, andalifur og döðlum,“ segir Jóhannes um villibráðarveislu Nomy.

Gómsætur matur er í hávegum hafður á veisluborðinu hjá Nomy.

Sætaframboð er takmarkað en hópar geta fengið sal út af fyrir sig og fleiri dagsetningar eru í boði fyrir áhugasama hópa og matgæðinga.

„Við verðum líka með nokkur jólahlaðborð hjá Golfkúbbnum Keili þar sem örfá sæti eru enn laus. Svo taka við jólakvöld í Norræna húsinu þar sem við verðum með pop-up veitingastað fram að jólum, byrjum á villibráð í lok október og svo taka við Jólahádegi og Jólakvöld í nóvember og desember,“ upplýsir Jóhannes.

> **Þá er ekki annað eftir en að halda ilmandi matnum heitum þar til kirkjuklukkurnar hringja inn jólin.**

Auk þess býður Nomy upp á glæsileg jólahlaðborð fyrir stærri hópa.

„Jólamaturinn okkar á Nomy er með hefðbundnu sniði í bland við nýjar og spennandi útfærslur. Það má enda ekki rugla mikið í jólaréttum Íslendinga en við leikum okkur með hráefnið og setjum á það okkar tvist þegar kemur að bragði og óvæntum útfærslum til að gera þetta enn skemmtilegra,“ segir Jóhannes.

Matarboð sem slá í gegn

Landsliðskokkarnir hjá Nomy eru rómaðir fyrir ekta gómsætan jólamat en líka spennandi nýjungar sem gæla við bragðlaukana fyrir jólin.

„Við gerum alltaf nýja útfærslu af rauðkáli á hverju ári og fyrir jólin nú ætlum við að vera með kryddaða kalkúnaleggi á beini sem og Söru Bernhard-tertu sem hvergi hefur sést áður. Svo matbúum við síldina með hefðbundnu jólasniði en ögrum gestum okkar líka með nýrri síldarnálgun sem svíkur engan,“ segir Jóhannes og vitaskuld fær jólafrómas móður hans að fljóta með á eftirréttahlaðborðinu.

„Í sælkeraverslun okkar á nomy.is verða líka í boði jólapinnar fyrir kokkteilboðin og allir sem panta mat úr versluninni geta sótt hann eða fengið sendan í vistvænum umbúðum og bökkum sem eru huggulegir á borði. Í stærri veislum komum við sjálfir á staðinn, stillum upp matnum og fylgjum honum eftir,“ segir Jóhannes sem á Nomy er alltaf tilbúinn að snara fram ómótstæðilegum veisluföngum með skömmum fyrirvara.

„Við elskum að matreiða góðan mat og jólin eru í sérstöku uppáhaldi enda gleðileg sælkeratíð með kósíheitum sem fylgja aðventu og jólum.

Hjá okkur er aldrei lokað og ef fólki dettur í hug að halda matarboð með litlum fyrirvara og slá í gegn með góðum mat er stundin tryggð með gæðaréttum frá okkur.“

Nánar á nomy.is

Jólamatseðill Nomy

Í nóvember og desember mun kokkasveit Nomy halda jólapop-up í Norræna húsinu.

Þar verður boðið upp á spennandi jólamatseðil þar sem fjölbreyttir klassískir jólaréttir, í bland við nútíma áherslur í hágæða matargerð, koma á borð gesta til að deila.

Eftirtaldar dagsetningar eru í boði:

29.–30. nóvember
Jólamatseðill – Set Menu

6.–7. desember
Jólamatseðill – Set Menu

Athugið að takmarkaður sætafjöldi er á þessum dagsetningum og því er betra að bóka fyrr en síðar.

Við bjóðum einnig upp á fleiri dagsetningar fyrir 30-50 manna hópa.

Þetta er tilvalið fyrir þá sem vilja vera út af fyrir sig og eiga notalega kvöldstund í því yndislega umhverfi sem Norræna húsið býður upp á.

Norrænn jólamatseðill að hætti meistarakokka Nomy

Lystaukar
- Tvíreykt hangikjöt á flatbrauði
- Einiberjagrafin gæs á laufabrauði
- Síld með piparrót og eplum

Forréttir
- Grafinn lax með hunangssinnepi, dilli, sellerí og íslensku wasabi
- Hreindýrapaté með kóngasveppum og íslenskum hrútaberjum
- Stökksteikt rauðspretta með remúlaði

Aðalréttir
- Grillуð andabringa með rauðrófu- og kirsuberjakremi ásamt rauðkáli, shitake-sveppum og rósakáli
- Til hliðar – Hægelduð andalæri, sykurbrúnaðar kartöflur og andasósa

Eftirréttur
- Jólasúkkulaðikúla með Tanariva-súkkulaðimús, hindberjum, vanilluís og súkkulaðisósu

Verð 8.900 kr.
Verð með vínpörun 14.900 kr.

Vinsamlega hafið samband og takið frá dagsetningu með því að senda okkur línu á nomy@nomy.is eða hringja í síma 777-1017.

Með fallegar kökur í vinnuna

Það er huggulegt að bjóða vinnufélögunum upp á smá sætindi í desember. Það lífgar upp á skammdegið. Vinsælt er að taka með sér piparkökur en það eru til aðrar tegundir sem eru góðar.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Þótt ítalskt biscotti sé ekkert endilega jólasmákaka þá eru þessar kökur ótrúlega góðar og passa árið um kring. Margir baka alltaf biscotti fyrir jólin. Ítalir dýfa kökunum í kaffi eða sætt vín.

Biscotti með súkkulaði og möndlum

Ótrúlega góð uppskrift og ekki svo flókin.

150 g smjör
300 g sykur
Rifinn börkur af 1 appelsínu
3 egg
159 g möndlur
100 g dökkt súkkulaði
6 dl hveiti
3 tsk. vanillusykur
2 tsk. lyftiduft

Uppskriftin ætti að duga í 40 kökur.
Hrærið vel saman smjör og sykur. Blandið því næst öllu öðru saman við. Setjið meira hveiti ef deigið verður mjög blautt. Skiptið deiginu í fjóra parta og hnoðið rúllur. Leggið þær á bökunarplötu og þrýstið á lengjuna þannig að hún fletjist aðeins út.
Bakið í 180°C heitum ofni í 25 mínútur. Takið úr ofninum og látið aðeins kólna áður en deigið er skorið niður í jafnstórar sneiðar. Raðið þeim á bökunarpappír á bökunarplötu og setið aftur í ofninn í 10 mínútur eða þar til þær verða gullinbrúnar. Setjið á rist og kælið. Kökurnar eiga að vera þurrar og stökkar.
Það má breyta til með þessar kökur með hnetum í staðinn fyrir möndlur. Einnig má nota trönuber.

Jólasúkkulaðikökur

Hér er uppskrift að ekta brownies sem hægt er að skreyta á mismunandi jólalegan hátt og taka með sér í vinnuna. Hægt er að skera kökurnar eins og jólatré, setja ferska ávexti á þær eða jafnvel blöndu af þurrkuðum ávöxtum. Fallegar súkkulaðikökur búa til skemmtilega jólastemmingu.

Uppskriftin ætti að gefa 12 kökur.

200 g dökkt súkkulaði, 70%
200 g smjör

Ítalskar biscotti eru frábærar kökur. Góðar með kaffi eða sætu víni.

4 egg
3 dl sykur
4 dl hveiti
1 tsk. lyftiduft

Til skreytingar:

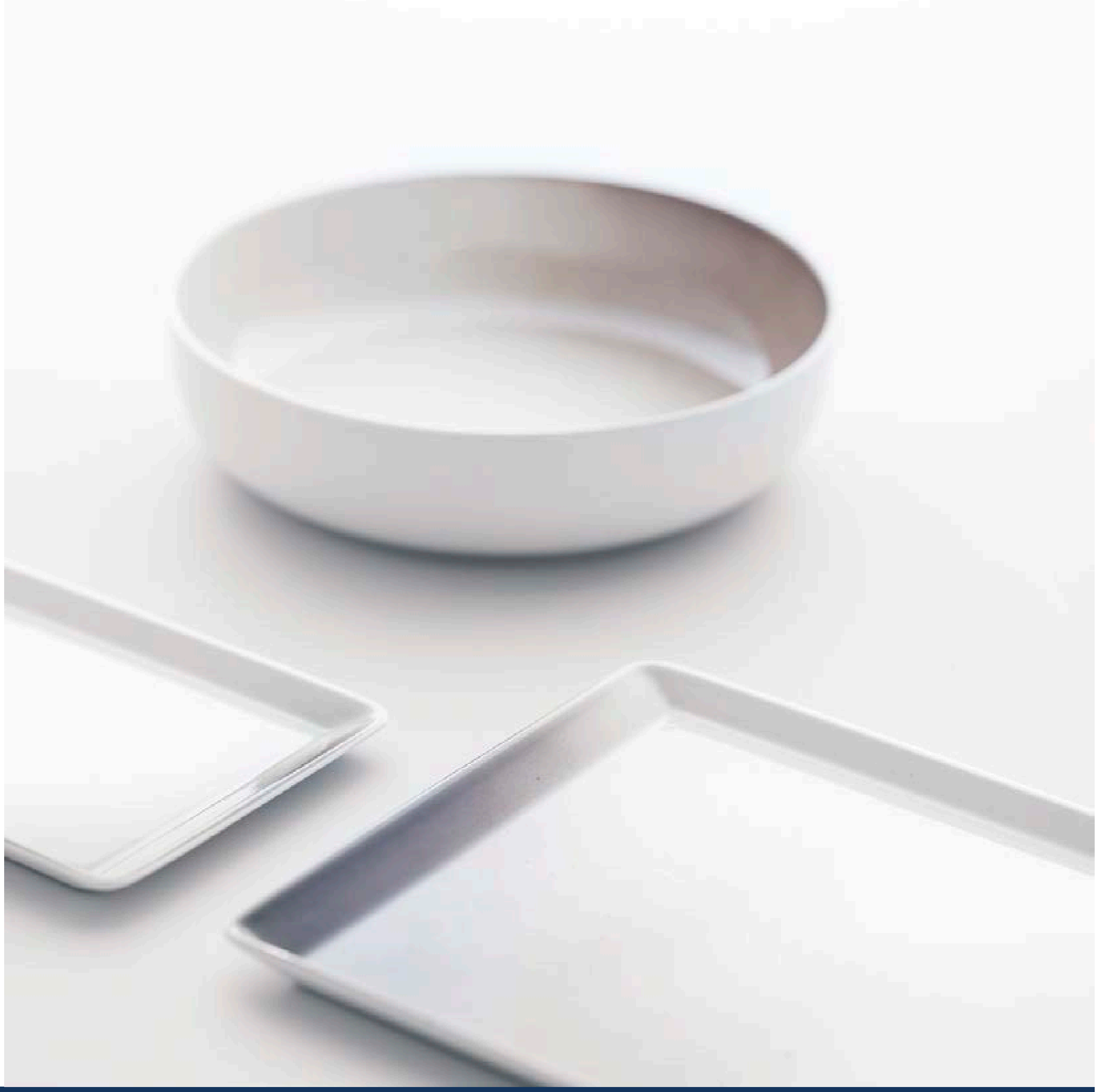
Kakóduft
Þurrkaðar apríkósur, trönuber, pekanhnetur, pistasíur
3 msk. hunang
½ tsk. kanill

Hitið ofninn í 150°C. Skerið súkkulaðið smátt og setjið í skál ásamt smjöri. Bræðið súkkulaðið og smjörið yfir smávegis af heitu vatni. Þegar súkkulaðið er bráðið eru eggin hrærð saman við og þar á eftir er sykrinum bætt saman við. Þá er hveitið og lyftiduftið hrært út í. Deigið á að vera kekkjalaust.

Súkkulaðikökur er hægt að skreyta á margvíslegan máta.

Klæðið form sem er 25x35 cm með bökunarpappír. Hellið deiginu yfir þannig að yfirborðið verði slétt og fínt.
Bakið í 20 mínútur og kælið síðan áður en kakan er skorin í jafnstóra bita. Blandið saman hnetum, þurrkuðum ávöxtum, hunangi og kanil í skál. Setjið blöndu ofan á hverja köku áður en hún er borin fram.

fastus.is

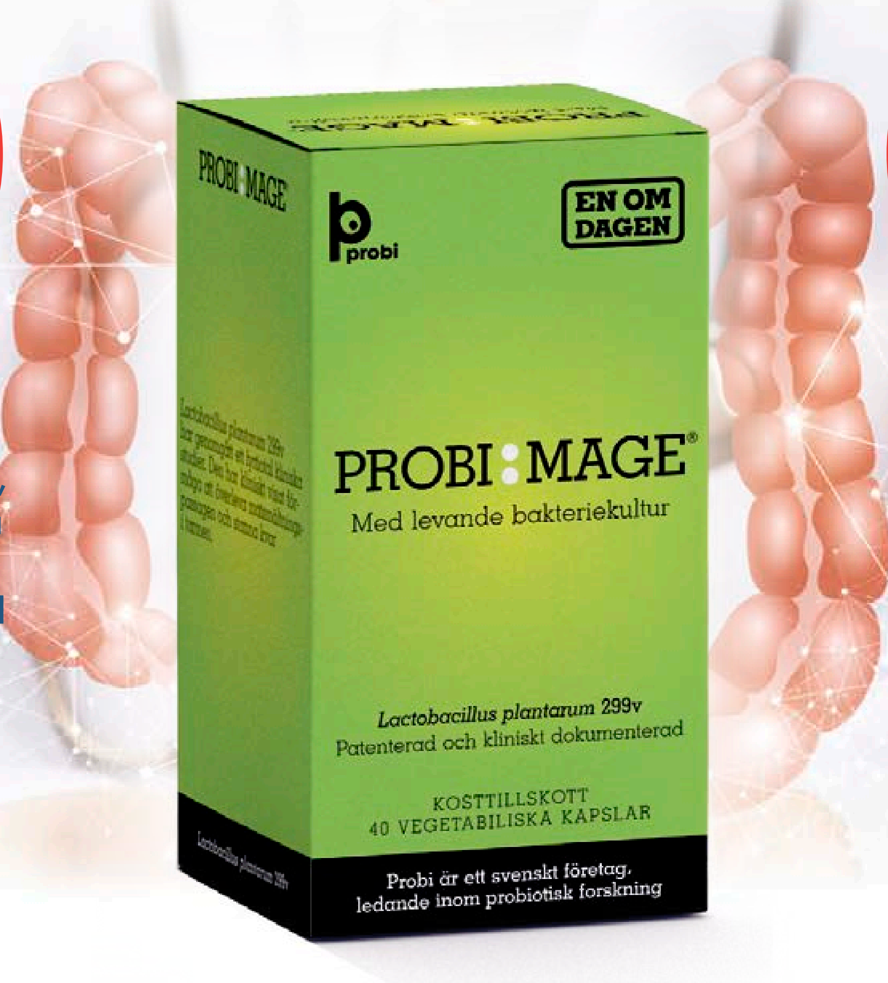


ER ALLT KLÁRT
fyrir jólahlaðborðin?

Verið velkomin í verslun okkar
Opið virka daga kl. 8:30–17:00
Síðumúli 16 I 108 Reykjavík I Sími 580 3900 I fastus.is

FASTUS
Veit á vandaða lausn

PROBI MAGE mjólkursýrugerlar fyrir þarmaflóruna, meltinguna og varnir líkamans



"Einkenni eins og niðurgangur, hægðatregða, vindgangur eða uppþemba er ekki eðlilegt ástand til langs tíma og getur verið til marks um ójafnvægi í þarmaflóru okkar." **Þorbjörg Hafsteinsdóttir** næringarþerapisti notar **Probi Mage** mjólkursýrugerla fyrir meltinguna og varnir líkamans.

Prófessor **Bengt Jeppsson**, starfar enn hjá Probi AB í Svíþjóð, 25 árum eftir að hann og kollegar hans báru kennsl á mjólkursýrugerilinn sem er að finna í **Probi Mage** og á hafa verið gerðar tugir rannsókna. Probi AB er í dag leiðandi á heimsvísu í rannsóknum á mjólkursýrugerlum.

Það eru ekki allir mjólkursýrugerlar eins!

Probi Mage hylkin innihalda 10 milljarða lifandi mjólkursýrugerla af gerðinni *Lactobacillus plantarum 299v* og ráðlagður dagskammtur er 1 hylki á dag.

Þórunn Kristjónsdóttir

Ég hef notað **Probi Mage** mjólkursýrugerla um nokkurt skeið með mjög áþreifanlegum árangri. Meltingin er mun betri og mér líður allri betur, þess vegna hika ég ekki við að mæla með þessari góðu vöru. Sjálf tek ég hana daglega og sleppi ekki degi úr.
- ***Þórunn Kristjónsdóttir***

Sigríður Rita Ragnarsdóttir

Ég hef alla tíð verið mjög viðkvæm í maganum og var búin að prófa ýmislegt. Ég fann fljótt mikinn mun þegar ég byrjaði að nota **Probi Mage** mjólkursýrugerla. Það er frábært að hafa loksins fundið eitthvað sem virkilega hjálpar mér og ég tek 1 hylki á dag og mun svo sannarlega halda því áfram því þetta bjargar mér algjörlega. - ***Sigríður Rita Ragnarsdóttir***

Fríða Britt Bergsdóttir

Ég er allt önnur og betri í maganum eftir að ég fór að nota **Probi Mage** mjólkursýrugerlana. Ég á þeim að þakka að þeim dögum sem ég finn fyrir ónotum tengdum meltingu hefur fækkað stórlega. Þetta skilar sér hreint út sagt í betri lífsgæðum finnst mér því mér líður almennt allri betur þegar ég tek þetta inn.
- ***Fríða Britt Bergsdóttir***

Birgir Þórðarson

Birgir Þórðarson, leiðsögumaður, teblöndunarmeistari og afi með meiru, veit hvað það skiptir miklu máli að hafa meltinguna í lagi og huga að heilbrigði þarmaflórunnar fyrir heilsuna alla. Hann fann fljótt hvað **Probi Mage** gerði honum gott og tekur það inn daglega.

Probi Mage mjólkursýrugerlarnir hafa verið söluhæstir í sínum flokki í Svíþjóð og fengið frábærar móttökur á Íslandi.

abel heilsuvörur

Kúla Bryndísar tilnefnd til verðlauna hjá Interior Design Magazine US

Bryndís Bolladóttir hönnuður hefur gert garðinn frægan um allan heim með hönnun sinni Kúlu & Línu sem hún hannaði til betri hljóðvistar í opnum rýmum og prýðir nú fjölmörg fyrirtæki og stofnanir hér á landi og ytra.

Kúla og Lína komust í fyrra í fimm manna úrslit hjá stærsta og virtasta hönnunartímariti Bandaríkjanna, Interior Design Magazine US, sem er dreift um allan heim. Þessa dagana stendur tímaritið fyrir kosningu fyrir Best of Year-verðlaunin 2019 þar sem Kúla Glass Bryndísar er tilnefnd.

Bryndís höfðar til þjóðarstolts Íslendinga og hvetur þá til að styðja íslenska hönnun í Bandaríkjunum. „Von mín er að með stuðningi íslenska fótboltaandans takist íslenskri hönnun að vinna miklu stærri andstæðinga en ella,“ segir Bryndís. „Ég er rosalega þakklát fyrir að vera á þessum stað við hlið stærstu fyrirtækjanna á heimsmarkaði og væntingar mínar eru að komast aftur í fimm efstu sætin svo að ég fái frekari umfjallanir í stóra hönnunarfrumskóginum.“

Kosning stendur til 18. október. Þar kýs almenningur á móti dómnefnd sem blaðið skipar og hægt að kjósa einu sinni á 24 tíma fresti með því að fara inn á linkinn https://boyawards.secure-platform.com/a/gallery/rounds/22/details/29109

Bryndís undir verkinu Kúlu, svipuðu því sem nú er tilnefnt til verðlauna.

Krummi er með tónleika í kvöld í Djúpinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ÞÖRSTEINN

Krummi í Djúpinu

Tónlistarmaðurinn og veitingafrömuðurinn Krummi Björgvinsson er með tónleika um helgina. Krummi kemur fram ásamt Bjarna M. Sigurðarsyni en þeir félagar hafa starfað saman um árabil, meðal annars í hinni goðsagnakenndu dauðarokkshljómsveit Mínus.

Krummi er einstaklega fjölhæfur en tónlistinni, sem hann er búinn að vera að vinna að, og mun flytja í kvöld, er lýst sem „þjóðlagatónlist með skírskotun til útlagakántrís og hippatónlistar 6. og 7. áratugar“ í viðburðalýsingu.

Þá koma einnig fram þeir Daníel Hjálmtýsson og Karl Henry.

Tónleikarnir fara fram í Djúpinu, Hafnarstræti 15, og hefjast þeir klukkan 21. Hægt er að nálgast miða á tix.is.

Á Októberhátíð er hefð að drekka mikinn bjór. NORDICPHOTOS/GETTY

Októbergleði

Uppruna Októberhátíðarinnar, má rekja til ársins 1810. Þann 12. október það ár fór fram konunglegt brúðkaup í borginni München í Þýskalandi. Öllum íbúum borgarinnar var boðið til veislu sem þótti heppnast svo vel að ákveðið var að endurtaka leikinn að ári. Síðan þá hefur verið haldin mikil matar- og bjórhátíð í München ár hvert. Hefðin hefur breiðst út og nú eru haldnar Októberhátíðir um alla Evrópu og jafnvel víðar.

Aðal Októrberhátíðin er þó eftir sem áður í München sem laðar að sér ferðamenn allstaðar að úr heiminum. Þar er fjöldinn allur af tjöldum þar sem seldar eru enn fleiri tegundir af bjór og hægt er að gæða sér á þýskum veitingum. Í dag eru liðin 209 ár frá fyrstu Októberhátíðinni.

ÞÚ ERT EKKI EIN

BLEIKA SLAUFAN

Málþing um brjóstakrabbamein verður haldið að Skógarhlíð 8 þriðjudaginn 15. október 2019 kl. 17:00-18:30.

Málþingið er á vegum Brjóstaheilla – Samhjálpar kvenna, Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins

Allir velkomnir!

Brjóstaheill Samhjálp kvenna

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins

Krabbameinsfélagið Ráðgjafarþjónusta

Setning
Brynja Björk Gunnarsdóttir formaður Brjóstaheilla – Samhjálpar kvenna

Myndgreining
Ásbjörn Jónsson, yfirlæknir á Landspítala

Brjóstaskurðlækningar á Landspítala - greining og meðferð
Kristín Sigurðardóttir sérfræðingur í hjúkrun og Svanheiður Lóa Rafnsdóttir brjóstaskurðlæknir, teymisstjóri brjóstaskurðdeildar Landspítala

Krefjandi lífsreynsla og bjargráð
Þóra Sigfríður Einarsdóttir, sálfræðingur

Reynslusaga - stuðningsnetið
Kristín Erla Þráinsdóttir

Reynslusaga
Guðrún Kristín Svavarsdóttir

Umræður / Tónlistaratriði

Fundarstjóri
Anna Sigríður Arnardóttir

Málþinginu verður streymt beint í streymisveitu Krabbameinsfélagsins: krabb.is/streymi

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

SPARA bíll

Nýr Ford Transit Custom Sport. Sjálskiptur. Diesel. 170 hö. Álfelgur. Útbreikknanir. Leðursæti. 8" skjár með bakkmyndavél ofl. Til í: Hvítu og svörtu.

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Nudd

HEILSUNUDD.
Heilnudd eða partanudd
Afslappandi umhverfi
Er í Grafarvogi
Sími 8633375

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Málarar

REGNBOGALITIR EHF.
Alhliða málningarþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna löggilltra fagmanna. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Litið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., píanófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR
ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI
- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is
Eind ehf

K2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Skemmtanir

ÓSKA EFTIR SÖNGKONU OG GÍTARLEIKARA.
Söngkona og gitarleikari á góðum aldri óskast í hljómsveit, 70' músik.
Uppl. á antonben@simnet.is

Vissir þú að... börn eiga rétt á læknisaðstoð og heilbrigðisþjónustu.
Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Keypt & Selt

Til sölu

Kassagitarar í úrvali Gitarinn ehf Kassagitarar á tilboði Rafmagnsgitarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

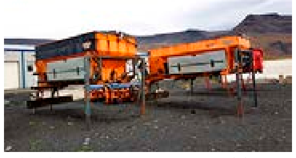
Vissir þú að... börn eiga rétt á vernd og umönnun
Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105
Upplýsingar í síma 782 8800

Vélar og verkfæri



Til sölu 4 snjótennur og 2 saltkassar. Sími: 892 3102

GLUGGA GERÐIN
Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.
Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Góð kaup!

KOMDU OG PRÓFAÐU!

bill.is

Malarhöfða 2
Sími 5773777
www.bill.is

RENAULT Megane.
Árgerð 2017, ekinn 74 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 7 gírar.
Verð 2.190.000.
Rnr.270415.

DACIA Duster
lux/leður. Árgerð 2017, ekinn 108 Þ.KM, dísel, 6 gírar.
Verð 1.690.000.
Rnr.130287.

VW Golf sportsvan.
Árgerð 2016, ekinn 41 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur 7 gírar.
Verð 1.890.000.
Rnr.130264.

MAZDA Cx-5 vision.
Árgerð 2018, ekinn 53 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur 6 gírar.
Verð 4.390.000.
Rnr.130134.

HYUNDAI I20.
Árgerð 2017, ekinn 93 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur 4 gírar.
Verð 1.690.000.
Rnr.130152.

MMC Outlander
instyle plug-in-hybrid. Árgerð 2018, ekinn 32 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 4.740.000.
Rnr.130275.

Skólar & Námskeið

Námskeið

ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Levels/Stig: I - 6: Start/Byrja: 14/10, 11/11, 9/12. 2020: 13/1, 10/2, 8/3, 6/4. 4/5. 4 weeks/vikur x 5 days/ daga. 2-4 students/nem. AM & PM/ fh & eh. Price/Verð: 49.500.- Most labour unions pay back 75-90 % of course price/Flest stéttafélög endurgreiða 75-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans. is - facebook.com/iceschool. Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 8981175/5571155

Heimilið

Barnavörur

SYSTKINA VAGN/KERRA

Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

LAGER OG VERSLUNARHÚSNÆÐI.

Til leigu lager og verslunarhúsnæði við Steinhellu í Hafnarfirði. 1135 fm, laust nú þegar, langtíamleiga.

Upplýsingar í síma 893-9777 og 862-4685.

Til leigu raðhús 180 fm, 4ja herb. í Hafnarfirði. Ekkert dýrahald leyft. Uppl. s:893-9777

Gott herbergi til leigu, 25 fm. 105 RVK. S: 8600360.

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www. geymslur.is

GEYMSLUPLÁSS.

Til leigu geymslupláss fyrir ferðavagna, báta o.fl Áhugasamir sendið tölvupóst á idex@idex.is

Atvinna

Atvinna í boði

STARFSMAÐUR ÓSKAST.

til að þrífa og sjá um morgunmat / súpu í hádeginu hjá starfsmönnum. 70% starf. Vinnustaður við Leifsstöð. Anton ehf.

Upplýsingar í síma 664-5900 eða antonehf@gmail.com

GLÓRA
HÖNNUN | RÁÐGJÖF | ÁÆTLANIR

VERKTAKAR ATHUGIÐ

Stjórn húsfélagsins í fjölbýlishúsinu Dalsás 2-6 óskar eftir tilboðum smíði eða uppsetningu á sorpgerði við hús nr. 2

Brot- og jarðvinna
Nýsmíði steyptra veggja eða uppsetning eininga
Hellulagnir

Tilboð verða opnuð 29.10.19 kl 20:00 - verklok:15.12 2019

Hægt er að hafa samband í síma 892 2160 eða að senda tölvupóst á oskar@glora.is

Atvinna óskast

Faglærður húsasmiður leitast eftir að komast á samning við pípulagnir í reykjanesbæ og nágrenni hafið samband á olafpje@gmail.com

www.yaakovswell.net

Here you will find a series of studies of the Blessed Torah.

All the material is completely free. You may download it, copy it and give it away.

www.yaakovswell.net

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

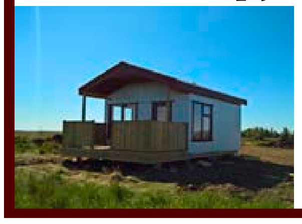
Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.

Metum ástand og gerum við.

www.fjardarbolstrun.is

Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Göngubraut: 69.500,-

Hámarks þyngd notanda: 110 kg.
8 prógröm.
Hátalarar og MP3 fyrir gsm síma.
Hámarks hraði 14 km/klst.
Stærð brautar: 42x115 sm.
Afgreitt alla daga. Uppl. í síma 661-1902.
Bíldshöfða 16, Rvk.

ÞREKTÆKI

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- **Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.**
- **Veggjagrind út 45x95 timbri.**
- **Pappi og bárustál á þaki.**
- **Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.**
- **Skúrar sem þola veður og vinda.**

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

viftur.is

Viftur ● Blikkrör ● Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 ● Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Snyrti & Nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 - 210 Garðabæ

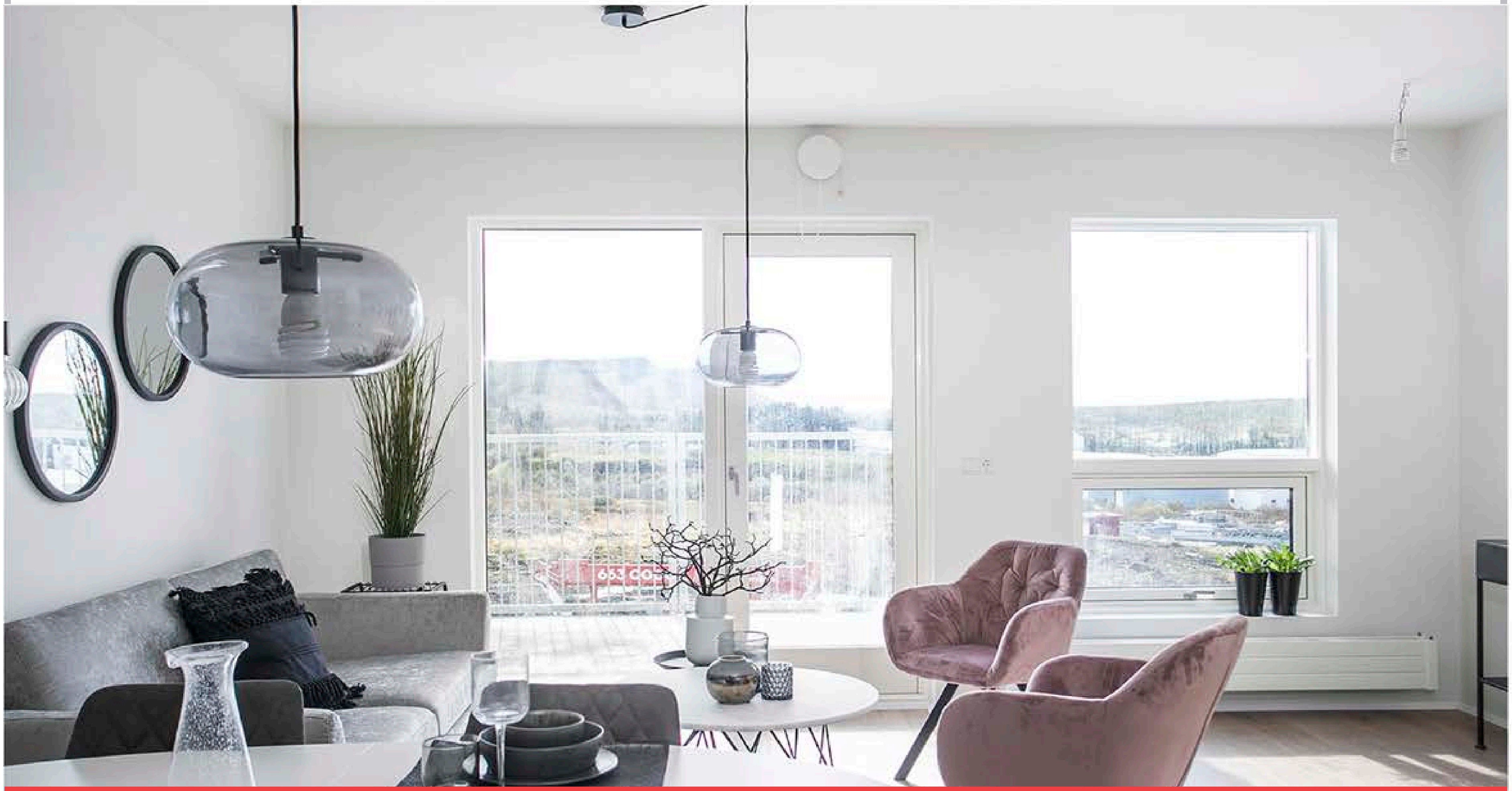
- **Andlitsbað, litun og plokkun**
- **Tilboð 9.500.-**
- **Meðferð tekur 60 mín**

Verið hjartanlega velkomin.
Tímapantanir í s. 789 3031 • snyrtiognuddstofansmart@gmail.com
og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is

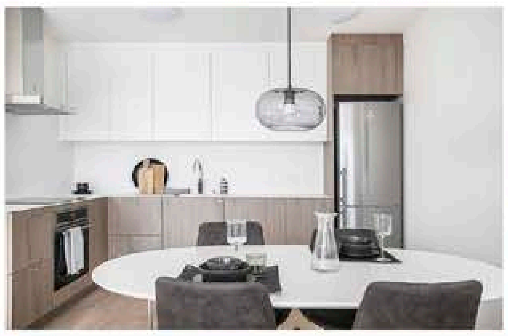
VEFARASTRÆTI 40-44

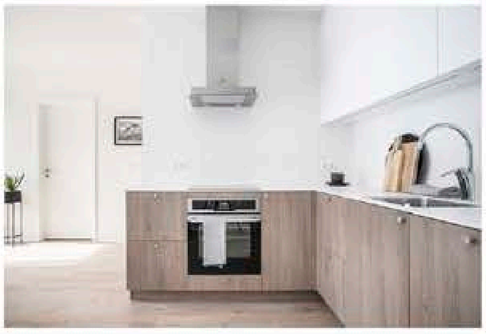


OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 13.OKT KL 14:00-14:30

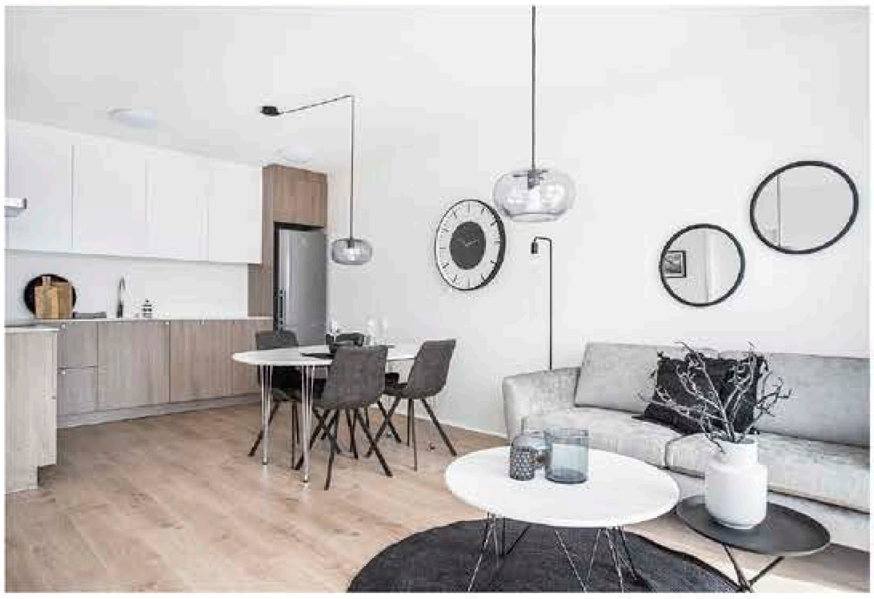
Við þökkum frábærar viðtökur!
10 íbúðir seldar af 32 íbúðum
Tekið er á móti gestum við stigahús
á Vefarastræti 44 / Sýningaríbúð 208

- ✓ Skemmtilegar 3-4 herb. íbúðir frá 69,8-125 fm
- ✓ Fullbúnar íbúðir tilbúnar til afhendingar
- ✓ Fallegur útsýnisstaður í Mosfellsbæ





VEFARASTRAETI.IS



ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is

RE/MAX

Lára Jónasdóttir hefur starfað með Læknum án landamæra víða um heim. Hún kom nýlega til Íslands eftir að hafa starfað í stærstu flóttamannabúðum heims í Bangladess. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Berfætt í Bangladess

Lára Jónasdóttir vinnur hjá Læknum án landamæra og hefur ferðast víða um heim starfs síns vegna. Hún er fædd í Reykjavík árið 1981 og ólst upp hjá foreldrum sínum í Árbænum. Hún hefur starfað að mannúðarmálum meðal annars í Suður-Súdan, Palestínu, Afganistan og Bangladess.

Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn@frettabladid.is

Mamma mín og pabbi ferðuðust mikið þegar ég var barn svo ég eyddi miklum tíma hjá ömmu minni á Reyðarfirði og amma var bara harka,“ segir Lára Jónsdóttir, rekstrarstjóri og ráðgjafi hjá Læknum án landamæra.

„Ég var ekkert í einhverjum bómullarhnoðra hjá ömmu. Hún ræddi við mig pólitík frá því ég man eftir mér og ég held að réttlætissýn mín hafi að miklu leyti komið frá henni,“ segir hún.

„Ég var vön því að vera ekki alltaf með mömmu og pabba þannig að ég hef alltaf verið bæði sjálfstæð og sjálfri mér nóg sem hefur komið sér vel seinna meir,“ segir Lára en hún hefur ferðast um allan heim vegna vinnu sinnar og náms.

Lára flutti til Óslóar árið 2009 en fram að því hafði hún starfað sem skrifta á RÚV og var hún meðal annars í stúdíóinu þegar Geir H. Haarde, fyrrverandi forsætisráðherra, bað Guð að blessa Ísland. „Ég fékk svo starfsnemastöðu í íslenska sendiráðinu í Ósló árið 2009. Það var mögnuð upplifun að vinna í sendiráðinu á þeim tíma sem Íslendingar voru að flykkjast til Noregs eftir hrun,“ segir Lára.

„Ég hafði lært félagsfræði og stjórnmálafræði á Íslandi og tók svo mastersgráðu í Noregi og Ástralíu,“ segir Lára.

Hún lærði alþjóðasamskipti og tók sérnám í friðar- og átakafræðum. „Ég lærði við Australian National University ANU sem er virtasti háskóli Eyjaálfu,“ segir Lára. „Ég valdi að læra þar og leggja áherslu á Asíu og Eyjaálfu til að fá aðeins annað sjónarhorn í alþjóðafræðum, svo tók ég hluta af náminu í Ósló,“ bætir hún við.

Eftir námið flutti Lára aftur til Óslóar en stuttu síðar ákvað hún að breyta til og sótti um starf hjá Læknum án landamæra, sem hún svo fékk.

Fyrsta verkefnið í Afganistan

„Fyrsta verkefnið mitt hjá Læknum án landamæra var í Afganistan. Þar sáum við alveg um fæðingardeildina og þar voru 1.200 fæðingar á mánuði. Það var eiginlega alveg rosalegt að byrja að vinna þarna,“ segir Lára.

Fyrsta verkefni Láru með Læknum án landamæra var í Afganistan árið 2013. Þar sáu samtökin um sjúkrahús og fæðingardeild þar sem fæddust um 1.200 börn á mánuði.

Hún segist þó hafa verið spennt fyrir verkefninu og að hún hafi aldrei kviðið því að fara á framandi slóðir í Afganistan. „Á leiðinni þangað stoppaði ég í Brussel þar sem ég fór á kynningu um verkefnið og þar hitti ég mann sem spurði mig hvort ég væri stressuð yfir að fara. Ég sagði nei og þá sagði hann mér að ég væri vitlaus að vera ekki stressuð. Ég viðurkenni að þarna hugsaði ég alveg smá hvað ég væri að pæla að fara þangað en á sama tíma treysti ég Læknum án landamæra og því að þau myndu ekki senda mig á einhvern stað þar sem líf mitt væri í hættu,“ segir Lára.

Þurfti að flýja Suður-Súdan

„Eftir verkefnið í Afganistan fór ég til Suður-Súdans og á meðan ég var þar brutust út átök þar. Um leið og við vorum ekki örugg þar lengur þá fórum við, þannig virkar þetta,“ segir Lára.

Hún segir að hún hafi aldrei verið eins nálægt því að ferðast aftur í tímann og þegar hún fór til Suður-Súdans. „Suður-Súdan hefur verið fátækt land lengi. Þar vorum við með heilsugæslu inni í miðju landi og þangað flaug ég í pínulitilli rellu. Flugbrautin sem við lentum á var bara lítil sandræma. Öll sjúkragögn og allt sem við komum með í þessa litlu heilsugæslu kom með okkur í þessari vél,“ segir hún.

Svaf í tjaldi í tvo mánuði

„Í þorpinu voru tvær byggingar, heilsugæslan og húsið sem við bjuggum í. Heilsugæslan var með fjóra veggi, þak og gólf en þar sem við bjuggum voru tveir veggir og hálft þak. En ég svaf bara í tjaldi og þarna var ég í tvo mánuði,“ útskýrir hún.

Upphaflega stóð til að Lára yrði í þrjá mánuði í Suður-Súdan en þegar átökin brutust út var ekki langur tími til að flýja. „Ég vildi ekki fara því mér leið eins og ég gæti enn lagt eitthvað af mörkum þarna en ástandið var orðið alltof óöruggt,“ segir hún.

„Þetta var bara eins og út úr bíómynd. Það kom þyrla og sótti okkur eftir að vopnahlé hafði verið sett á í klukkutíma svo þyrlan kæmist. Ég hljóp í þyrluna á meðan þyrluspaðarnir voru enn í gangi og svo bara flugum við burt,“ segir Lára.

Hún segir tilfinningarnar þegar hún fór hafa verið afar blendnar. „Ég hugsaði um það hvers vegna ég gæti bara hoppað upp í þyrlu og farið heim á meðan fólkið þyrfti kannski mest á mér að halda af því að við vorum að skilja eftir sjúklinga þarna,“ segir Lára.

„Við þurftum til dæmis að skilja eftir ófríska konu. Hún var með hríðir en gat ekki fætt barnið því að lífbeinið lokaði fæðingarveginum, svo að við vissum að hún þyrfti keisaraskurð. Hún mátti ekki koma með okkur í þyrluna og við vorum mjög hrædd um að við værum að skilja hana eftir til að deyja. En hún var sem betur fer sótt og fékk hjálpina sem hún þurfti til að lifa af og við fengum fregnir af henni,“ segir hún.

Sjálfstæði mikilvægt

Þrátt fyrir að Láru hafi þótt erfitt að fara frá Suður-Súdan segir hún það mikla sérstöðu Lækna án landamæra að samtökin geti tekið sínar eigin ákvarðanir um það hvar þeirra sé þörf og hvar ekki. „Læknar án landamæra er ekki rekið á ríkisfjármagni og það gefur okkur sjálfstæði til ákvarðanatöku. Ef okkar er ekki þörf á einhverjum stað eða ef við metum það svo að það sé ekki öruggt fyrir okkur að vera þar þá bara pökkum við saman og færum okkur annað,“ segir Lára.

„Ef hjálparsamtök eru rekin á fjármagni frá ríkjum þá breytist það hvernig þau vinna. Þau taka ekki ákvarðanir sínar alveg sjálf og þau segja ekki oft frá hörmungunum sem þau upplifa þar sem hjálpin er veitt,“ segir hún.

„Við höfum til dæmis verið að vekja máls á því hvernig ebólu-faraldrinum í Lýðræðisríkinu Kongó er farinn úr böndunum og ástandinu á Miðjarðarhafinu og Læknar án landamæra geta sagt þetta af því að við erum ekki hrædd um að missa okkar fjármagn eins og mörg önnur samtök,“ útskýrir Lára.

Sinnti flóttamönnum í Líbanon

Eftir Suður-Súdan fór Lára til Líbanons þar sem hún starfaði á sjúkrahúsi sem sinnti sýrlenskum flóttamönnum. „Mér fannst skrítið og erfitt að vera í Líbanon því þar voru svo miklar andstæður í gangi,“ segir hún.

„Við bjuggum í fínum húsum í Beirút, starfsfólkið okkar var vel menntað og um helgar gátum við farið á ströndina eða á fínan kokteilbar en á sama tíma vorum við að sinna flóttamönnunum frá Sýrlandi sem eru afar fátækir og lágu algjörlega fyrir utan kerfið. Ég varð alveg pínu reið yfir þessum aðstæðum og fannst fólkið í landinu ekki alveg gera sér grein fyrir ömurðinni í kringum það,“ segir Lára.

Frábært að vera berfætt í drullu

Þegar blaðamaður hitti Láru var hún nýlega komin til Íslands eftir að hafa starfað í stærstu flóttamannabúðum heims í Bangladess. „Þarna býr um milljón manna við ömurlegar aðstæður,“ segir hún

„Fólkið er frá Mjanmar en hefur ekkert ríkisfang sem gerir það að verkum að það hefur ekki rétt á menntun til dæmis,“ útskýrir hún.

„Þetta fólk er með þrautseigju sinni búið byggja upp hálfgerða borg í flóttamannabúðunum þar sem húsin eru byggð úr bambus og plasti. Við rekum svo sjúkrahús þarna og fæðingardeild,“ segir Lára.

„Það er alveg magnað að labba um þessi litlu stræti,“ segir Lára. „Ég kom þarna á regntímabilinu og þá er allt í drullu. Af minni reynslu að dæma er best að vera bara í sandölum við slíkar aðstæður og þegar það gengur ekki lengur þá er maður bara berfættur,“ bætir hún við.

„Flestir eru berfættir þarna og það er ekki bara vegna þess að þau séu svo fátæk og við þurfum að senda þeim notaða skó, heldur af því að það er langbesta leiðin. Svo er svo margt annað verra í lífinu en að vera berfættur í drullu. Þegar ég sé einhver samtök vera að safna skóm og senda á svona svæði þá hugsa ég bara að það að lifa lífinu berfættur getur verið frábært en það að komast ekki í skóla verður ekkert endilega betra þótt þú eigir skó,“ segir Lára.

Mikilvægt að taka afstöðu

„Það er svo mikil pólitík í gangi þarna og Kína og Rússland stjórna þarna öllu en ef alþjóðasamfélagið krefðist þess að Mjanmar eða Bangladess gæfi þessu fólki ríkisfang svo það gæti farið í skóla þá myndi það líklega gerast. Og þó að til dæmis litla Ísland sé ekki að fara að bjarga heiminum þá er mikilvægt að taka afstöðu og sýna að við erum ekki bara þjóð sem þegir og horfir á,“ segir hún.

Starf Láru felur það í sér að hún veit ekki alltaf hver næsti áfangastaður verður þegar hún hefur lokið verkefnum.

„Núna er ég á leiðinni til Genfar og svo til Ástralíu,“ segir Lára. „Ég nýt þess enn að starfa við þetta og mér líkar vel. Ég veit að ég er ekki að fara að bjarga heiminum en ég veit líka að ég er að gera eitthvað gott. En fyrir mér er þetta bara vinna sem á vel við mig og ég er góð í henni,“ segir hún.

> **ÞETTA VAR BARA EINS OG ÚT ÚR BÍÓMYND, ÞAÐ KOM ÞYRLA OG SÓTTI OKKUR EFTIR AÐ VOPNAHLÉ HAFÐI VERIÐ SETT Á Í KLUKKUTÍMA.**

„Hún er hvorki göfugri né betri en önnur vinna og enginn með eitthvert svona hetju-„complex“ mun nokkurn tímann þrífast vel í þessu starfi og flestir mannúðarstarfsmenn þola það ekki þegar það er sagt að við séum hetjur því að það er svo margt að og það er mjög margt sem mætti gera betur þarna eins og annars staðar,“ segir Lára.

Aðspurð hvað tekur við segist Lára vera farin að hugsa heim til Íslands. „Mig langar að koma heim en það er oft erfitt að fá fólk til að skilja hvaða reynslu maður hefur þegar maður hefur unnið í mannúðarstarfi, enda ekki mikill markaður fyrir slíkt á Íslandi. Það er þó reynsla sem nýtist á svo mörgum sviðum enda eru mannúðarmál mjög þverfaglegt starf,“ segir hún.

„Ég er orðin örlítið leið á því að búa í ferðatösku og er nýlega búin að koma mér upp búslóð. Hér líður mér eins og ég sé heima en þannig líður mér þar sem ég þarf ekki að ritskoða mig menningarlega. Þar sem ég skil hvernig hlutirnir virka, veit hvenær ég er kurteis eða ókurteis og svo framvegis,“ segir Lára.

Hættulegt varnartröll

NFL-deildin hafnaði áfrýjun varnartröllsins Vontaze Burfict um að stytta tólf leikja bann hans fyrir ólöglega tæklingu. Ferill Burficts hefur einkennst af brotum og sektum.

Kristinn Páll Teitsson
kristinnpall@frettabladid.is

Það verður seint sagt að stærstur hluti leikmanna NFL-deildarinnar sé kórdrengir sem hafi aldrei stigið yfir strikið en Vontaze Burfict hefur verið í sérflokki innan deildarinnar undanfarin ár. Aganefnd NFL-deildarinnar dæmdi Burfict í tólf leikja bann, eða út tímabilið, á dögunum og hafnaði áfrýjun hans um að stytta leikbannið. Með því stendur lengsta leikbann sem deildin hefur dæmt vegna atviks innan vallar.

Bannið fékk Burfict fyrir að tækla með hjálminn á undan sér og miða á hausinn á útherja Indianapolis Colts, Jack Doyle, sem var á niðurleið. Í slíkri stöðu er óheimilt að tækla leikmenn auk þess sem bannað er að nota hjálminn sem vopn gegn höfðinu á öðrum leikmönnum. Það er orðið aðalsmerki Burficts að hann fer harkalega í útherja sem eru ekki í stöðu til að taka við slíkum tæklingum og eru yfirleitt að horfa í aðra átt sem eykur líkurnar á alvarlegum meiðslum. Eftirminnilegt er þegar hann rotaði einn besta útherja deildarinnar, Antonio Brown, með stórhættulegri tæklingu í úrslitakeppninni og þegar hann straujaði Anthony Sherman á undirbúningstímabilinu og fékk fyrir það fimm leikja bann sem var síðar stytt í þrjá leiki.

Þá hefur Burfict nælt sér í sektir fyrir að snúa upp á ökkla andstæðinga sinna þegar dómararnir sjá ekki til, sparka í andstæðinga sína eða stiga ofan á ökkla þeirra þegar dómararnir litu undan. Þá fékk Burfict sekt upp á sextán þúsund dollara fyrir að gefa aðdáendum Buffalo Bills fingurinn sem leikmaður Cincinnati Bengals og féll á lyfjaprófi fyrir síðasta tímabil.

NFL-deildin hefur verið að taka harðar á brotum sem gætu leitt til heilahristings sem hefur verið einkennismerki Burficts þessi sex ár sem hann hefur verið í deildinni og er ólíklegt að nokkurt lið sé tilbúið að gefa honum annað tækifæri.

5,36 milljónir dollara hefur hegðun **Burficts** kostað varnarmanninn eða um 674 milljónir íslenskra króna.

22 leiki hefur **Burfict** fengið í bann á átta árum í deildinni. Hann hefur ekki leikið alla sextán leikina í sex ár.

4 leikjum náði **Burfict** í herbúðum Oakland Raiders eftir að félagið samdi við hann síðasta sumar.

0 Ekkert lið var tilbúið að velja **Burfict** í nýliðavalinu. Hæfileikarnir voru og eru enn til staðar en vitað var að vandræði myndu fylgja honum innan sem utan vallar.

3 ólögleg brot í einum og sama leiknum gegn Pittsburgh Steelers komst **Burfict** upp með en þau leiddu svo til leikbannsins.

olís DEILDIN
OLÍS DEILD KVENNA
VALUR
Í DAG
KL. 17:45
FRAM
OLÍS DEILD KARLA
VALUR
Í KVÖLD
KL. 20:00
HAUKAR
2 SPORT
Tryggðu þér áskrift stod2.is | 1817

Þökkum auðsýnda samúð og hlýhug
við andlát og útför móður okkar,
tengdamóður, ömmu og langömmu,

Huldu Hafliðadóttur Bachmann

Los Alamitos, California.

Hún lést á heimili sínu í Californiu
20. mars 2019. Útför hefur farið fram á Íslandi.

Erla, Vickie og Kim

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Hulda Kristjánsdóttir

lést á Hrafnistu Hafnarfirði
mánudaginn 7. október.
Útförin auglýst síðar.

Guðrún Jóna Knútsdóttir Rúnar Sigursteinssson
Ágúst Knútsson
Kristján Knútsson Gréta Benediktsdóttir
Sigrún Edda Knútsdóttir Janus Friðrik Guðlaugsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær eiginmaður,
faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

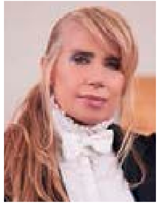
Elías Hergeirsson

aðalbókari,

lést á Hjúkrunarheimilinu Sóltúni
mánudaginn 7. október.
Útför hans fer fram frá Hallgrímskirkju
miðvikudaginn 16. október klukkan 13. Blóm og kransar
vinsamlegast afþakkaðir en þeir sem vilja minnast hans er
bent á minningar- og styrktarsjóð Sóltúns.

Valgerður Anna Jónasdóttir
Hergeir Elíasson Rósa Guðmundsdóttir
Margrét Elíasdóttir Hermann Hauksson
Ragnheiður Elíasdóttir Sigurður Egill Þorvaldsson
Jónas Elíasson Arna Sigurðardóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Mergætni, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*

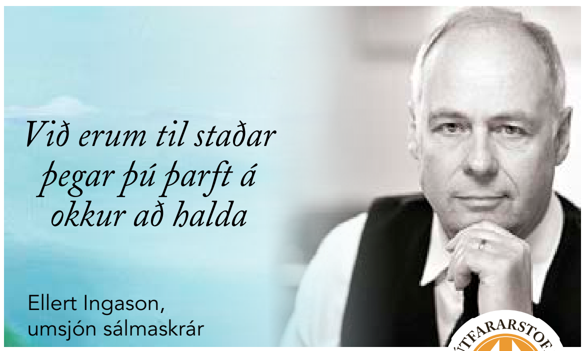


ÚTFARARSTOFA REYKJAVÍKUR

Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441



Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 2, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Gamlir Fóstbræður ætla meðal annars að syngja lög eftir Sigfús Einarsson, Sigvalda Kaldalóns og Jón Ásgeirsson í dag.

Draumur endurvakinn

Karlakórinn Gamlir Fóstbræður fagnar 60 ára afmæli sínu með tónleikum í dag í Digraneskirkju. Svo heldur hann á vit ævintýra í Japan og syngur í Tókýó og Kýótó.

Kórinn Gamlir Fóstbræður var stofnaður 6. október árið 1959, er því nýorðinn sextugur og ætlar að gera sér dagamun. Sigurður Þórðarson, formaður kórsins, veit allt um þær fyrirætlanir. „Við byrjum á að halda afmælistónleika í Digraneskirkju í Kópavogi í dag klukkan 15. Svo ætlum við að bregða okkur til Japans,“ segir hann.

„Mér skilst á fyrrverandi formanni Fóstbræðra að fyrir mörgum árum hafi sú hugmynd komið upp að þeir færu til Japans að syngja en ekkert varð úr því. Svo færðist formaðurinn til Gamalla Fóstbræðra, hann endurvakti þennan draum og nú er hann að verða að veruleika. Planið er að syngja þrisvar opinberlega; á kóramóti í Tókýó og tvívegis í Kýótó þar sem við erum í sambandi við tvo kóra og komum fram með þeim.“

Sigurður segir undirbúninginn hafa tekið á en tekur fram að heppilegir fararstjórar hafi fundist til að vera með hópnum. „Það eru hjón, hann íslenskur, hún japönsk og þau gjörþekkja aðstæður þarna úti svo við leggjum allt okkar traust á þau. Foreldrar mannsins verða í ferðinni því faðir hans syngur í kórnum. Svona er Ísland, tengslin eru um allt.“

gun@frettabladid.is

Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug
vegna andláts og útfarar
elskulegrar móður okkar,
tengdamóður og ömmu,

Rutar Sigurgrímsdóttur

Akurhólum 6,
Selfossi.

Sérstakar þakkir til Sigurðar Böðvarssonar
krabbameinslæknis og starfsfólks lyflækningadeildar
Heilbrigðisstofnunar Suðurlands fyrir
kærleiksríka umönnun.

Guðrún I. Kristmannsdóttir Seppo Salkoharju
Sigurgeir Kristmannsson Guðný Traustadóttir
Hulda Lára Kristmannsdóttir Daði Auðunsson
og barnabörn.

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir og amma,

Ásta Þórðardóttir

félagsráðgjafi,
áður til heimilis á Melabraut 4,
Seltjarnarnesi,

verður jarðsungin frá Neskirkju við
Hagatorg miðvikudaginn 16. október kl. 15.00.
Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Sólteigs, Hrafnistu
Reykjavík, fyrir alúð, hlýhug og góða umönnun.

Katrín Theodórsdóttir
Guðfinna Theodórsdóttir
Georg Theodórsson
Þórður Theodórsson Guðrún H. Guðnadóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Sigurður Jónsson

vélvirkjameistari,
Hlíðarvegi 26, Kópavogi,

andaðist á líknardeild
Landspítalans 2. október.
Útförin fer fram miðvikudaginn
16. október frá Fossvogskirkju og hefst athöfnin klukkan 15.

Jón Þór Sigurðsson Margrét Jóhannsdóttir
Hafrnhildur Kjartansdóttir Jón Þorvaldur Bjarnason
Edda Björg Eyjólfsdóttir Stefán Már Magnússon
Unnur Elísa Jónsdóttir
Jón Þorri Jónsson
Hildur Ester Jónsdóttir
Hrafn Máni Ingimundarson
Kolbeinn Daði Stefánsson
Ísold Elsa Stefánsdóttir

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Elín Pálfríður Alexandersdóttir

Skipastíg 3, Grindavík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja
mánudaginn 30. september. Útförin fer
fram frá Grindavíkurkirkju, föstudaginn 18. október kl. 14.
Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim
sem vildu minnast hennar er bent á Grindavíkurkirkju,
kt. 410272-1489 – rnr. 143-15-370883.
Minningarkort kirkjunnar verða einnig á staðnum.

Edvard Júlíusson
Alexander Georg Edvardsson Þuríður Dóra Ingvarsdóttir
Kristín Þórey Edvardsdóttir Ottó Hafliðason
Sigmar Júlíus Edvardsson Linda Oddsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

NIVEA
SÉRSTAKLEGA
ÞRÓAÐ FYRIR
VIÐKVÆMA HÚÐ
Q10 POWER
FYRIR VIÐKVÆMA HÚÐ
FYRIR SLÉTTARI
OG HELBRIGÐARI HÚÐ
100% ILMEFNALAUST
GEFUR MIKINN RAKA
NIVEA
Q10
POWER
ANTI-WRINKLE
+REDUCED SENSITI
WITH SKIN-SOOTHING LICORICE
CALMING DAY CREAM SPF
NIVEA
Q10
POWER
ANTI-WRINKLE
+ REDUCED SENSITIVITY
DAY CREAM SPF 15

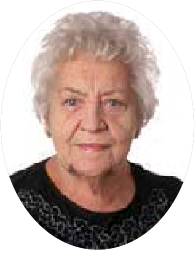
Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Guðlaugur Guðjónsson
(Gröfu-Laugi)
Vík í Mýrdal,

lést á Hjallatúni 4. október.
Útförin fer fram frá Víkurkirkju
laugardaginn 19. október kl. 14.00.
Þeim sem viljast minnast hans er bent á Hjallatún

Ársæll Guðlaugsson	**Bryndís F. Harðardóttir**
Jóhann Guðlaugsson	
Dagrún Guðlaugsdóttir	**Sigurður Ó. Jónsson**

Ragna Björg, Þráinn og Fannar Þór,
Árdís Rún, Ármann Dagur og Sóley Sif



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Elsa Lára Svavarsdóttir
handavinnukennari,
Víðilundi 24,

er lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri
föstudaginn 27. september verður
jarðsungin frá Akureyrarkirkju mánudaginn 14. október
kl. 13.30. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á að hafa
samband við Rebekkustúku nr. 2, Auði á Akureyri.

Hannes Steingrímsson	
Svavar Hannesson	
Steingrímur Hannesson	**Erla Elísabet Sigurðardóttir**

ömmu- og langömmubörn.

Þökkum innilega auðsýnda samúð
og vináttu við andlát og útför
ástkærrar móður, tengdamóður,
ömmu og langömmu,

Sigríðar Sveinlaugar Guðmundsdóttur
Sólvangsvegi 3, Hafnarfirði.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Landspítalans í
Fossvogi fyrir alúð og góða umönnun í veikindum hennar.

Elsa Óskarsdóttir	**Hafsteinn Eggertsson**
Ingvar Sigurðsson	**Pálína Þráinsdóttir**
Birna Leifsdóttir	**Sigurður Valgeirsson**
Guðmundur Leifsson	**Kristrún Runólfsdóttir**
Sævar Leifsson	**Hildur Benediktsdóttir**
Sigrún Leifsdóttir	

barnabörn, barnabarnabörn.

Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Haraldur Hafsteinn Ólafsson
(Haddi)
Lyngholti 13, Keflavík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja,
sunnudaginn 6. október.
Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju, föstudaginn
18. október, kl. 11.00.

Þorsteinn Óskar Haraldsson	**Janette Haraldsson**
	Guðmundur Ómar Sighvatsson
Sigrún Haraldsdóttir	**Björn Oddgeirsson**
Ólöf Haraldsdóttir	**Ásgeir Þórisson**
Sigurður Halldór Haraldsson	**Steinunn Una Sigurðardóttir**

barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og langalangamma,

Matthildur Soffía Maríasdóttir
frá Hjörsey,

lést föstudaginn þann 4. október sl. á
hjúkrunarheimilinu Brákarhlíð í Borgarnesi.
Útförin fer fram frá Fossvogskirkju fimmtudaginn
17. október kl. 15.00.

María Einarsdóttir	**Páll Gestsson**
Margrét Einarsdóttir	**Skúli Waldorff**
Ragnheiður Einarsdóttir	**Einar Örn Karelsson**
Ingibjörg Einarsdóttir	
Haukur Einarsson	
Anna Jóna Einarsdóttir	**Jón Heiðar Pálsson**
Sigríður Einarsdóttir	**Gunnar Örn Vilhjálmsson**

barnabörn, langömmu- og langalangömmubörn.

Með kórónu barónessu

Guðmundur Þorvarðarson syndir móti straumnum og opnar blómabúð í miðbænum á morgun, sunnudag. Hún heitir Barónessan. Þar býður hann fólki til stofu.

Guðmundur fær til sín stórskotalið í afgreiðsluna á morgun. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Guðmundur Þorvarðarson kveðst hafa róið á ólík mið um ævina, nú ætli hann að opna búð í þeim miðbæ sem margir verslunareigendur hafi flúið úr. Telur sig vera á réttum tíma og segir fleiri munu fylgja á eftir. Búðin hans heitir Barónessan og er á Barónsstíg 27. Þar er hann bæði með afskorin blóm og pottaplöntur. Tekur þátt í bleika mánuðinum og lætur blómin um að segja þá sögu.

Sigga Kling er verndari Barónessunnar og það var hún sem ákvað að verslunin skyldi opnuð 13. október, að sögn Guðmundar. „Sigga kíkir hingað í kaffi og kleinur á morgun og Edda Björgvins, Salka Sól, Albert, Bergþór, Beggi og Pacas ætla að skutla á sig vinnusvuntum og afgreiða. Það var hefð í Bankastrætinu á Þorláksmessu að stjörnur úr miðbænum tóku tarnir í búðinni. Sú hefð er að taka sig upp," segir Guðmundur. „Nú er líka kominn tími á að bjóða fólki í stofuna til að kaupa blóm. Ég vil taka fólk úr amstri og umferð og höfða til fegurðarskyns þess, hér verður alltaf falleg tónlist og auðvitað angan af blómum."

Um aldamótin rak Guðmundur Ráðhúsblóm í Bankastrætinu og áður samnefnda búð í Ósló, eftir að hafa lokið námi í blómaskreytingum við iðnskóla þar. Svo var hann í Suður-Afríku í tíu ár. Okkur Vilhjálmi, manni mínum, datt í hug að kaupa hótel í litlu sveitaþorpi fyrir utan Höfðaborg, það gekk þokkalega en var lífsreynsla. Við lentum í alls konar áföllum, bankahrunið snerti okkur og ég fékk bæði hjartaáfall og heilablóðfall en er að komast á hjólin aftur og nú skutla ég á mig kórónu barónessunnar!"

gun@frettabladid.is

Við þökkum öllum auðsýnda samúð
við andlát og útför elsku pabba okkar,

Þórhalls Valgarðs Aðalsteinssonar

Vinátta ykkar, hlýhugur og hjálpsemi
hefur verið okkur ómetanleg.

Margrét, Elín, Ríkarður og fjölskyldur.

Elsku móðir okkar og tengdamóðir,

Dóróthea Jónsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Grund
sunnudaginn 6. október.
Útförin fer fram föstudaginn
18. október kl. 11 frá Fossvogskirkju.

Guðlaug Kjartansdóttir	**Fjölnir Ásbjörnsson**
Gunnar Kjartansson	**Asia Lanoszka**
	Sólborg Hreiðarsdóttir
Guðrún Þ. Kjartansdóttir	**Úlfar Snær Arnarson**

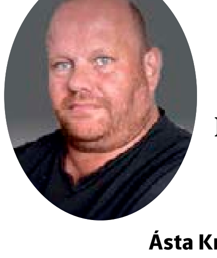
Innilegar þakkir fyrir veitta samúð
og hlýhug við andlát og útför okkar
ástkæru móður, tengdamóður, ömmu,
langömmu og langalangömmu,

Guðrúnar Sigurðardóttur

Sérstakar þakkir til starfsmanna
Hrafnistu í Hafnarfirði á deild 3B
fyrir góða umönnun og hlýju.

Sigurður Valur Ásbjarnarson	**Hulda Stefánsdóttir**
Guðmundur Ásbjörn Ásbjörnsson	**Svanhildur Benediktsdóttir**

Páll Hannesson
Guðrún Guðmundsdóttir
barnabörn, langömmubörn og langalangömmubörn.



Ástkær sonur minn,
bróðir, mágur og frændi,

Kristinn Grétar Andrésson

lést á Spáni 1. október.

Ásta Kristjana Ragnarsdóttir
Ragnar Ingimar Andrésson
Sigríður Andrésdóttir
Ingólfur Magnússon
Gréta Bogadóttir
Bjarki Már Ingólfsson
Ásta Kristín Ingólfsdóttir
og Linda Björk Ingólfsdóttir

Okkar ástkæra

Erla Ármannsdóttir
frá Tindum,

lést á Hjúkrunarheimilinu Ísafold
3. október. Útför hennar fer fram frá
Garðakirkju föstudaginn 18. október
klukkan 13.00. Innilegar þakkir til
starfsfólks Ísafoldar fyrir góða umönnun.

Fyrir hönd annarra ástvina,
Randver Ármannsson

Elskulegur sonur minn,
bróðir, frændi og félagi,

Friðrik Egilsson
(Frikki)
leigubílstjóri hjá BSR,

lést á heimili sínu laugardaginn
20. júlí síðastliðinn.
Útför hefur farið fram í kyrrþey. Þeim sem vilja minnast
Frikka er bent á Styrktarsjóð SÁÁ.

Sigríður G. Skúladóttir	**Fanney Egilsdóttir**
Vilhjálmur E. Vífilsson	**Skúli Egilsson**
Harpa Vífilsdóttir	**Árni Þorvarðarson**

frændsystkini og vinir.

Elsku móðir mín og amma,

Halldóra Gísladóttir
frá Hofsstöðum í Garðabæ,

lést sunnudaginn 29. september.
Útförin fer fram frá Garðakirkju,
Álftanesi þriðjudagin
29. október kl. 13.00.

Aðalheiður Kristjánsdóttir og dætur.

Innilegar þakkir fyrir samúð og
hlýhug vegna andláts og útfarar
okkar ástkæra eiginmanns, föður,
tengdaföður, afa og langafa,

Viðars Garðarssonar
Skíðaþjónustunni á Akureyri.

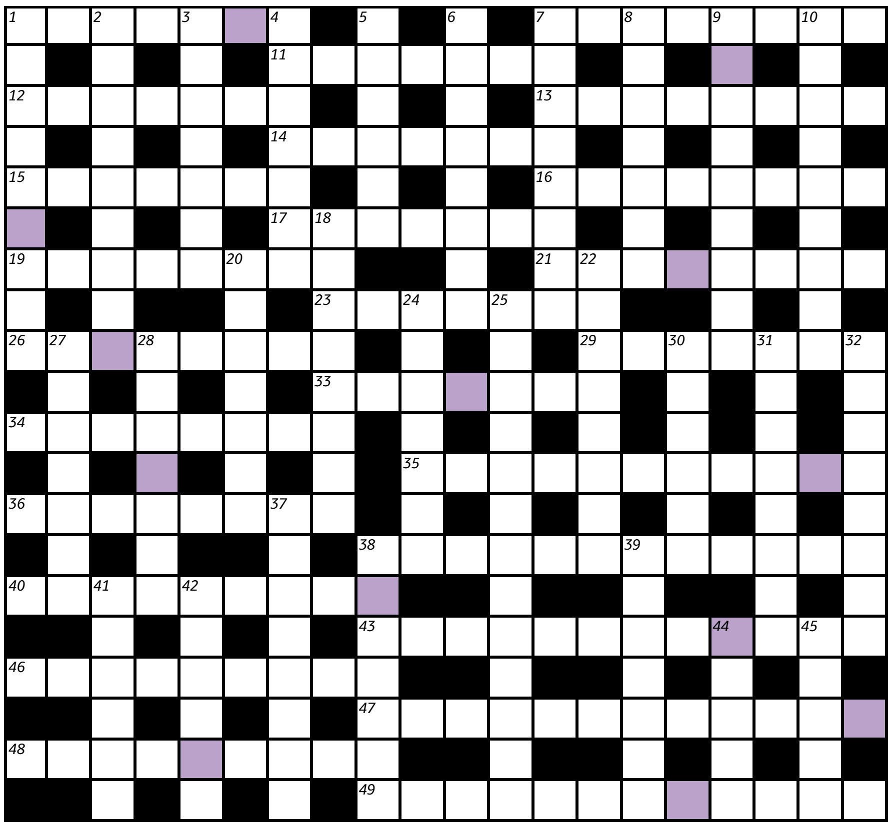
Sonja Garðarsson

Jón Garðar Viðarsson	
Viðar Freyr Viðarsson	**Jaruek Intharat**
Signe Viðarsdóttir	**Heiðar Ingi Ágústsson**
Bryndís Viðarsdóttir	**Aðalsteinn Helgason**
Margrét Sonja Viðarsdóttir	**Árni Kristinn Skaftason**

afa- og langafabörn.

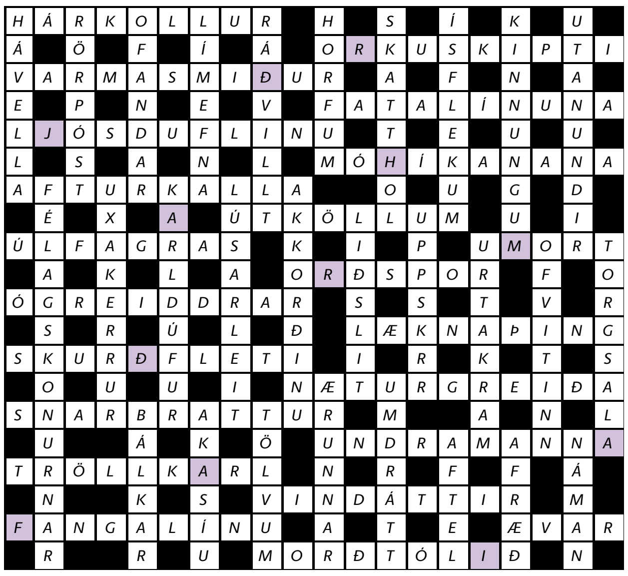
vfs.is
ALVÖRU VINNULJÓS
Á TILBOÐI TIL 31. OKTÓBER 2019
ALS ADVANCED LIGHTING SYSTEMS
Fjarlægðar-mælir m/ljósi
250 LUMEN Mælir 60m. Með öflugu framljósi 250lm og 100lm toppljósi.
ALS RFL251R
15.900 kr.
Áður 18.900 kr.
Kastari AUD601R m/hátalara
IP65 600 LUMEN Hleðsluljós m/Bluetooth hátalara.
ALS AUD601R
14.890 kr.
Áður 20.900 kr.
Kastari SPX600 R+C
IP67 6000 LUMEN Öflugur hleðslu-kastari, einnig snúrutengt.
ALS SPX601H
29.900 kr.
Áður 51.990 kr.
TASKA FYLGIR
Meðan birgðir endast.
Kastari AUD502H m/hátalara
IP67 5000 LUMEN Hleðsluljós m/Bluetooth hátalara.
ALS AUD502H
34.900 kr.
Áður 49.900 kr.
Kastari AUD202 m/hátalara
IP65 2000 LUMEN Hleðsluljós m/Bluetooth hátalara.
ALS AUD202H
27.900 kr.
Áður 39.900 kr.
Höfuðljós HDL12
IP65 120 LUMEN Létt og nett m/hleðslu-rafhlöðu.
ALS HDL121R
5.590 kr.
Áður 6.990 kr.
Lyklakippuljós
60 LUMEN Mjög lítið en öflugt ljós.
ALS GFL061R
1.590 kr.
Áður 1.890 kr.
M18 ONE-KEY SLDP-0
IP54 9000 LUMEN Mjög sterkt og öflugt 360° vinnuljós.
MW 4933459163
109.890 kr.
Áður 129.900 kr.
REDLITHIUM USB L4 PWL-201
IP54 400 LUMEN Mjög gott hleðsluljós með snúan-legum haus í 45°.
MW 4933464822
13.590 kr.
Áður 15.900 kr.
M18 LL-0
IP24 700 LUMEN Upphengjan-legt, stillanleg lýsing 180-360°.
MW 4932430563
16.890 kr.
Áður 19.900 kr.
REDLITHIUM USB L4 FL-201
IP54 445 LUMEN Nett og öflugt hleðsluljós með segli.
MW 4933459442
10.990 kr.
Áður 12.900 kr.
M12 SL-0
IP24 220 LUMEN Upphengjanl. vinnuljós.
MW 4932430178
12.590 kr.
Áður 14.900 kr.
M18 HSAL-0
IP54 3000 LUMEN Frábært vinnuljós á standi.
MW 4933451392
77.290 kr.
Áður 90.900 kr.
Milwaukee TRUEVIEW™ VINNULJÓS
M12 SLED-0
IP24 750 LUMEN Öflugt kastljós.
MW 4933451261
15.190 kr.
Áður 17.900 kr.
REDLITHIUM USB L4 MLED-201
IP67 700 LUMEN Sterkt vasa-hleðsluljós, 155m drægni.
MW 4933459444
12.790 kr.
Áður 14.990 kr.
REDLITHIUM USB HL-201
IP54 475 LUMEN Afar létt og nett, 3 birtu-stillingar. Með hleðslurafhlöðu.
MW 4933459443
14.490 kr.
Áður 16.990 kr.
M12 AL-0
IP54 1000 LUMEN Hægt er að snúa í 360°.
MW 4933451394
16.990 kr.
Áður 20.900 kr.
brennenstuhl JARO 10W
IP65 900 LUMEN Öflugur kastari með snúru.
BR 1171250133
5.190 kr.
Áður 7.390 kr.
brennenstuhl JARO 50W
IP65 4770 LUMEN Öflugur kastari með snúru.
BR 1171250533
13.990 kr.
Áður 19.990 kr.
JARO 80W upphengjanlegur
IP65 7200 LUMEN Öflugur kastari snúru.
BR 1171250831
12.590 kr.
Áður 17.990 kr.
YATO Loftljós
IP64 3600 LUMEN Öflugt og rakaþétt.
TO YT81961
6.190 kr.
Áður 8.990 kr.
YATO Loftljós, svartur botn
IP54 850 LUMEN Rakaþétt loftljós.
TO YT81842
3.290 kr.
Áður 4.290 kr.
brennenstuhl JARO 50W m/þrífæti
IP65 7200 LUMEN Öflugur kastari á þrífæti m/sn.
BR 1171250534
18.190 kr.
Áður 25.990 kr.
VERKFÆRA SALAN
VERKFÆRASALAN • SÍÐUMÚLA 9, REYKJAVÍK • DALSHRAUNI 13, HAFNARFIRÐI • DALSBRAUT 1, AKUREYRI • S: 560 8888 • vfs.is

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

MIÐJARÐARHAF



LAUSNARORÐ: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist nokkuð sem getur létt fólki lífið svo um munar – ef það fer eftir því. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 18. október á krossgata@frettabladid.is merkt „12. október“.

FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Sláturtíð** eftir **Gunnar Theodór Eggertsson** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Pétur og Lóa, Akureyri.**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Setjum ekki beinlínis mjúka bita í bollann (7)
7 Gyðja listrænna arkitekta saknar meindýra (8)
11 Hýjungur sumra herra minnir á fiður ákveðinna fugla (7)
12 Sjávarlóð verður varla sléttari en þetta (7)
13 Nota sjávarleðju í bollur sem eru tilbúnar í ofninn (8)
14 Nútíma bjórvenjur þýða að ég er alltaf í‘ði (7)
15 Ungviðið og eiturlyfjaórarnir (7)
16 Kraftaskáld yrkir af ákafa (8)
17 Hef blessað bölvuð þrátt fyrir kræft kvef (7)
19 Meðvitund um dramatíska keppni (8)
21 Þau feykja fínum hugmyndum í huga mér (8)
23 Minnist á allt sem úr þeim varð, ert þú fær um það? (7)
26 Dráttarslanga meiddra sportídjóta (8)
29 Dómar um dollur og næringarinnihald þeirra (7)
33 Furðu stöðug miðað við að það er alltaf verið að bregða fyrir þau fæti (7)
34 Bæta form menntastofnana fyrir keppni (8)
35 Vantar skika undir laukinn fagra, nónblómið (11)
36 Rústa þessu yfirgefna plássi (8)
38 Hver eru einkenni þeirra karla sem verjast skotum? (12)
40 Svæði kringum kvið vantar aðhald (9)
43 Leita uppskriftar knippa af táknum og reglna um notkun þeirra (12)
46 Þetta plagg mun fá lofaða til liðs við oss (9)
47 Fangaðar með nýfætt barn fá síðasta sakramentið (12)
48 Fjölskylda með skynbragð á sár og karlmennskukennd (9)
49 Þessi gáta er utan dagskrár; hvert er svarið? (12)

LÓÐRÉTT

1 Gátum róað Sám með því að vera í takt (9)
2 Er flokkun ætlað að vekja deilur? (9)
3 Svartagallsraus er bara reiðs manns krass (7)
4 Ætli löt anni því að laga sundraðar svalirnar? (7)
5 Snafsaglas er minniháttar úrlausnarefni (6)
6 Fatastíll striks á (amerísku) landakorti? (8)
7 Rót klýfur hafið svo brimið svellur (8)
8 Litur einstakt afkvæmi (7)
9 Leita blóðsuga í Jarðbúabugt (9)
10 Fljótsoðið farfalle er harðasta skyndifæðan (9)
18 Styrki staur sem styrkir mál (8)
20 Flippuðum gjörsamlega út af rugli á stærðum (7)
22 Saman liðka tuð og smurning stirða liði (8)
24 Segja nagla valda seinkun skipa (7)
25 Set kefli á klakaskæðin til að gera þau götuvænni (13)
27 Bruna áfram uns bíllinn bræðir úr sér (7)
28 Blóm fyrir stúdenta og byltingarhetjur (7)
30 Það er lítil lukka að fá krít á svona kjörum (6)
31 Hér eru háhýsi bitvargsins, sem þjóðsögurnar segja frá (8)
32 Tek í trjónu fiskibáts og sé þá hina birtast (8)
37 Við eldstæði nokkuð stendur karl, mikill að burðum (8)
38 Er viðvörun amerískra lögreglumanna kennd við breska stórleikkonu? (7)
39 Tekst að tryggja dvöl í þinni viðurvist (7)
41 Sigurjón leitar að lítilræði (6)
42 Bannfærið krosstré (6)
44 Uppgötvaði alsælu, það jók á óvissuna (5)
45 Ósköp og undur, býsna gegnsæ þessi vísbending (5)

LÉTT

7								3
		6			9	2		
1		8						9
	2	9		1		7	3	
3			7		6		9	
5	6			3		1		4
		1		5				7
	8		3	4				
6			2			8		

MIÐLUNGS

				9	4			5
		1			8	4	9	
		6		2		7	3	
		4	2		6			
5	6	2		8			4	
1								9
4						9		
						5	7	2
		5	9	3		1	8	

ÞUNG

					3			
2				5	6		1	
3			7				8	4
7		2			4			5
9			3	7				
			9			4	6	
		3			8	5		
4			1			6		
		9			2			8

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

8	3	2	6	4	7	5	1	9
9	4	5	1	2	3	8	6	7
1	6	7	8	5	9	2	3	4
2	5	8	9	6	4	1	7	3
3	7	9	2	8	1	6	4	5
6	1	4	3	7	5	9	8	2
4	2	6	5	3	8	7	9	1
5	9	3	7	1	6	4	2	8
7	8	1	4	9	2	3	5	6

8	9	5	1	3	6	2	4	7
4	1	6	8	2	7	3	5	9
2	3	7	4	9	5	8	6	1
5	4	8	2	7	1	6	9	3
3	6	9	5	8	4	1	7	2
7	2	1	9	6	3	4	8	5
6	8	3	7	5	2	9	1	4
9	7	4	3	1	8	5	2	6
1	5	2	6	4	9	7	3	8

9	2	1	5	7	3	6	8	4
6	4	7	2	8	9	5	1	3
8	3	5	1	4	6	7	2	9
2	5	6	3	9	7	8	4	1
4	1	3	8	5	2	9	7	6
7	8	9	4	6	1	2	3	5
1	6	8	9	2	4	3	5	7
5	7	4	6	3	8	1	9	2
3	9	2	7	1	5	4	6	8

Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik

Polina Shuvalova (2.412) átti leik gegn Önnu Afonasievu (2.312) á HM ungmenna fyrir skemmstu.

31. Hxg7!! Bxg7 32. Dxh7+!! Kxh7 33. f6+ Kh6 34. Be3+ Kh5 35. Bf3+ Kh4 36. Bf2+ Kh3 37. Bg4# Ofurmótið á Mön hófst í gær. Heimsmeistarinn, Magnus Carlsen, var hætt kominn gegn Kuzubov en hafði sigur að lokum. Helgi Áss vann sigur á alþjóðlega geðheilbrigðismótinu.
www.skak.is: Ofurmótið á Mön.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

BESTA LEGA

Gunnlaugur Karlsson og Kjartan Ingvarsson unnu öruggan sigur í butlerkeppni Bridgefélags Reykjavíkur. Þeir félagar fengu 154 stig (impa) í plús en Aðalsteinn Jörgensen og Sverrir Ármannsson (og Bjarni Einarsson) höfnuðu í öðru sæti með 100 stig. Á síðasta spilakvöldinu (af 3) kom þetta sérkennilega spil fyrir. Gunnlaugur og Kjartan eru með vopn í sagnkerfi sínu, opnun á 2 í hálit lofar 8-12 punktum og a.m.k. 55 skiptingu í 2 litum. Punktar mega vera örlítið færri með meiri skiptingu. Með það í huga opnaði Gunnlaugur á 2 spöðum á suðurhöndina, sem var gjafari í þessu spili. NS voru á hættu:

Norður
♠ D52
♥ ÁKG842
♦ Á4
♣ Á10

Vestur
♠ G
♥ 7653
♦ DG97532
♣ 3

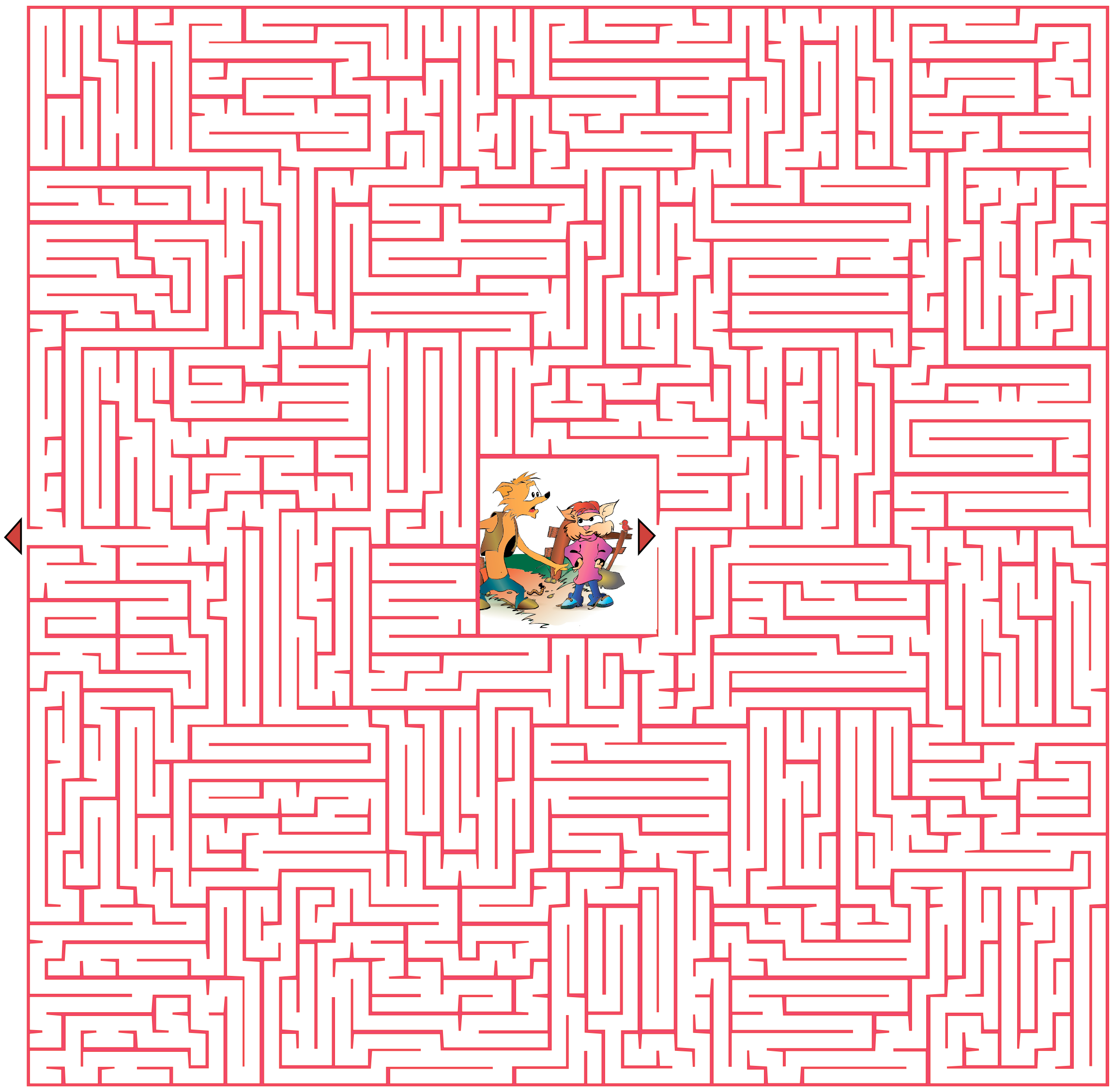
Austur
♠ K843
♥ D109
♦ K108
♣ K92

Suður
♠ Á10976
♥ -
♦ 6
♣ DG87654

Eftir pass frá vestri sagði Kjartan tvö grönd á norðurhöndina, til að spyrja um hliðarlitinn. Gunnlaugur stökk í 4♣ til að sýna mjög langan lauflit og þá vaknaði vestur til lífsins og sagði 4♦. Kjartani leist vel á spil sín og lét vaða í 6♠ sem var samningurinn. Vestur ákvað að spila út einspili sínu í laufi og Gunnlaugur sá að það gat ekki verið frá kóng, eftir stökkið í 4♣. Oft er talað um að þegar “vondir” samningar eru spilaðir, verði að gera ráð fyrir bestu legu. Trompliturinn varð að vera tapslagalaus og með það í huga fór Gunnlaugur upp með laufaás og spilaði spaðadrottningu. Austur setti lítið spil og gosinn féll undir slaginn. Aftur var spaða svínað, tígli spilað á ás, spaða svínað enn einu sinni og laufið fríað. Fyrir að standa 6♠ fengust 12 impar í plús. Tvö önnur pör stóðu einnig 6♠ (Þorgerður Jónsdóttir-Guðný Guðjónsdóttir og Ómar Olgeirsson-Stefán Jóhannsson) en spilið var spilað á 10 borðum.

DOMINO'S DEILDIN
2 SPORT
Tryggðu þér áskrift stod2.is | 1817

KRAKKAR



Konráð og félagar á ferð og flugi 373

„Almáttugur,“ hrópaði Róbert upp yfir sig. „Við erum föst hérna inni og munum aldrei komast út,“ bætti hann við skelfingu lostinn. „Enginn mun nokkurn tímann finna okkur og við munum svelta í hel.“ „Svona nú Róbert minn,“ sagði Kata höstug. „Þetta er nú bara völundarhús og það er alltaf einhver leið út úr völundarhúsum,“ bætti hún við og leit í kringum sig. „Eða er það ekki?“ Spurði hún og glotti þegar hún sá hvað Róbert hvítnaði.

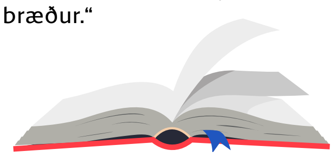
Getur þú hjálpað Róberti og Kötu að komast út úr völundarhúsinu?

Brandarar

Amman: Hvernig gekk honum Gísla litla á söguprófinu?
Pabbi: Oh, hálf illa en það var ekki honum að kenna, strákgreyinu, kennarinn var að spyrja hann um það sem gerðist löngu áður en hann fæddist.

Jói litli: Ég orgaði ekkert þegar ég fór til tannlæknisins.
Pabbi: Duglegur varstu. Þú mátt eiga þennan fimm hundruð kall fyrst þú stóðst þig svona vel. Var þetta ekki sárt?
Jói litli: Nei, nei, tannlæknirinn var ekki við.

Tveir strákar voru í áflogum þegar gamlan mann bar að. „Látiði nú ekki svona, drengir mínir. Vitið þið ekki að maður á að elska óvini sína?“ „Jú,“ svaraði annar. „Við erum ekki óvinir, við erum bræður.“



Gómsæt gulrótakaka

Kremið á ekki að fara á kökuna fyrr en hún er orðin köld. NORDICPHOTOS/GETTY

- **150 g gulrætur, rifnar**
- **70 g maukaður ananas (án vökva)**
- **4 egg**
- **4 dl sykur**
- **2 dl matarolía**
- **1 msk. lyftiduft**
- **2 tsk. vanillusykur**
- **2 tsk. kanill**
- **4 dl hveiti**

Rjómaostakrem

- **200 g rjómaostur**
- **100 g smjör, við stofuhita**
- **4 dl flórsykur**

Ofninn hitaður í 180 gráður. Egg og sykur þeytt vel. Matarolíu, rifnum gulrótum og maukuðum ananas bætt út í. Síðan lyftidufti, vanillusykri, kanil og hveiti. Hrært þar til deigið er slétt. Þá er deiginu hellt í smurt form sem klætt er bökunarpappír og kakan bökuð við 180 gráður neðarlega í ofninum í ca 40-45 mínútur. Kakan er kæld áður en kremið er sett á.
Rjómaostakrem: Öll hráefni eru hrærð saman þar til kremið verður létt og ljóst. Kremið er sett á kalda kökuna. Svo má strá muldum hnetum yfir.

Heimild: Eldhússögur

Guðmar Gísli fylgist vel með fréttum og heldur upp á Boga Ágústsson.

Langar að verða leikari

Guðmar Gísli Þrastarson er þrettán ára Hríseyingur með mörg áhugamál.

Hvað er skemmtilegast við að vera krakki í Hrísey, Guðmar Gísli?

Það er svo rólegt hérna og hægt að gera svo margt, til dæmis að fara á kajak og hoppa í sjóinn á sumrin. Stundum förum við krakkarnir í Eina krónu sem er svona feluleikur og svo fer ég stundum í sund.

Á Hríseyjarhátíð sem er haldin í júlí fyllist eyjan af fólki og það er mikið fjör. Þá eru óvissuferð, litla kirkjutröppuhlaupið, kvöldvaka, varðeldur, hópakstur á dráttarvélum og margt fleira skemmtilegt.

Það er líka gaman að vera úti í snjónum á veturna og gera snjóhús hjá skólanum.

Hvað er efst á baugi í grunnskólanum í Hrísey?

Við tökum þátt í plastlausum september og saumuðum fjölnota ávaxta- og grænmetispoka fyrir Hríseyjarbúðina. Við saumuðum líka fjölnota samlokupoka fyrir nemendur.

Við höldum árshátíð á hverju ári og síðast settum við upp Lion King, það var rosalega gaman.

Við bjóðum alltaf íbúum í súpu og brauð á degi íslenskrar tungu, 16. nóvember, og erum þá með skemmtiatriði.

> **VIÐ TÓKUM ÞÁTT Í PLASTLAUSUM SEPTEMBER OG SAUMUÐUM FJÖLNOTA ÁVAXTA- OG GRÆNMETISPOKA FYRIR HRÍSEYJARBÚÐINA. VIÐ SAUMUÐUM LÍKA FJÖLNOTA SAMLOKUPOKA FYRIR NEMENDUR.**

Núna erum við að byrja að undirbúa sérstaka viku, þá veljum við hvað við lærum, út frá áhugamálum okkar.

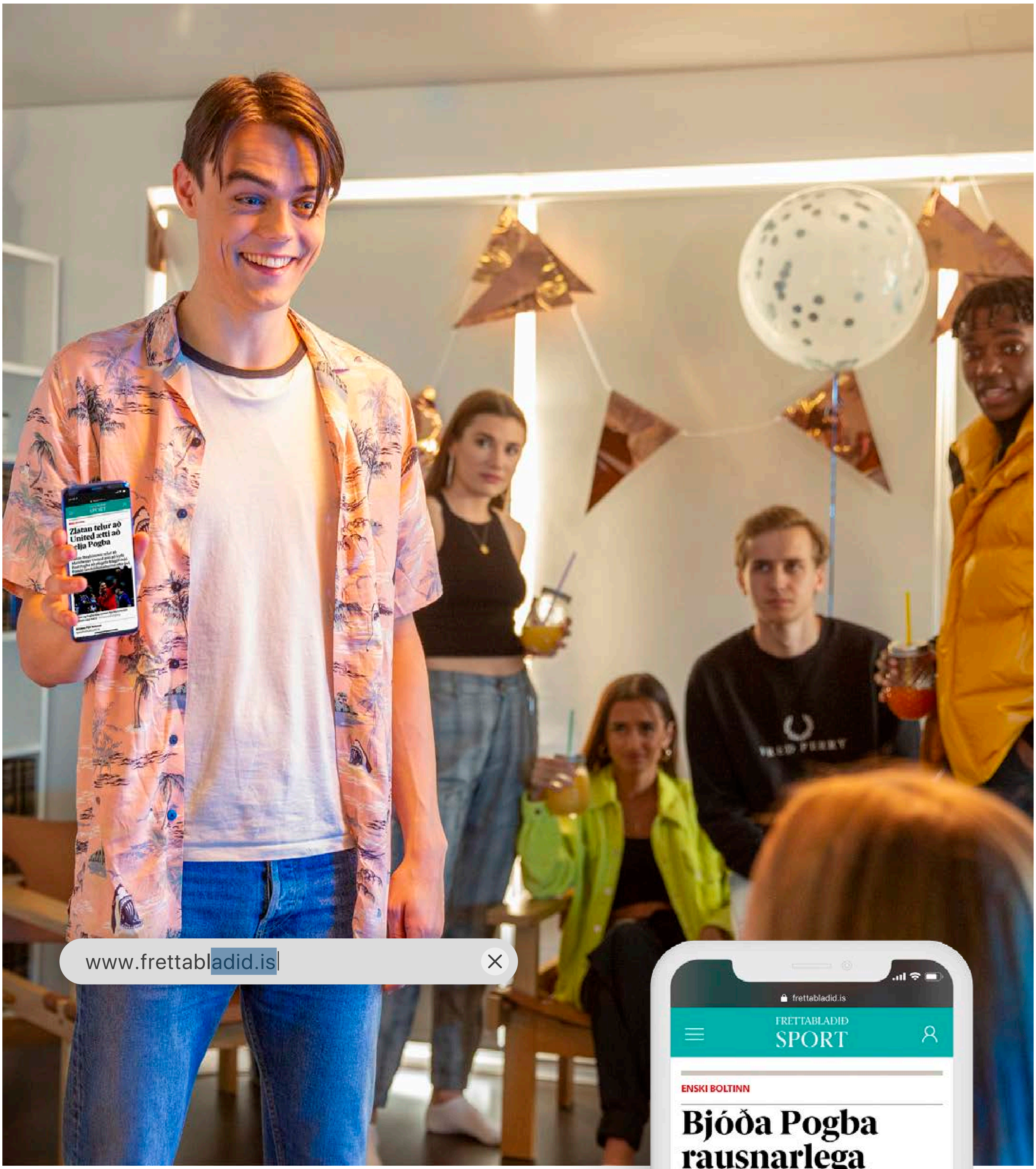
Hver eru helstu áhugamálin þín?

Ég hef mikinn áhuga á leiklist. Ég er í leiklistarskóla Leikfélags Akureyrar, á þriðja ári, og ég ætla að verða leikari. Kennarinn minn þar heitir Vala Fannell.

Mér finnst gaman að taka upp stuttmyndir, róa á kajak með fram eyjunni og hoppa í sjóinn á sumrin og svo keyra um á rafmagnshlaupahjólinu mínu.

Ég hef líka áhuga á fréttum og fylgist með á netinu og í sjónvarpinu. Ég fór einu sinni í fréttasettið á RÚV og hitti Boga Ágústsson, hann er uppáhaldsfréttaþulurinn minn.

Mér finnst líka mjög gaman að fara til útlanda með fjölskyldunni minni, við fórum með Norrænu til Færeyja í sumar.



Við getum ekki komið í veg fyrir að þú breytist í foreldra þína ...

En við getum tryggt að þú vitir hvað er að frétta!

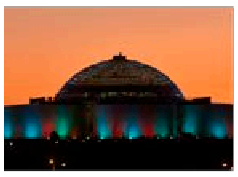
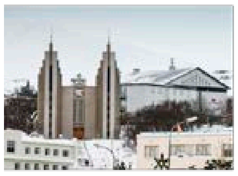
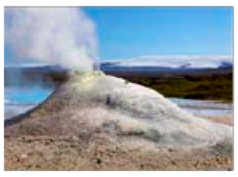
FRETTABLADID.IS

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Staður	°C	Vindur
Reykjavík	5	3
Ísafjörður	-1	6
Akureyri	1	0
Egilsstaðir	3	1
Kirkjubæjarkl	3	1
Hveravellir	-1	4

Austlæg eða breytileg átt, 3-8 í dag, en suðaustan 8-13 vestast. Smá skúrir á sunnanverðu landinu, en yfirleitt léttskýjað norðan til. Hiti 1 til 6 stig, en í kringum frostmark fyrir norðan.

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík 	6 °C / 6	5 °C / 7	9 °C / 10	8 °C / 3	7 °C / 0
Ísafjörður	2 °C / 5	2 °C / 5	5 °C / 5	4 °C / 2	4 °C / 2
Akureyri 	4 °C / 2	-6 °C / 1	3 °C / 3	0 °C / 1	-3 °C / 2
Egilsstaðir	3 °C / 1	2 °C / 1	6 °C / 4	7 °C / 2	5 °C / 1
Kirkjubæjarklaustur	5 °C / 3	5 °C / 4	7 °C / 11	7 °C / 6	7 °C / 2
Hveravellir 	-1 °C / 7	1 °C / 2	4 °C / 3	4 °C / 4	3 °C / 0

LÁTTU DRAUMINN RÆTAST Á SPÁNI

ZP

WWW.ZALTPROPERTIES.COM

1989 30 ÁRA 2019

KOMDU Í KOLAPORTIÐ

OPIÐ ALLAR HELGAR FRÁ KL. 11.00-17.00

KOLAPORTIÐ

DÁSAMLEG DEILD SAMFÉLAGSINS

Við getum ekki kennt þér á net- og samfélagsmiðla...

En við getum tryggt að þú vitir hvað er að frétta!

FRETTABLADID.IS

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

bauhaus.is

BAUHAUS®

Easyline

Kerra

ES200S UB. Lítil hagnýt kerra til heimilisnotkunar. Með V-lagaðri öryggisstöng. Með stálfelgum og góðum dekkjum. Hámarksburðarþol er 625 kg. Heildarþyngd 750 kg. 13" dekk. Nefhjól fylgir ekki.

89.995.- ~~116.995.-~~

ALLTAF GÓÐ KJÖR Í BAUHAUS!

Easyline

Tilt kerra

ES200S UB Tilt. Lítil og fjölhæf kerra. Með V-laga dráttarkjálka. Er auðvelt að geyma í lóðréttri stillingu til að spara pláss. Hún er búin hallaaðgerð og samanbrjótanlegum dráttarkjálkum sem sparar pláss þegar kerran er geymd í lóðréttri stillingu. 204,1 x 116 x 35 cm. Farmþyngd 370 kg. Heildarþyngd 500 kg. 13" hjól. Nefhjól fylgir ekki.

99.995.- ~~127.495.-~~

Easyline

Kerra

ES250ST UB. 2-axla kerra, stór og verkleg. Með V lagaðri öryggisstöng, stálfelgum og góðum dekkjum. Auðvelt að festa yfirbreiðslu á kerruna. Úr ryðfríu stáli. Hámarksburðarþol 550 kg. Heildarþyngd 750 kg. 13" dekk. Nefhjól fylgir ekki.

249.995.- ~~317.995.-~~

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

REGALUX

Stálhilla

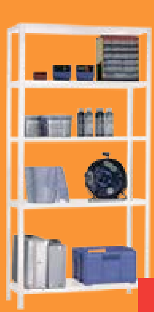
Stálhillueining með 5 x 6,2 mm MDF-plötuhillum. Hámarks burðarþol 175 kg með jafnri álagsdreifingu. Svört.

6.295.- ~~8.195.-~~

AUÐVELT AÐ SETJA SAMAN — 175 kg

HÆÐ: 180 CM
BREIDD: 90 CM
DÝPT: 40 CM

BARA Í BAUHAUS — REGALUX



Express hillueining

Auðvelt að setja upp án verkfæra. Burðarþol u.þ.b. 65 kg á hillu. Galvanhúðuð eða hvít, 5 hillur.

7.195.- ~~9.195.-~~

AUÐVELT AÐ SETJA SAMAN — 65 kg

HÆÐ: 209 CM
BREIDD: 100 CM
DÝPT: 30 CM

REGALUX

Multi hillueining

Með þrjár 60 cm breiðar hillur og með hám. Burðarþol upp á um það bil 200 kg og tvær 30 cm hillur með hám. burðarþol upp á um það bil 100 kg. Grár galvaníseraður málmur.

7.495.- ~~8.495.-~~

AUÐVELT AÐ SETJA SAMAN — 100 kg

HÆÐ: 180 CM
BREIDD: 100 CM
DÝPT: 60 CM

BARA Í BAUHAUS — REGALUX

XXL hillueining

Sterkbyggð, djúp, galvanhúðuð hilla. 8 mm spónaplötuhillur. Hámarksburðarþol u.þ.b. 350 kg á hverri hillu við jafna álagsdreifingu.

20.995.- ~~26.995.-~~

AUÐVELT AÐ SETJA SAMAN — 350 kg

HÆÐ: 180 CM
BREIDD: 160 CM
DÝPT: 60 CM

BARA Í BAUHAUS — REGALUX

Mega hillueining

Breið og djúp hilla. 5 spónaplötuhillur með hámarksburðarþol u.þ.b. 450 kg á hverri hillu við jafna álagsdreifingu.

32.995.- ~~45.995.-~~

AUÐVELT AÐ SETJA SAMAN — 450 kg

HÆÐ: 200 CM
BREIDD: 240 CM
DÝPT: 70 CM

Að eigin vali 3 fyrir 2

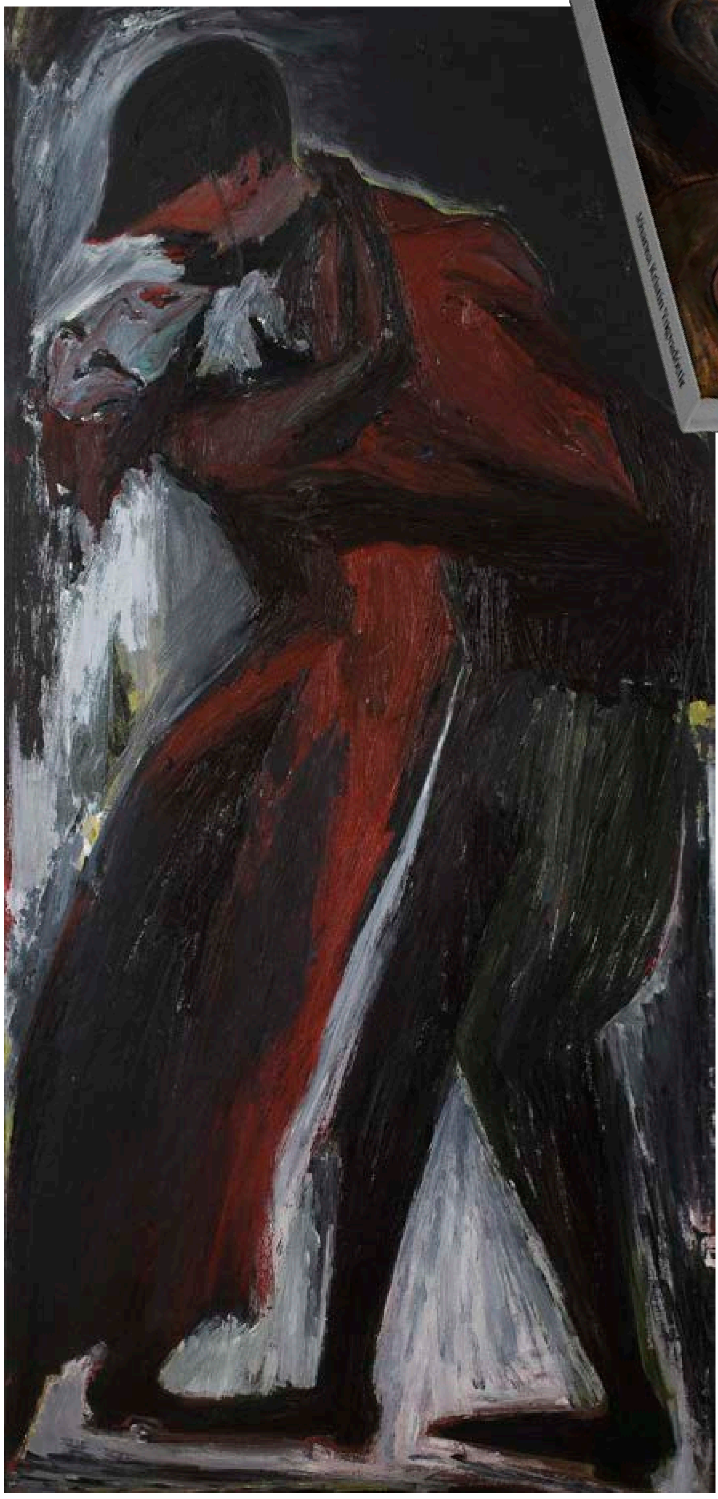
3 STK. 990.-

EXO 97 De-Icer.
Stykkjaverð 495.-
Lásaolía 50 ml. Frostlögur.
Stykkjaverð 495.-
BAUHAUS rúðuhreinsir, 500 ml
Stykkjaverð 495.-
Skafa. Svört.
Stykkjaverð 495.-

Rúðuvökvi. Þolir allt að -21 gráðu.
Stykkjaverð 495.-
Sótthreinsigel.
Stykkjaverð 495.-
Sílíkon með pensli, 100 ml.
Stykkjaverð 495.-
Svampur.
Stykkjaverð 495.-

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplysingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is



Litapallettan er kröftug, ekki bara strokurnar og pensilskriftin, heldur líka litirnir, segir Harpa Þórsdóttir.

Varð fræg á einni nóttu

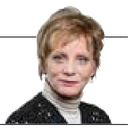
Bókaútgáfan Dimma gefur út veglega bók um Jóhönnu Kristínu Yngvadóttur (1953-1991). Ásdís Ólafsdóttir listfræðingur er höfundur en auk hennar skrifar Oddný Eir Ævarsdóttir hugleiðingar um listakonuna. Texti bókarinnar er bæði á íslensku og ensku.

„Ég skrifa um líf hennar og list. List Jóhönnu Kristínar er svo samofin lífi hennar. Hún var skapmikil, ástríðufull og sérstakur persónuleiki. Hún átti við heilsubrest að stríða, var með öndunarfærasjúkdóm sem dró hana til dauða þegar hún var einungis 37 ára,“ segir Ásdís. „Í bókinni fer ég í gegnum feril hennar. Hún var af þessari svokölluðu túlipanakynslóð sem lærði bæði á Íslandi og Hollandi. Með fyrstu einkasýningu sinni í Nýlistasafninu 1983 varð hún fræg á einni nóttu í íslensku listalífi. Hún kom strax fram sem þroskaður og mótaður myndlistarmaður og ferill hennar spannar aðeins um tíu ár. Hún var öflugur listamaður fram á síðustu stundu og hefði gert stórkostlega hluti hefði henni auðnast lengra líf.“

Djúpstæðar tilfinningar og bersögli sálarinnar á striga

Í Listasafni Íslands er yfirlitssýning á verkum Jóhönnu Kristínar Yngvadóttur. Bók eftir Ásdísi Ólafsdóttur listfræðing um þessa stórmerku listakonu kemur út samhliða sýningunni.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Yfirlitssýning á verkum Jóhönnu Kristínar Yngvadóttur verður opnuð í Listasafni Íslands í dag, laugardaginn 12. október. Yfirskrift sýningarinnar er Eintal og hún stendur fram í janúar 2020. Í tengslum við sýninguna kemur út bók frá bókaforlaginu Dimmu um Jóhönnu Kristínu eftir Ásdísi Ólafsdóttur listfræðing.

„Jóhanna Kristín kom eins og stormsveipur inn í íslenskan myndlistarheim, vakti mikla athygli og var dáð. Hún átti stuttan feril og lést fyrir aldur fram,“ segir Harpa Þórsdóttir, safnstjóri Listasafns Íslands. „Verkin á sýningunni eru unnin á rétt tæpum áratug og stílbrögðin eru í stöðugri þróun.“

Harpa segir að verkin á sýningunni komi mjög víða að. „Við treystum á velvild fólks og það var gaman að geta safnað þessum fjölda verka saman,“ segir hún.

Bersögli sálarinnar

Um feril Jóhönnu Kristínar segir Harpa: „Hún lærði í Hollandi, kom heim og vakti fyrst athygli á sýningunni Gullströndin andar árið 1983 í JL húsinu. Fyrsta einkasýningin hennar var í Nýlistasafninu sama ár og hlaut einróma lof. Hún kom strax fram sem nánast fullskapaður og einstakur listamaður.

Þegar hún kom fram á sjónarsviðið var eins og eldri kynslóð listamanna væri létt því þarna voru kraftmikil fígúratíf málverk af öðrum meiði en nýja málverkið og konseptlistin víðs fjarri. Jóhanna Kristín og nýja málverkið eru stundum spyrt saman en það er ekki þannig. Hún er expressjónisti, tekur sitt frá expressjónismanum, við sjáum djúpstæðar tilfinningar á striga. Verk hennar eru mjög ólík því sem aðrir listamenn voru að gera á þessum tíma. Hún var gríðarlega fær, öflugur teiknari, og það sést í skissum og pári hversu næm hún var. Hún var mjög einlægur listamaður, bersögli sálarinnar er það sem við sjáum. Fjölskylda og vinir segja að hún hafi verið glaðlynd manneskja en um leið dramatísk og það endurspeglast í verkunum.“

Heimildarmynd um listakonuna

Myndir Jóhönnu Kristínar eru mestan hluta af fólki og þar eru konur mjög fyrirferðarmiklar. Dökkir litir eru áberandi í verkunum. „Litapallettan er kröftug, ekki bara strokurnar og pensilskriftin heldur líka litirnir. Hún var mikið spurð um litina í viðtölum en við tengjum ósjálfrátt dökka litinn við vonleysi og sálarvíl, en hún tók nú ekki undir það. Hún sagði til dæmis í viðtali að Bragi Ásgeirsson, hennar gamli kennari, hefði litið verk hennar öðrum augum þegar hann hafði áttað sig á að í Japan væri svartur litur gleðinnar. Hún átti fulla samleið með litnum og hélt sínu striki,“ segir Harpa. „Hún málaði sjálfa sig og sitt fólk, dóttur, systur, vinkonur og foreldra, en faðir hennar lést þegar hún var ung. Í sumum myndum vottar fyrir lífinu að handan. Í einu þekktasta verki hennar Á ögurstundu eru trúartákn.“

Á sýningunni verður sýnd heimildarmynd um listakonuna. „Frænka hennar, Guðrún Atladóttir, gerði þessa mynd fyrir nokkrum árum og hún var sýnd á sýningu í Gerðarsafni 2013. Þetta er minningarsaga fjölskyldunnar, þar er mikið af kvikmyndabrotum þar sem Jóhanna Kristín kemur fyrir og viðtöl við fólk sem þekkti hana mjög vel, studdi hana og hvatti.“

Jóhanna Kristín Yngvadóttir. MYND/ÍVAR VALGARÐSSON

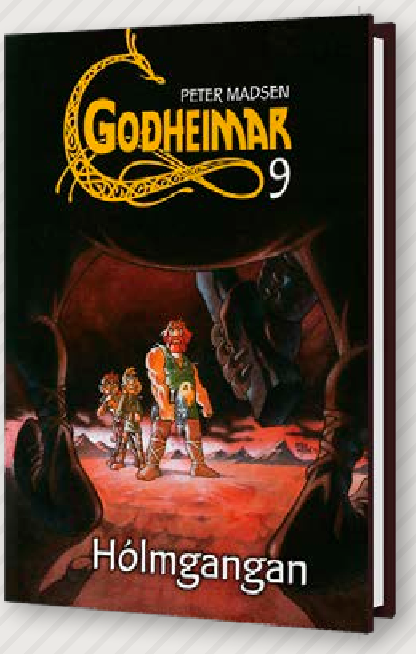
ÞAÐ ER GAMAN AÐ LESA!

TILBOÐSVERÐ: 5.199.-
Verð: 6.499.-

Korngult hár grá augu

ÚTGÁFUHÓF Í DAG KL 14:00 Í VERSLUN OKKAR Í AUSTURSTRÆTI

Ungfrú fótbolti
TILBOÐSVERÐ: 4.399.-
Verð áður: 4.999.-



Goðheimar 9 - Hólmgangan
TILBOÐSVERÐ: 2.999.-
Verð áður: 3.499.-

ÚTGÁFUHÓF Í DAG KL 15:00 Í VERSLUN OKKAR Í KRINGLUNNI

Ferðin á heimsenda - Leitin að vorinu
TILBOÐSVERÐ: 4.399.-
Verð áður: 4.999.-

Rannsóknin á leyndardómum eyðihússins
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-

Café
AUSTURSTRÆTI • SKÓLAVÖRÐUSTÍG
LAUGAVEGI • AKUREYRI • VESTMANNAEYJAR

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Álfabakka 16, Mjódd

Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Krossmóa 4

Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1
Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

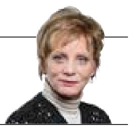
Penninn Eymundsson
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 14. september eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Langaði að vinna gullverðlaun í einhverju

Bókaútgefandinn fyrrverandi Snæbjörn Arngrímsson hlýtur Íslensku barnabókaverðlaunin fyrir fyrstu skáldsögu sína. Maður úr framtíðinni, sönn frétt úr The New York Times, varð kveikja að sögunni.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

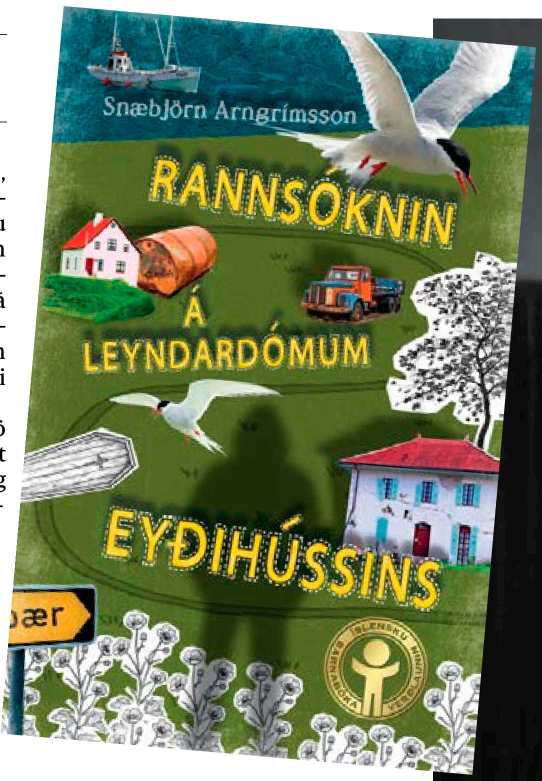


Snæbjörn Arngrímsson, fyrrverandi bókaútgefandi, hlýtur Íslensku barnabókaverðlaunin í ár fyrir fyrstu skáldsögu sína, Rannsóknin á leyndardómum eyðihússins. Snæbjörn, sem býr í Danmörku, kom hingað til lands til að taka á móti verðlaununum.

Snæbjörn, sem rak um tíma sjö bókaforlög á Norðurlöndum, gaf út Harry Potter-bækurnar á Íslandi og spennusögur Dans Brown í Danmörku. Hann seldi forlögin síðan eitt af öðru. Það var eftir að hafa selt það síðasta sem hann sá auglýsingu um Íslensku barnabókaverðlaunin og ákvað að spreyta sig á barnabókaskrifum.

Snæbjörn hefði, vegna nafns síns og stöðu í bókmenntaheiminum, auðveldlega getað fengið skáldverk eftir sig útgefið hjá hvaða bókaforlagi sem er. Hann er spurður hvort það hafi skipt hann máli að senda handrit í samkeppni undir dulnefni. „Ég hefði aldrei sent handrit undir eigin nafni. Ég er viss um að útgefendur hefðu miskunnað sig yfir mig sama hvað ég hefði sent inn og gat ekki hugsað mér það," segir hann.

Hann segist aldrei hafa gengið með skáldadrauma. „Ég var oft spurður sem forleggjari: Skrifarðu ekki sjálfur? Ég svaraði því til að mér dytti það ekki í hug. Ég hef aðallega þýtt en ekki skrifað eigin bók fyrr en nú. Ég lærði margt á að skrifa þessa bók, og það er mjög áhugavert að vera kominn í hlutverk rithöfundar í stað útgefanda."



ÉG VILDI SKRIFA BÓK SEM VÆRI ÆSISPENNANDI EN HÖFÐAÐI SAMTÍMIS TIL VITSMUNA BARNA SEM LESENDA.

Maður úr framtíðinni

Snæbjörn segist hafa ákveðnar hugmyndir um það hvernig barnabók hann vildi skrifa. „Þetta átti að vera spennubók fyrir börn, bók sem væri gjörsamlega ómótstæðileg, svo grípandi að þau börn sem læsu hana vildu bara lesa meira. Ég man sjálfur vel eftir þessari tilfinningu í gamla daga, þegar maður fann góðar bækur, hvernig það var að gefa sig á vald bóklestrinum. Að sökkva niður í söguheim vegna þess að bókin sem maður las hafði alveg dáleitt mann. Ég vildi skrifa bók sem væri æsispennandi en höfðaði samtímis til vitsmuna barna sem lesenda."

Maðurinn sem hvarf

Aðalpersónurnar eru tvær, stelpan Milla og strákur sem heitir Guðjón G. Georgsson. „Ég hafði nokkurn veginn mótað aðalpersónurnar í höfðinu þegar ég settist niður og skrifaði fyrstu setninguna: Þetta var sumarið þegar Guðjón G. Georgsson kom í fyrsta sinn til þorpsins. En hvernig ég ætti að halda áfram var ég ekki vissi um. Ég velti mjög vöngum yfir því hvernig ég gæti gert spennandi sögu með þessar tvær aðalpersónur.

Svo var það kvöldið þegar ég hafði skrifað fyrstu setningu bókarinnar að ég rakst á blaðagrein frá The New York Times frá árinu 1976. Þetta var sönn saga um mann sem hafði gengið inn í Wall Street með 80 dollara í vasanum og fór að kaupa hlutabréf. Öll hans viðskipti heppnuðust, hann keypti og seldi á réttum tíma. Á fimm dögum keypti hann og seldi hlutabréf 157 sinnum og hann græddi stórfé í öllum viðskiptunum sínum. Á fimmta degi var hann svo handtekinn af lögreglunni, færður til yfirheyrslu og var spurður hvar hann hefði fengið innherjaupplýsingar. „Ég kem úr framtíðinni, ég veit hvað gerist á morgun," svaraði hann. Hann var settur í fangelsi en leystur úr haldi næsta dag því ókunnugur maður kom og borgaði lausnarfé fyrir hann. Hinn handtekni lét sig síðan hverfa. Þegar lögreglan fór að leita að honum og lýsa eftir honum fundust ekki nokkur skjöl um að þessi maður hefði verið til, það fannst ekkert um þennan mann. Þessi saga fannst mér áhugaverð og fór að rannsaka hvað hefði orðið um manninn og afraksturinn er í þessari bók."

Rowling er mín fyrirmynd í barnabókaskrifum, hún er stórkostleg, segir Snæbjörn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Rowling er fyrirmynd

Spurður hvernig tilfinning það hafi verið að fá verðlaunin segir hann: „Mér leið mjög vel, ég var hreinlega hamingjusamur. Ég hef svo gaman af verðlaunum. Í fyrra sagði ég við strákinn minn að mig langaði til að vinna gullverðlaun í einhverju fyrir áramót. Svo gerðist það ekki. Hann hafði hins vegar keypt lítinn gullpening handa mér og gaf mér í verðlaun fyrir föðurhlutverkið. Það gladdi mig. Svo fékk ég þessi bókmenntaverðlaun í ár, mín önnur gullverðlaun á stuttum tíma."

Sem útgefandi Harry Potter er hann spurður hvort Potter-áhrifa gæti í bókinni og svarar: „Rowling er mín fyrirmynd í barnabókaskrifum, hún er stórkostleg. Og bækurnar um Harry Potter eru mikið afrek sem hafa haft mikla þýðingu, bæði aukið bóklestur og sett ný viðmið um hvað sé góð barnabók. Ég stefni auðvitað á toppinn en til að komast þangað þarf ég að halda áfram að æfa mig, halda áfram að skrifa og læra handbragð meistarans."

Orwell í Hálsaskógi

BÆKUR

Sláturtíð
★★★½☆
Gunnar Theódór Eggertsson

Útgefandi: Vaka Helgafell
Fjöldi síðna: 432

Má eitthvert dýr borða annað dýr? Eru öll dýrin í skóginum vinir? Eru þau jöfn eða eru sum dýr krúttlegri og þar af leiðandi rétthærri en önnur? Í skáldsögunni Sláturtíð eru þessi sígildu viðfangsefni heimsbókmenntanna tekin til skoðunar út frá dýrasiðfræðilegu sjónarhorni en einnig er brugðið upp fyndinni en jafnframt raunsærri mynd af samtímanum.

Dýraréttindasinninn Sólveig Boer virðist horfin eftir að hafa setið af sér dóm í Hollandi fyrir skemmdarverk í þágu málstaðarins. Heimildarmyndagerðarmaðurinn Ásbjörn reynir að hafa upp á henni vegna myndar sem dýraverndarsamtök á Íslandi hafa ráðið hann til að gera. Leitin dregur hann um Evrópu og á slóðir dýraverndarsinna, mótmæla og hugmyndafræðilegs ágreinings en hann þarf einnig að horfast í augu við ýmislegt í sjálfum sér í leiðinni.

Sláturtíð er fyrsta „fullorðinsbók" Gunnars Theódórs Eggertssonar sem hefur áður sent frá sér bæði barna- og ungmennabækur og unnið til viðurkenninga og verðlauna fyrir þær. Hann hefur einnig nýlokið doktorsprófi þar sem hann skrifaði um bókmenntir og dýrasiðfræði og viðfangsefni bókarinnar er öðrum þræði langt og mikið samtal um réttindi dýra, dýravernd, öfgadýravernd og grænkeralífsstíl. Það er þó bara annar þráðurinn, hinn liggur í ýmsar áttir enda er Sláturtíð marglaga og þétt skáldsaga, lýsingar á fólki og staðháttum orðmargar og vel skrifaðar, frásagnarhátturinn lifandi og kaldhæðinn á köflum og söguþráðurinn áhugaverður og vel fléttaður.

Við fylgjum Ásbirni eftir í leit hans að efni sem passar í kvikmynd og sjáum söguna með hans augum sem hins utanaðkomandi gests, en hittum hann líka fyrir í ýmsum mennskum breyskleika, eins og raunar flestar sögupersónurnar, sem aftur vekur upp upp ýmsar orwellskar heimspekispurningar um af hverju sum dýr eru merkilegri en önnur, gæludýr harmrænni en húsdýr, falleg og klár dýr virðingarverðari en ljót og heimsk dýr, og um mannskepnuna sem telur sig merkilegri en allt annað lifandi á jörðinni. Bókin er fyndin, stundum galsafengin í lýsingum sínum á heimi aktívista og hvernig þeir athafna sig og reyna að hafa áhrif á samfélagið en líka beitt í sjónarhorni sínu á grimmdina og skeytingarleysið sem menn leyfa sér þegar kemur að dýrum og velferð þeirra.

Gunnar Theódór Eggertsson. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

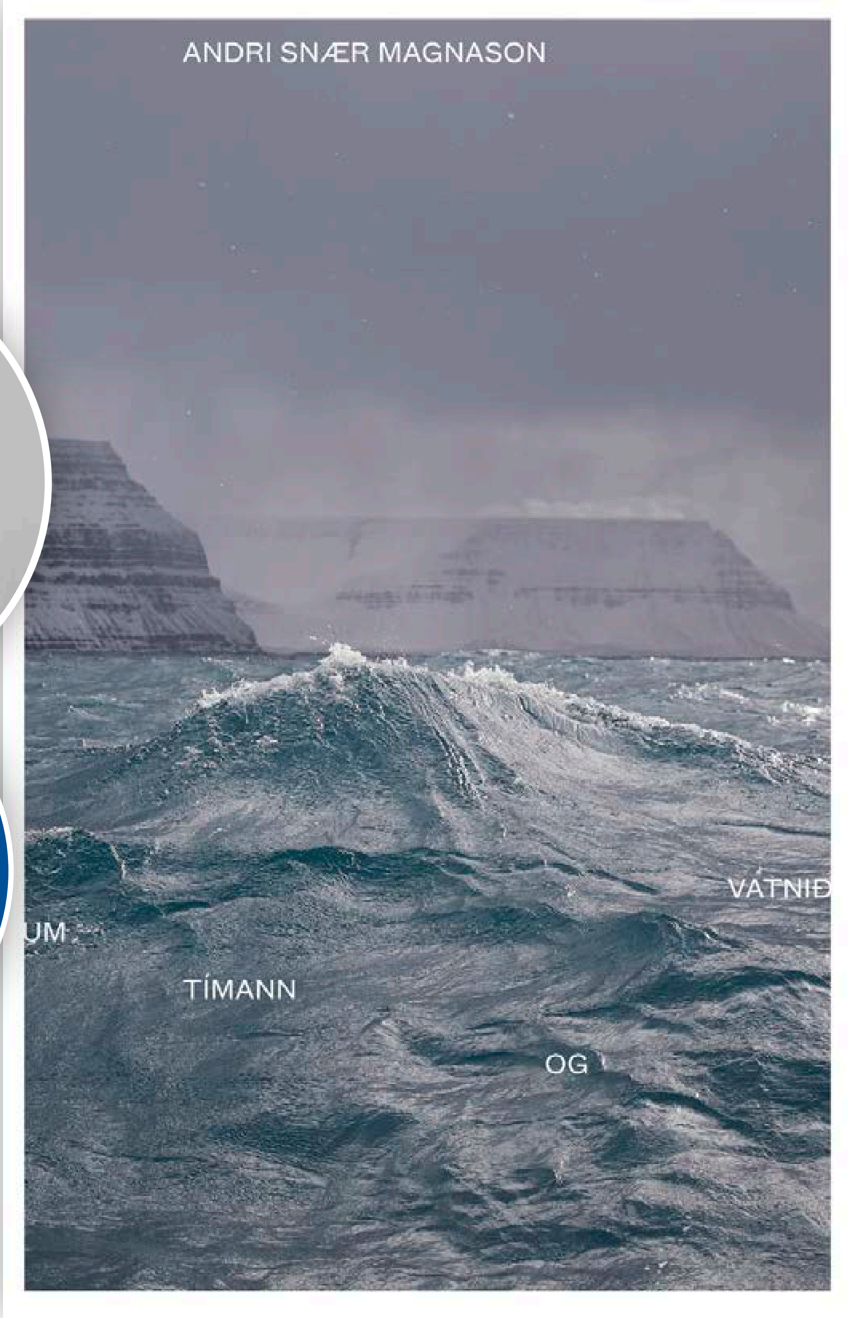
Gunnari Theódóri hefur hér tekist að skrifa skemmtilega og í senn nístandi skáldsögu um áhugavert viðfangsefni sem er fengur fyrir þá sem láta sig velferð dýra, og manna, varða. **Brynhildur Björnsdóttir**

NIÐURSTAÐA: Vel skrifuð og fyndin en um leið áleitin skáldsaga.

nettó

UM TÍMANN OG VATNIÐ FÆST Í NETTÓ

Andri Snær Magnason braut blað í umræðunni um íslenska náttúru með bók sinni Draumalandið. Hér gerir hann atlögu að loftslagsmálunum, stærsta viðfangsefni sem jarðarbúar hafa staðið sameinaðir frammi fyrir.



★★★★½

„Áhrifamikil og mögnuð bók, frábærlega skrifuð og sérlega mikilvæg. Þetta er bók sem allir í heiminum ættu að lesa."

Brynhildur Björnsdóttir
Fréttablaðið

3.699 kr.
Verð áður: 4.999 kr.

Á næstu hundrað árum verða grundvallarbreytingar á eðli vatns á jörðinni. Jöklar munu bráðna, yfirborð hafsins rísa og sýrustig þess breytast meira en sést hefur í 50 milljón ár. Breytingarnar snerta allt líf á jörðinni, alla sem við þekkjum og alla sem við elskum. Þær eru flóknari en flest það sem hugurinn er vanur að fást við, stærri en öll fyrri reynsla okkar, stærri en tungumálið. Hvaða orð ná utan um málefni af þeirri stærðargráðu?

Í tilraun sinni til að fanga þetta víðfeðma málefni leyfir Andri Snær Magnason sér að vera bæði persónulegur og vísindalegur – fléttar sér leið að loftslagsvísindunum með ævafornum goðsögnum um heilagar kýr, sögum af forfeðrum og ættingjum og viðtölum við Dalai Lama. Útkoman verður frásögn sem er ferðasaga, heimssaga og áminning um að lifa í sátt við komandi kynslóðir.

Tilboðið gildir 12. - 13. október í öllum verslunum Nettó

Súrsæt sveitasæla

LEIKHÚS

Sex í sveit

★★★★☆

Marc Camoletti

Borgarleikhúsið

Leikstjóri: Bergur Þór Ingólfsson
Íslenskun og staðfærsla: Gísli Rúnar Jónsson
Leikarar: Jörundur Ragnarsson, Sólveig Guðmundsdóttir, Sigurður Þór Óskarsson, Vala Kristín Eiríksdóttir, Katrín Halldóra Sigurðardóttir og Haraldur Ari Stefánsson
Leikmynd: Petr Hlousek
Búningar: Stefanía Adolfsdóttir
Lýsing: Þórður Orri Pétursson
Leikgervi: Guðbjörg Ívarsdóttir
Hljóð: Þorbjörn Steingrímsson

Benedikt er í þann mund að skila eiginkonu sinni, Þórunni, upp í flugvél á leið til Egilsstaða. Hugmyndin er að nýta tækifærið og skella í sumarbústaðarmatarboð án hennar; gestir kvöldsins eru hjákonan Sóley og vinurinn Ragnar. En um leið og Þórunn fréttir að Ragnar er á leiðinni hættir hún snögglega við flugferðina, hún er nefnilega að halda við Ragnar. Sólveig, veisluþjónustustarfsmaður Saxbautans, blandast óvænt inn í atburðarásina og þannig skapast kjöraðstæður fyrir að allt fari fjandans til. Sex í sveit snýr aftur á stóra svið Borgarleikhússins í nýrri útfærslu eftir rúmlega tuttugu ára fjarveru, Bergur Þór Ingólfsson leikstýrir og Gísli Rúnar Jónsson endurvinnur handritið.

Enginn afsláttur

Hinum taugaveiklaða Benedikt, manni með stórar hugmyndir en fá plön, skilar Jörundur Ragnarsson af miklum móð. Þá nýtur hann sín sérstaklega þegar skrúfað er upp í skrípalátunum. Sólveig Guðmundsdóttir leikur Þórunni af öryggi, eins og hún hafi lítið annað gert en að leika í försum á ferli sínum. Hún er í senn munúðarfull og móðursjúk sem er frábær blanda fyrir Sex í sveit. Sigurður Þór Óskarsson, í hlutverki Ragnars, er sömuleiðis á heimavelli. Líkamsbeiting hans og örvænting er sjón að sjá. Samleikur þeirra er virkilega vel unninn, eins og reyndar hjá leikhópnum öllum. Fjölhæfni Katrínar Halldóru Sigurðardóttur nýtur sín í hlutverki hinnar brussulegu Sólveigar. Hér er enginn afsláttur gefinn og Katrín Halldóra leggur allt á borðið, norðlenski hreimurinn virkar og tímasetningar hennar eru óborganlegar.

Sóley, leikin af Völu Kristínu Eiríksdóttur, mætir eins og glimmerhvirfilbylur í boðið. Vala Kristín er langt komin með að verða hin fínasta gamanleikkona þrátt fyrir ungan aldur. Hún er hispurslaus í túlkun sinni og lætur allt flakka. Haraldur Ari Stefánsson mætir á sviðið þegar hamagangurinn nær hámarki. Hann leysir hlutverkið ágætlega og mætir orkustigi Katrínar Halldóru að fullu. Vandamálið er að norðlenska túlkunin og groddaskapurinn bætir litlu við það sem á undan hefur komið.

Lunkinn með formið

Farsar krefjast handbragðs sem ekki allir hafa getu til að framkvæma en Bergur Þór er virkilega lunkinn með formið, líkt og Gísli Rúnar. Orðabröltið í bland við almennan misskilning, tyggjónotkun Benedikts og stöðugar tilfærslur Þórunnar á forláta vasa skreyta ærslaleikinn á skemmtilegan máta. En í sýningu sem tekur tvo klukkutíma byrjar æsingurinn aðeins of snemma sem verður til þess að eftir hlé er erfitt að halda sama hraða, hvað þá að bæta við. Slíkt er stillingaratriði og allar líkur eru til þess að sýningin formist betur með fleiri sýningarkvöldum.

Fagurfræði Sex í sveit er vel heppnuð. Leikmynd Petr Hlousek er eins og smíðuð fyrir opnu í Hús og híbýli, fullkominn leikvöllur fyrir fólk sem á stærri sjóði en siðferðislegt vit. Spurningarmerki má setja við svefnherbergið á efri hæðinni sem virðist vera leifar af fyrri hugmyndavinnu en er aldrei nýtt. Búningavinna Stefaníu Adolfsdóttur er stórkostleg og passar glæsilega inn í umhverfið og er stílfærð á hvern karakter, fatnaður Þórunnar stendur upp úr. Guðbjörg Ívarsdóttir, sem sér um leikgervin, á skilið sérstakt hrós fyrir hárgreiðslu og förðun.

Sex í sveit er hér uppfærð sómasamlega með öllum þeim nútímalega subbuskap sem því fylgir. Leikarahópurinn sameinast í að koma samkvæmisklúðrinu til skila. Hér er á ferðinni strangheiðarleg útfærsla á klassískum farsa sem heppnast nákvæmlega eftir uppskriftinni.

Sigríður Jónsdóttir

NIÐURSTAÐA: Farsakennd kvöldstund sem engan svíkur.

Leikarahópurinn sameinast í að koma samkvæmisklúðrinu til skila. MYND/GRÍMUR BJARNASON

Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

12. OKTÓBER 2019

Myndlist

Hvað? Listasmiðja - pödduhótel
Hvenær? 10-12
Hvar? Garðskáli Grasagarðs Reykjavíkur, Laugardal
Útbúin hýbýli fyrir pöddur sem hjálpa til að viðhalda heilbrigðum garði.

Hvað? Að ná í ljósið
Hvenær? 13.00-15.00
Hvar? Gerðarsafn
Ókeypis kolasmiðja fyrir alla fjölskylduna með listakonunum Guðrúnu Veru Hjartardóttir og Sigrúnu Halldóru Gunnarsdóttur. Tilraunir gerðar með kol og hnoðleður til að dýpka tilfinninguna fyrir ljósi og skugga.

Hvað? Eintal - sýningaropnun
Hvenær? 15.00
Hvar? Listasafn Íslands við Fríkirkjuveg
Yfirlitssýning á verkum Jóhönnu Kristínar Yngvadóttur.

Hvað? Flóran -sýningaropnun
Hvenær? 15.00-17.00
Hvar? Spennistöðin við Austurbæjarskóla, Barónsstíg 32
Vegglistaverk eftir Söru Riel, úr plöntum sem nemendur Austurbæjarskóla 2018-2019 völdu sem staðgengil sinn.

Hvað? Vatnslitasýning
Hvenær? 15.00-18.00
Hvar? Gallerí Göng við Háteigskirkju
Fyrsta samsýning félagsmanna Vatnslitafélags Íslands.

Hvað? Sequences IX- Í alvöru
Hvenær? 17.00-20.00
Hvar? Marshallhúsið, Grandagarði
Þóranna Dögg Björnsdóttir með opnunarverk. Í Nýlistasafninu og Kling og Bang sýna margir listamenn og á La Primavera verður sýning á teikningum Kristins G. Harðarsonar, heiðurslistamanns Sequences IX.

Tónlist

Hvað? Hausttónleikar og kaffihlaðborð
Hvenær? 15.00
Hvar? Fella- og Hólakirkja
Sönghópurinn Norðurljós verður með létta dagskrá. Arnhildur Valgarðsdóttir stjórnar og leikur undir á píanó og Matthías Stefánsson á fiðlu og gítar. Miðaverð er 2.500, 1.000 fyrir aldraða og öryrkja, frítt fyrir börn.

Hvað? Afmælistónleikar
Hvenær? 15.00
Hvar? Digraneskirkja
Gamlir Fóstbræður syngja.

Hvað? Kórinn Kliður
Hvenær? 21.00
Hvar? Fríkirkjan í Reykjavík
Aðeins sungin verk eftir meðlimi kórsins. Aðgangseyrir er 3.000 kr.

Orðsins list

Hvað? Málþing
Hvenær? 13.00-15.00
Hvar? Spennistöðin, Austurbæjarskóla
Fjallað um umferðarmál, almenningssamgöngur, akstur með ferðamenn og fleira.

Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

13. OKTÓBER 2019

Myndlist

Hvað? Leiðsögn – Safnið á röngunni,
Hvenær? 13.00-14.00
Hvar? Hönnunarsafn Íslands
Skráning á keramiksafni Önnu Eyjólfsdóttur.

Hvað? Skuggasögur
Hvenær 13.00
Hvar? Hafnarborg, Hafnarfirði
Listsmiðja með ljós og skugga í umsjón Berglindar J. Hlynsdóttur.

Hvað? Leiðsögn
Hvenær? 14.00
Hvar? Safnahúsið við Hverfisgötu
Dagný Heiðdal leiðir gesti um sýninguna Sjónarhorn.

Tónlist

Hvað? Hádegistónleikar
Hvenær? 12.15
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg.
Kvintett Nicola Lolli – Finn, fjör og Francaix.

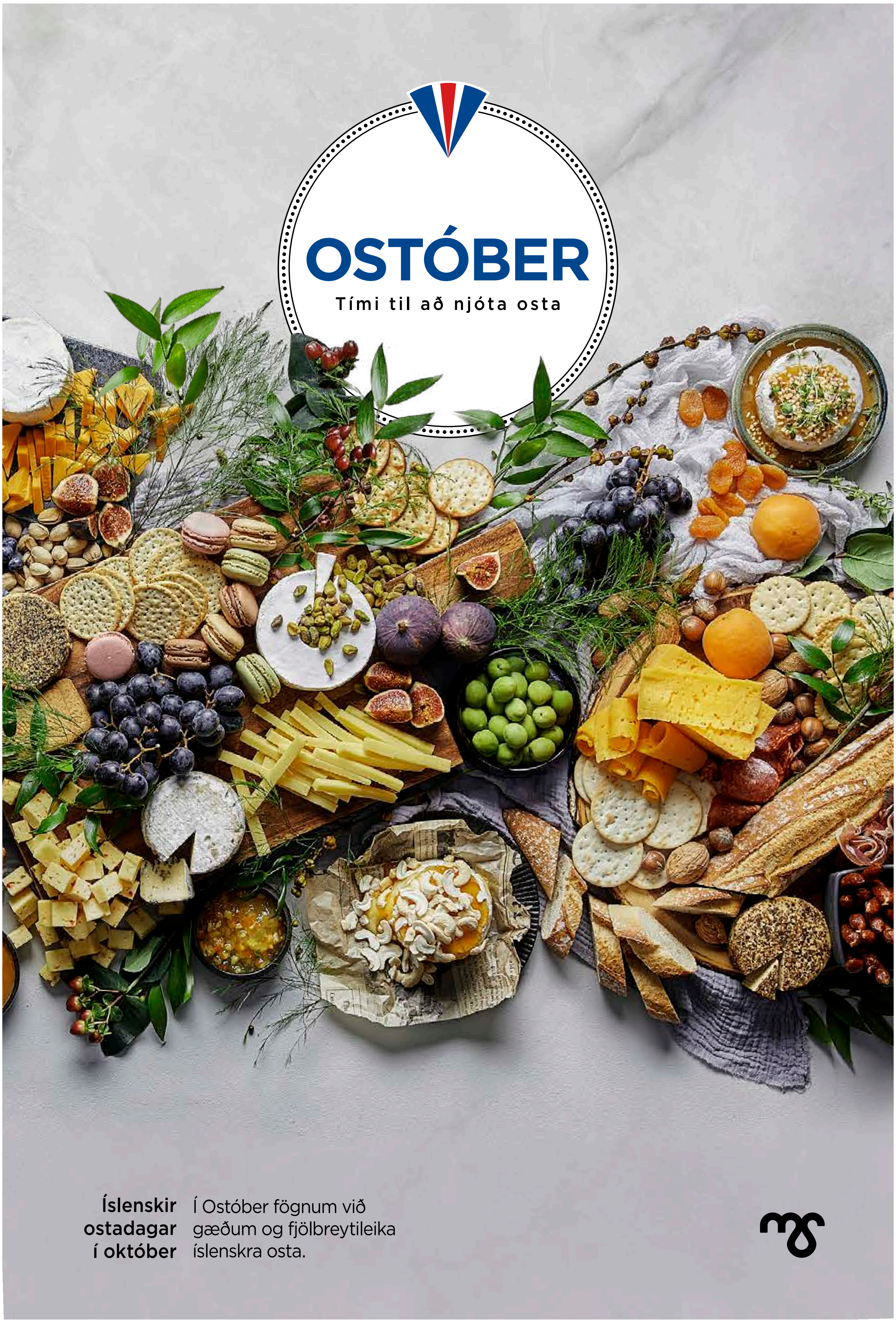
Hvað? Óperan Lohengrin eftir Richard Wagner af myndbandi
Hvenær? 13.30.
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg.
Upptaka með Önnu Netrebko og Piotr Beczala. Allir velkomnir.

Hvað? Hljóðön - tónleikar
Hvenær? 20.00
Hvar? Hafnarborg, Hafnarfirði
Luïsua Espigole píanóleikari og Ingólfur Vilhjálmsson klarínettuleikari flytja valin verk.

Lluisa Espigole.

Orðsins list

Hvað? Upplestur á risloftinu
Hvenær? 13.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg
Sigrún Eldjárn rithöfundur les. Enginn aðgangseyrir.



Spennandi íslenskar þáttaraðir um helgina

Í kvöld kl. 19.45

Hvers vegna dansar fólk, hvernig kviknar dansgleðin og hvers vegna fæðast sumir flinkir dansarar en aðrir taktlausir flækjufætur? Guðrún Sóley Gestsdóttir rekur sögu dans á Íslandi, kannar mismunandi danstegundir og hvernig dans brýst fram á ólíklegustu stöðum.

Sunnudagskvöld kl 20.30

Saga réttindabaráttu samkynhneigðra á Íslandi sem spannar fjóra áratugi, allt frá því að hreyfing þeirra varð til um miðjan áttunda áratug síðustu aldar og til þess tíma er róttækar lagabætur á fjölskyldurétti samkynhneigðra voru í höfn.

Sunnudagskvöld kl. 21.25

Gamandrama um Karen, hjónabandsráðgjafa og þriggja barna móður, sem þarf að taka erfiðar ákvarðanir þegar hún kemst að því að eiginmaður hennar hefur verið henni ótrúr. Þættirnir eru ekki við hæfi barna.

RÚV okkar allra

DAGSKRÁ

Laugardagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Molang
07.19 Refurinn Pablo
07.24 Húrra fyrir Kela
07.48 Rán og Sævar
07.59 Hæ Sámur
08.06 Nellý og Nóra
08.13 Hrúturinn Hreinn
08.20 Djúpið
08.41 Bangsímon og vinir
09.03 Millý spyr
09.10 Konráð og Baldur
09.22 Flugskólinn
09.45 Ævar vísindamaður Segulskór
10.15 Síðasta áminningin
11.20 Vikan með Gísla Marteini
12.05 Pricebræður bjóða til veislu
12.45 Heilabrot Þunglyndi
13.15 Kiljan
13.55 HM í fimleikum Bein útsending frá heimsmeistaramótinu í fimleikum í Þýskalandi. Allt fremsta fimleikafólk heims mætir til leiks og RÚV sýnir beint frá öllum keppnisdögunum.
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Disneystundin
18.01 Guffagrín
18.23 Lílóog Stitch
18.45 Landakort Þvoið ykkur án sundfata Valin myndskeið úr Landanum þar sem áhugaverðir staðir eru skoðaðir og merkilegir Íslendingar heimsóttir. Dagskrárgerð: Gísli Einarsson. e.
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Sporið Tvist, diskó, rokk og breik. Reglulega grípur um sig dansæði sem fær alla heimsbyggðina til að stíga í takt við sömu tónlist. Ísland lætur ekki sitt eftir liggja og við tökum kröftugan þátt í nýjustu dansbylgjunum. Í þessum þætti kynnumst við stærstu dansæðunum á Íslandi, rifjum upp gamla takta og kynnumst goðsögnum á borð við Sæma Rokk, Freestyle-Elmu Lísu og Stefán Baxter breikara.
20.20 Dansást. Billy Elliot
20.25 Billy Elliot
22.15 Niðurlægingin Kvikmynd frá 2014 með Al Pacino í hlutverki eldri leikara sem má muna fífil sinn fegri. Hann á erfitt með að fá hlutverk og er hægt og rólega að missa tökin á raunveruleikanum. En þegar hann hefur ástarsamband við dóttur vinkonu sinnar fer tilvera hans endanlega á hliðina. Leikstjóri: Barry Levinson. Önnur hlutverk: Greta Gerwig, Dianne Wiest og Charles Grodin. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
00.00 Agatha rannsakar málið - Babb í brúðkaupi
00.45 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

06.30 Houston Open Útsending frá Houston Open á PGA mótaröðinni.
10.30 Italian Open Bein útsending frá Italian Open á Evrópumótaröðinni.
15.30 PGA TOUR Special Films
16.00 Volunteers of America Classic Útsending frá Volunteers of America Classic á LPGA mótaröðinni.
19.00 Houston Open Bein útsending frá Houston Open á PGA mótaröðinni.
23.00 Golfing World

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Speechless
13.30 The Voice US
15.00 Top Chef
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Futurama
17.55 Family Guy
18.20 Superior Donuts
18.45 Glee
19.30 The Voice US
20.15 The Hunt for Red October
22.25 The Cabin in the Woods
23.55 Out of Time
01.40 Broken City Myndin segir frá borgarstjóra New York-borgar, Nicholas Hostetler, sem biður fyrrverandi lögreglumanninn Billy Taggart um að fylgjast með eiginkonu sinni, Emily Barlow, sem hann grunar um framhjáhald. Billy fer á stúfana og kemst að því að Emily heldur fram hjá borgarstjóranum, og sviptir jafnframt hulunni af ennþá stærra hneyksli en hann óraði fyrir.
03.25 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta Stokkið til og frá
08.00 Morgunfréttir
08.05 Öreigaskáldsögur Öreigaskáldsögur
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Loftslagsþerapían
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Gestaboð
14.00 Verðandi. Stuttverk
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
17.00 Tónlist frá A til Ö
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar
20.45 Fólk og fræði Barnahjónabönd og kynjajafnrétti
21.15 Bók vikunnar Sorgarmarsinn
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Heimskviður
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

09.10 So B. It
10.45 Lost in Translation
12.25 The Little Rascals Save the Day
14.00 Road Less Travelled
15.30 So B. It
17.05 Lost in Translation
18.50 The Little Rascals Save the Day
20.30 Road Less Travelled
22.00 The Meg
23.55 The Shape of Water
02.00 American Pastoral
03.45 The Meg

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Kormákur
07.35 Latibær
08.00 Skoppa og Skrítla enn út um hvippinn og hvappinn
08.10 Mía og ég
08.35 Tappi mús
08.40 Stóri og Litli
08.50 Heiða
09.15 Blíða og Blær
09.40 Mæja býfluga
09.50 Zigby
10.05 Lína langsokkur
10.30 Ninja-skjaldbökurnar
10.55 Friends
11.20 Ellen's Game of Games
13.20 Bold and the Beautiful
13.45 Making Child Prodigies
14.15 The Truth About Your Teeth
15.15 Gulli byggir
15.45 Föstudagskvöld með Gumma Ben
16.30 Framkoma
17.00 Leitin að upprunanum
18.00 Sjáðu
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.05 Lottó
19.10 Top 20 Funniest
19.55 Önd önd gæs
21.30 The Game
23.35 2 Guns
01.25 White Boy Rick
03.15 The Boy Downstairs

STÖÐ 3

15.10 Friends
15.35 Friends
16.00 Friends
16.25 Friends
16.50 Friends
17.15 Silicon Valley
17.45 It's Always Sunny in Philadelphia
18.10 Um land allt
18.50 Sælkeraheimsreisa um Reykjavík
19.20 Besta svarið
20.00 Masterchef USA
20.45 Grand Designs
21.35 Here and Now
22.35 Gotham
23.20 Ballers
23.50 Arrested Developement
00.20 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

05.50 Formúla 1 2019. Japan -Tímataka Bein útsending.
07.30 Þór Ak. - Fjölnir
09.15 Dominos Körfuboltakvöld
11.00 Ísland - Frakkland
12.50 Georgía - Írland Bein útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.
15.00 Evrópudeildarmörkin
15.50 Danmörk - Sviss Bein útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.
18.05 Undankeppni EM - Mörkin
18.35 Noregur - Spánn Bein útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.
20.45 Undankeppni EM - Mörkin
21.10 UFC Fight Night. Nelson vs Burns
00.00 UFC Now

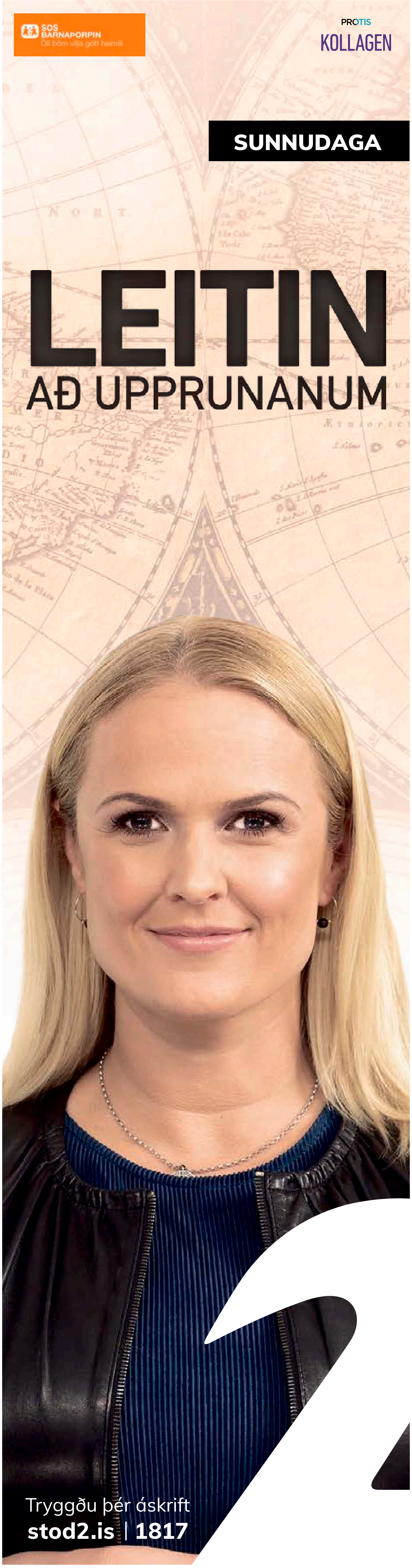
STÖÐ 2 SPORT 2

09.30 Króatía - Ungverjaland
11.10 Tyrkland - Albanía
12.50 Tékkland - England
14.30 Þór Ak. - Fjölnir
16.10 Dominos Körfuboltakvöld
17.50 Valur - Fram Bein útsending frá leik í Olís deild kvenna.
20.00 Valur - Haukar Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
22.00 Formúla 1 2019. Japan -Tímataka

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

Lífið
Stórskemmtilegt
drullumall
Fyrir börn frá 3 ára og uppúr!
Sýningin sem hefur farið sigurför
um heiminn snýr aftur í Tjarnarbíó!
- S.J. Fréttablaðið
- DV
„Það er allt fallegt við þessa sýningu.
Allar stjörnurnar í húsinu!“
- G.S.E. Djöflaeyjan
„Lífið er yndisleg sýning!“
- S.B.H. Morgunblaðið
SUN. | 13. OKT | KL. 13 00
SUN. | 20. OKT | KL. 13 00
SUN. | 27. OKT | KL. 13 00
SUN. | 03. NOV | KL. 13 00
Barnasýning ársins 2015!
Í uppsetningu leikhússins 10 fingur sem sló í gegn með leikritið Skrímslið litla systir mín
Leikarar: Sólveig Guðmundsdóttir & Sveinn Ólafur Gunnarsson
Listrænir stjórnendur: Charlotte Bøving & Helga Arnalds
Miðasala á tix.is og í Tjarnarbíó
10 FINGUR
LEIKHÚS
TJARNARBÍÓ



DAGSKRÁ

Sunnudagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 **KrakkaRÚV**
07.16 **Begga og Fress**
07.29 **Lalli**
07.36 **Tulipop** Önnur sería teiknimyndaþáttanna um íbúa töfraeyjunnar Tulipop, en þar búa meðal annars villidýrið Fred, ævintýragjarna sveppastelpan Gloomy og hugljúfi sveppastrákurinn Bubble. Við fylgjumst með daglegum árekstrum, vandamálum og ævintýrum þessara furðuvera, sem eru mjög mannlegar inn við beinið. Tulipop er sköpunarverk Signýjar Kolbeinsdóttur.
07.39 **Sara og Önd**
07.46 **Minnsti maður í heimi**
07.47 **Hæ Sámur**
07.54 **Söguhúsið**
08.01 **Letibjörn og læmingjarnir**
08.08 **Stuðboltarnir**
08.19 **Alvin og íkornarnir**
08.30 **Ronja ræningjadóttir**
08.55 **Disneystundin**
08.56 **Tímon & Púmba**
09.18 **Sígildar teiknimyndir**
09.25 **Sögur úr Andabæ - Dagur einkabarnsins**
09.45 **Krakkavikan**
10.05 **Vestfjarðavíkingurinn**
10.55 **Línan**
11.00 **Silfrið**
12.10 **HM í fimleikum** Bein útsending frá heimsmeistaramótinu í fimleikum í Þýskalandi. Allt fremsta fimleikafólk heims mætir til leiks og RÚV sýnir beint frá öllum keppnisdögunum.
15.00 **Lestarklefinn**
15.55 **Menningin - samantekt**
16.25 **Sporið**
17.00 **Svona fólk Úr felum - 1978-1983** Í öðrum þætti er fjallað um fyrstu ár Samtakanna '78, en þau voru engum auðveld. Forystunnar beið það snúna verkefni að berjast í senn gegn fordómum og fjandskap samfélagsins og að styrkja innviði eigin samfélags, því mikil togstreita var innan samfélags samkynhneigðra – hvert skyldi halda og eftir hvaða leiðum. Nú urðu lesbíur smám saman sýnilegar og konur og karlar náðu að sameinast í baráttunni. Baráttutækin voru mörg, blaðaútgáfa, fræðslu- og umræðufundir í skólum, vinsæl félagsmiðstöð varð að veruleika og tekist var á við varðmenn tungumálsins í fjölmiðlum.
17.50 **Táknmálsfréttir**
18.00 **KrakkaRÚV**
18.01 **Stundin okkar**
18.25 **Orlofshús arkitekta**
19.00 **Fréttir**
19.30 **Veður**
19.40 **Íþróttir á sunnudegi**
20.00 **Landinn**
20.30 **Svona fólk Plágan - 1983-1995**
21.25 **Pabbahelgar**
22.10 **Poldark**
23.10 **Nestisboxið**
00.50 **Dagskrárlok**

GOLFSTÖÐIN

07.00 **Shriners Hospitals for Children Open** Útsending frá Shriners Hospitals for Children Open á PGA mótaröðinni.
10.00 **Italian Open** Bein útsending frá Italian Open á Evrópumótaröðinni.
15.00 **Houston Open** Útsending frá Houston Open á PGA mótaröðinni.
19.00 **Houston Open** Bein útsending frá Houston Open á PGA mótaröðinni.
23.00 **Golfing World**

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 **Síminn + Spotify**
12.00 **Everybody Loves Raymond**
12.20 **The King of Queens**
12.40 **How I Met Your Mother**
13.05 **The Voice US**
13.50 **Superstore**
14.15 **Gordon Ramsay's 24 Hours to Hell and Back**
15.00 **Top Chef**
16.00 **Malcolm in the Middle**
16.20 **Everybody Loves Raymond**
16.45 **The King of Queens**
17.05 **How I Met Your Mother**
17.30 **Happy Together**
18.20 **Ást**
18.55 **Top Gear**
19.45 **Top Gear. Extra Gear**
20.10 **Four Weddings and a Funeral**
21.00 **Billions**
22.00 **The Handmaid's Tale**
22.55 **Black Monday**
23.25 **SMILF**
23.55 **Heathers**
00.40 **The Walking Dead**
01.30 **Seal Team**
02.15 **MacGyver**
03.00 **Det som göms i snö** Sænsk sakamálasería af bestu gerð. Rannsóknarlögreglumaðurinn Peter Wendel og félagar hans rannsaka gömul og óleyst sakamál. .
03.45 **Síminn + Spotify**

RÚV RÁS EITT

06.55 **Morgunbæn og orð dagsins**
07.00 **Fréttir**
07.03 **Tríó Þrjár söngkonur og þrjár álfur**
08.00 **Morgunfréttir**
08.05 **Á tónsviðinu**
09.00 **Fréttir**
09.03 **Samtal Eyja Margrét Brynjarsdóttir, heimspekingur**
10.00 **Fréttir**
10.05 **Veðurfregnir**
10.15 **Bók vikunnar Sálumessa**
11.00 **Guðsþjónusta í Áskirkju**
12.00 **Hádegisútvarp**
12.20 **Hádegisfréttir**
12.40 **Veðurfregnir**
13.00 **Sögur af landi**
14.00 **Viðsjá**
15.00 **Skyndibitinn**
16.00 **Síðdegisfréttir**
16.05 **Úr tónlistarlífinu. Reykholtshátíð 2019**
17.25 **Orð af orði**
18.00 **Kvöldfréttir**
18.10 **Loftslagsþerapían**
18.50 **Veðurfregnir**
18.53 **Dánarfregnir**
19.00 **Óskastundin**
19.40 **Orð um bækur**
20.35 **Gestaboð**
21.30 **Fólk og fræði Stjórnsýslan, vald eða þjónn?**
22.00 **Fréttir**
22.05 **Veðurfregnir**
22.10 **Á reki með KK**
23.10 **Frjálsar hendur**
00.00 **Fréttir**
00.05 **Næturútvarp Rásar 1**

STÖÐ 2 BÍÓ

08.10 **Victoria and Adbul**
10.00 **Intolerable Cruelty**
11.40 **The Greatest Showman**
13.25 **Isle of Dogs**
15.05 **Victoria and Adbul**
16.55 **Intolerable Cruelty**
18.35 **The Greatest Showman**
20.20 **Isle of Dogs**
22.00 **Batman Begins**
00.20 **Keanu**
02.00 **The Hero**
03.35 **Batman Begins**

STÖÐ 2

07.00 **Strumparnir**
07.25 **Blíða og Blær**
07.50 **Mæja býfluga**
08.05 **Latibær**
08.25 **Dagur Diðrik**
08.50 **Skoppa og Skrítla á póstkorti um Ísland**
09.10 **Dóra og vinir**
09.35 **Stóri og Litli**
09.45 **Lukku láki**
10.10 **Ævintýri Tinna**
10.30 **Ninja-skjaldbökurnar**
10.55 **Það er leikur að elda**
11.20 **Ellen's Game of Games**
12.00 **Nágrannar**
13.20 **Nágrannar**
13.45 **Foster**
15.35 **Masterchef USA**
16.15 **Ísskápastríð**
16.55 **60 Minutes**
17.40 **Víglínan**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.55 **Sportpakkinn**
19.10 **Framkoma**
19.40 **Leitin að upprunanum**
20.35 **Psychopath with Piers Morgan**
21.30 **Deep Water**
22.20 **Beforeigners**
23.10 **A Black Lady Sketch Show**
23.45 **Temple**
00.30 **The Righteous Gemstones**
01.00 **StartUp**
01.45 **American Woman**
02.05 **American Woman**
02.30 **What's My Name. Muhammad Ali**
03.55 **What's My Name. Muhammad Ali**

STÖÐ 3

15.35 **Seinfeld**
17.15 **Seinfeld**
17.40 **Lóa Pind. Snapparar**
18.15 **Maður er manns gaman**
18.45 **The Mindy Project**
19.10 **The Secret Life of a 4 Year Olds**
20.00 **Who Do You Think You Are?**
21.00 **Major Crimes**
21.45 **Homeland**
22.45 **The Mentalist**
23.30 **Room 104**
00.00 **Empire**
00.50 **Tónlist**

STÖÐ 2 SPORT

04.50 **Formúla 1. Japan - Keppni** Bein útsending.
07.35 **Georgía - Írland**
09.20 **Danmörk - Sviss**
11.05 **Noregur - Spánn**
12.50 **Kasakstan - Belgía** Bein útsending frá leik í Undankeppni EM.
15.00 **Undankeppni EM - Mörkin**
15.25 **Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur**
15.50 **Hvíta-Rússland - Holland** Bein útsending frá leik í Undankeppni EM.
18.35 **Wales - Króatía** Bein útsending frá leik í Undankeppni EM.
20.45 **Undankeppni EM - Mörkin**
21.10 **Ísland - Frakkland** Útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.
22.50 **Njarðvík - Tindastóll** Útsending frá leik í Domino's-deild karla.

STÖÐ 2 SPORT 2

08.00 **Valur - Haukar** Útsending frá leik í Olís deild karla.
09.30 **Valur - Fram** Útsending frá leik í Olís deild kvenna.
11.00 **Formúla 1. Japan - Keppni**
13.25 **Tampa Bay Buccaneers - Carolina Panthers** Bein útsending frá leik sem fer fram í London.
16.55 **Kansas City Chiefs - Houston Texans** Bein útsending frá leik í NFL.
20.20 **LA Rams - San Francisco 49ers** Bein útsending frá leik í NFL.

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó	**FM 90,9** Gullbylgjan	**FM 96,3** FM Suðurland	**FM 98,9** Bylgjan	**FM 102,9** Lindin
FM 89,5 Retro	**FM 93,5** Rás 1	**FM 96,7** Létt Bylgjan	**FM 99,4** Útvarp Saga	
FM 90,1 Rás 2	**FM 95,7** FM957	**FM 97,7** X-ið	**FM 100,5** K100	

Frábær tilboð í október!

40%

59 kr/stk
áður 99 kr

Hraun / Góa
30 gr

35%

259 kr/pk
áður 399 kr

Dýr / Freyja
110 gr - 4 tegundir

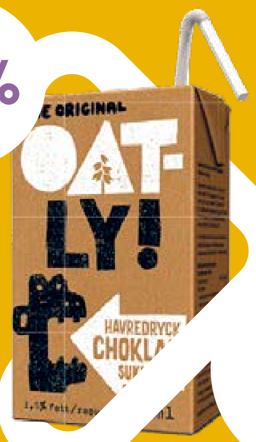
29%

599 kr/pk
áður 849 kr

Grandiosa pizzur
3 tegundir

2 fyrir 1

105 koffínvatn
33 cl - greipaldin eða grænt te & sítróna



36%

89 kr/stk
áður 139 kr

Oatly haframjólk
250 ml - súkkulaði

35%

299 kr/pk
áður 459 kr

H-Berg möndlur
150 gr - pipar eða sjávarsalt & karamella

28%

399 kr/pk
áður 559 kr

Kims flögur
250 gr - paprika eða salt & pipar

41%

159 kr/stk
áður 269 kr

Sport lunch
50 gr

2 fyrir 1

Hámark próteindrykkur
250 ml - kókos & súkkulaði

Krambúðin

Finndu Krambúðina á Facebook.com/krambudin

Krambúðirnar eru 15 talsins. Akranes, Borgarbraut, Borgartún, Byggðarvegur, Fjörður, Grímsbær, Hjarðarhagi, Hófgerði, Hringbraut, Húsavík, Laugalækur, Langahlíð, Skólavörðustígur, Selfoss, Tjarnabraut.
Tilboðin gilda meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

DJ Sunna Ben hélt uppi stuðinu.

Jóhanna Sigmundsdóttir og Álfrún Pálsdóttir létu sig ekki vanta.

Björg Kjartansdóttir, Guðný Nielsen og Sólrún María Ólafsdóttir.

Brynhildur Bolladóttir, upplýsingafulltrúi Rauða krossins, með Yrsu Hrafnsdóttur og Borghildi Ingvarsdóttur.

Majlinda og Sathiya. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Endurnýtt líf kemur út í fyrsta sinn

Tískutímarit Rauða krossins, Endurnýtt líf, kom út í fyrsta sinn á fimmtudag og var því fagnað með útgáfupartíi í verslun Rauða krossins við Hlemm.

Brynhildur Bolladóttir, upplýsingafulltrúi Rauða krossins, segir aðstandendur lengi hafa langað að koma Rauðakrossbúðunum á þann tískustall þar sem þær eigi heima.

„Við höfðum samband við Eddu Gunnlaugsdóttur, fyrrverandi tískuritstjóra Glamour, sem var til í að ritstýra blaðinu og Rán Eysteinsdóttir, hönnuður á Hvíta húsinu, setti það upp. Það verður að fagna almennilega þegar svona vel tekst til svo við slógum upp partíi í búðinni okkar við Hlemm þar sem meðal annars fötin í blaðinu voru til sölu auk sérmerkts varnings í tilefni dagsins,“ segir Brynhildur alsæl með afraksturinn og segir klárlega verða framhald þar á.

Nánast slegist um varninginn

Brynhildur segir viðtökurnar hafa verið mjög góðar og gestir hafi nánast slegist um varninginn sem var til sölu, bæði fatnaðinn sem var í blaðinu en einnig sérmerktu Endurnýtt líf bolina og pokana. „Við erum með Instagram-reikning (@raudakrossbudirnar) þar sem við sýnum gjarnan föt sem eru til sölu í búðunum okkar og fólk fylgist vel með og mætir á slaginu þegar búðirnar opna til að næla sér í fötin. Það eru alltaf nýjar sendingar og flott föt að koma svo það er um að gera að fylgjast vel með.“

Umhverfisvænar flíkur

Aðspurð segist Brynhildur finna fyrir aukinni meðvitund meðal ungs fólks um umhverfismál. „Það vill stuðla að betri heimi með því að endurnýta, fyrir utan að hjá okkur er aðeins til eitt eintak af hverri flík. Það gerist ekki betra og umhverfisvænna en að versla við Rauðakrossbúðirnar. Fötin eru endurnýtt og fara þannig ekki í urðun.

Sérstaða Rauðakrossbúðanna er að allur ágóði af sölunni rennur til hjálpar- og mannúðarstarfs Rauða krossins sem veitir lífsbjargandi aðstoð út um allan heim. Þannig er verið að slá tvær flugur í einu höggi, fyrir umhverfið og fyrir fólk sem á þarf að halda. Eingöngu sjálfboðaliðar vinna í Rauðakrossbúðunum og við hvetjum alla sem hafa áhuga á tísku og umhverfismálum og vilja láta gott af sér leiða að gerast sjálfboðaliðar í búðunum okkar. Það er hægt að gerast sjálfboðaliði á raudikrossinn.is.

Tímaritið Endurnýtt líf má lesa á raudkrossinn.is.

bjork@frettabladid.is

> VIÐ ERUM MEÐ INSTAGRAM-REIKNING (@RAUDAKROSSBUDIRNAR) ÞAR SEM VIÐ SÝNUM GJARNAN FÖT SEM ERU TIL SÖLU Í BÚÐUNUM OKKAR OG FÓLK FYLGIST VEL MEÐ.

Besti barþjónn Íslands rær á ný mið

Jónmundur Þorsteinsson keppti fyrir Íslands hönd í stærstu kokteilakeppni í heimi. Hann opnar fljótlega kokteilastaðinn Jungle í Austurstræti.

Jónmundur og Jónas á Jungle, nýjum kokteilstað sem verður opnaður fljótlega í Austurstræti. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Ég er búinn að vera barþjónn núna í fimm ár. Það var í raun fyrir einskæra tilviljun. Ég stundaði mikið staðinn Bar 11 þegar ég fór á djammið á þeim tíma. Hann var kannski ekki beint þekktur fyrir kokteila. En ég var mikið þar. Svo einn daginn spurði einn barþjóninn hvort ég vildi ekki prufa að vinna þarna, því þá vantaði einhvern á barinn,“ segir Jónmundur Þorsteinsson, sigurvegari World Class kokteilakeppninnar á Íslandi.

Jónmundur ákvað að slá til þótt hann vissi lítið um starf barþjónsins.

„Maður lærði að skenkja bjór og þannig, en þegar ég var kominn með það allt á hreint byrjaði ég að kaupa mér nokkrar bækur og lesa mér meira til. Það var svo sem ekki mikil aðstaða þarna fyrir kokteilagerð þannig að ég fór að hugsa mér til flugs.“ Jónmundur sótti um og fékk starf á veitingastaðnum Kopar í bláu húsunum við gömlu höfnina.

„Þar lærði ég allan grunninn í kokteilgerð af frábærri stelpu sem heitir Natasha. Þar byrjaði þetta fyrst fyrir alvöru, ég fór að bæta mig og prufa mig áfram. Markmiðið var svo alltaf að verða nógu góður til að fara að vinna á Apótekinu. Það var draumurinn og ég fékk starf þar.“

Krækiberja Mule

45 ml Ketel One vodka
15 ml krækiberjalíkjör frá 64° Reykjavik Distillery
15 ml ferskur lime-safi

Öllum hráefnum blandað saman í koparkönnu og fyllt af klaka. Svo toppað með engiferbjór frá Thomas Henry. Ferskt og haustlegt tvist á einn vinsælasta kokteil landsins um þessar mundir. Skreytið með ferskri limesneið og sítrónublóðbergi ef vill.

Hefur unnið tólf keppnir

„Mig langaði að sjá hvar ég stæði miðað við aðra barþjóna. Þannig að ég byrjaði að keppa og var orðinn flinkur í því. Ég hef unnið alls tólf keppnir hérna heima.“

Það er oft sagt að kokka langi ekki til að borða sinn eigin mat, en hvað pantar Jónmundur á barnum? Er hann sjálfur mikill kokteilamaður?

„Ég er mjög líklegur til að panta mér gin og tónik eða Negroni. En ég kíki ekki oft á barinn, ég er venjulega á bak við hann.“

Hann segir það þó ekki algilt um barþjóna bæjarins.

„Það eru reyndar margir barþjónar sem eru þannig að ef þeir eru ekki að vinna þá eru þeir að djamma. Ég er lítið í því að sóa tímanum mínum í að vera þunnur, ég nenni ekki að standa í því. Ég er ekki lengur 21 árs, ég er alveg tvo daga að jafna mig ef ég fer eitthvað út,“ segir Jónmundur.

Jónmundur rekur fyrirtækið Citrus ásamt Jónasi Heiðari Guðnasyni.

„Við reynum að vera góðar fyrirmyndir fyrir strákana sem eru að vinna hjá okkur. Það er stranglega bannað að drekka á vaktinni, en það er ekki þannig alls staðar. En hver staður hefur bara sínar reglur. En við erum harðir á því til að geta veitt eins góða þjónustu og hægt er.“

Citrus er nokkurs konar veisluþjónusta, nema bara með kokteila.

„Við mætum á svæðið og gerum kokteilana, það eina sem fólk þarf að gera er að kaupa áfengið. Stærsti viðburður sem við höfum séð um var tæplega 900 manns. En við getum líka séð um minni hópa. Við erum með nokkra ferðabari. Við hönnum svo kokteilaseðil í samstarfi við þann sem er að halda viðburðinn. Svo hendum við í góða kokteila.“

Aldagamlar uppskriftir

Hann segist gera margt til að bæta sig og fræðast í faginu.

„Ég hef lesið fjöldann allan af bókum um kokteilagerð. Þá er ég meira að lesa mér til um brögð og hvernig þau vinna saman, frekar en uppskriftir. Við leggjum mjög mikla áherslu á að læra klassíska kokteila, það er alveg ástæða fyrir því að fólk er enn þá að panta kokteila eftir aldagömlum uppskriftum. Svo byggjum við uppskriftirnar oft á þeim grunni,“ segir Jónmundur.

Þeir séu því aldrei að gera bara eitthvað út í loftið heldur byggi þeir drykkina oftast á þessum grunni sem þeir vita að virki. Jónmundur segir að það sé enginn einn kokteill sem honum finnist skemmtilegast að blanda.

„Nei, í raun ekki. Mér finnst langskemmtilegast að gera marga kokteila í einu. Það er ákveðin kúnst að vera kannski á þrettán tíma vakt og vera að negla út eins mörgum drykkjum og þú getur en að gera það vel og af nákvæmni. Mér finnst ógeðslega skemmtilegt í hraðanum og keyrslunni. Svo hugsar maður eftir vaktina að þetta sé ástæðan fyrir því að maður er í þessu.“

Keppti við bestu barþjóna heims

Jónmundur sigraði í World Class barþjónakeppninni hér á Íslandi og fór svo út að keppa á alheimsmótinu.

„Ég held að flestir barþjónar á Íslandi vilji vinna þá keppni. Keppnin var haldin í fjórða skipti á Íslandi í ár. Keppnin úti er sú stærsta í heimi. Ég mun dæma í keppninni á Íslandi á næsta ári en má svo taka þátt aftur eftir það. Maður má þó bara vinna tvisvar.“

Hann segir að vel hafi gengið í keppninni úti. Alls tóku 55 barþjónar þátt, hvaðanæva úr heiminum.

„Það var skrýtið að koma út og sjá hvað þetta er alveg risastórt dæmi, ég get ekki ímyndað mér hvað eru settir miklir peningar í að halda þetta. Keppnin byrjaði í Schidam í Hollandi, færðist svo til eyjunnar Skye og endaði í Glasgow. Þetta voru fimm mismunandi áskoranir.“

Keppendur ferðuðust á milli staða á einkaflugvél. Allir keppendurnir fengu að taka þátt í fyrstu fjórum áskorununum en bara átta efstu í lokaáskoruninni.

„Því miður komst ég ekki í lokaúrtakið í þetta skipti en stefni á það næst.“

Aðspurður segir Jónmundur að það séu sannarlega til stjörnur í barþjónabransanum.

„Það var voru alveg nokkrir barþjónar sem ég vissi fyrir hverjir voru og voru að keppa. Fólk sem vinnur keppnina er svo mjög þekkt í veitingageiranum.“

Vildi stofna eigin kokteilabar

Jónmundur segir að það hafi ekki hrúgast inn atvinnutilboð frá öðrum börum eftir að hann vann hérna heima, en það sé líklegast vegna þess að vitað var að hann var ánægður á Apótekinu.

„Ég hef fengið nokkur tilboð á þeim tíma sem ég hef unnið á Apótekinu. Það var í rauninni ekkert sem gæti fengið mig til að vilja færa mig. Ég var svo ótrúlega ánægður, þangað til að upp kom sú hugmynd að stofna eigið fyrirtæki.“

Basil Margarita

45 ml Don Julio Blanco tequila
20 ml ferskur lime-safi
25 ml Cointreau
Þrjár gúrkusneiðar
Fjögur basillauf

Gúrkan og basilíkan eru settar í kokteilhristara og kramdar í botninum (muddlaðar). Svo er restinni af hráefnunum bætt út í kokteilhristarann. Fyllið svo upp með klaka, hristið og sigtið í viskíglas. Skreytið með basillaufum og gúrku.

Hann segir Apótekið hafa verið flottasta staðinn í þessum málum. Það gæti þó eitthvað verið að breytast þar sem Jónmundur er að fara að opna staðinn Jungle með Jónasi Heiðari. Staðurinn verður til húsa í Austurstræti þar sem Loftið var áður.

„Rýmið heillaði okkur ótrúlega mikið. Þetta er ekki of stórt þannig að við ráðum alveg við þetta. Það er samt enginn fjárfestir á bak við þetta. Við erum bara fimm barþjónar sem lögðum þær fáu krónur sem við eigum í þetta. Okkur langaði að gera þetta sjálfir og höfum allir mikla ástríðu fyrir kokteilagerð.“

Hann segir að þeim hafi fundist vanta upp á persónulegri þjónustu á kokteilbörum.

„Þegar þú kemur inn er þér vísað til borðs og síðan kemur einn af okkur fimm og tekur pöntun. Þannig að þú færð til þín þjón sem veit allt um kokteilana. Það er algengt á börum í bænum að staðir ná ekki að halda í starfsfólkið sitt þannig að það er mikið um fólk sem hefur ekki mikla reynslu eða þekkingu.“

Loftið var þekkt lengi fyrir að bjóða ekki upp á bjór á dælu. Verður eitthvert kokteilasnobb á Jungle?

„Nei, alls ekki. Við erum búnir að setja upp dælur. Við viljum bara að fólk geti pantað það sem það vill panta. Svo erum við með gott úrval af óáfengum kokteilum líka. Fólk getur haft alls konar ástæður fyrir að vilja ekki áfengi og við ætlum að sjá til þess að staðurinn verði líka fyrir það. Við viljum að staðurinn sé fyrir alla, hvort sem fólk langar í kokteila, bjór, vín eða óáfengt.“

steingerdur@frettabladid.is

EKKI

Með því að mæta ekki þörfum fatlaðs fólks er verið að úthýsa því úr samfélaginu.

Bjóðum betur.

ÖBÍ

Lífið í vikunni

06.10.19-
12.10.19

BARNAPLATA BYGGÐ Á VIÐBJÓÐI

Tónlistarmaðurinn Snorri Helgason hefur smalað saman einvalaliði tónlistarfólks til að gefa út barnaplötuna Bland í poka. Kringlubarnið, fyrsta lagið af plötunni, kom á allar helstu streymisveitur fyrr í vikunni. Grínarinn og myndasögumaðurinn Hugleikur Dagsson syngur eitt lag, sem þeir Snorri sömdu saman, á plötunni.

DANI TÍMAFLAKKAR TIL ÍSLANDS

Tímaflakkarinn og myndasöguhetjan Mortensen hefur borið hróður danska höfundarins Lars Jakobsen víða um lönd. Draumur hans um íslenska þýðingu á Mortensen var loks að rætast í krafti vináttu hans og Árna Beck Gunnarssonar sem snaraði bókinni Dularfulla handritið á ástkæra ylhýra.

JÓKERINN HLEYPIR ÖLLU Í BÁL OG BRAND

Kvikmyndin Joker hefur ært óstöðuga úti um allan heim og fólk skiptist nokkurn veginn í tvennt; þá sem sjá í myndinni stórbrotið tímamótaverk og hina sem sundlar beinlínis af leiðindum. Gagnrýnandi Fréttablaðsins fetaði hinn gullna meðalveg og slengdi 3 og ½ stjörnu á „eftirminnilega mynd sem geldur fyrir tilraunir til þess að þóknast sem flestum“.

UPPGJÖR OG NÝTT UPPHAF

Tónlistarkonan Lára Rúnarsdóttir varð 37 ára í síðustu viku og gaf plötuna Rótina út á afmælisdaginn. Hún segir að á plötunni hljómi afrakstur sjálfsskoðunar og platan marki á sama tíma uppgjör og nýtt upphaf.

10 ÁRA
DORMA
Láttu drauminn rætast

Við eigum afmæli og nú er veisla

DORMA LUX
heit dúnsæng
Dásamleg, heit dúnsæng frá Quilts of Denmark.
Stærð: 140×200 cm. 800 g. 90% hreinn andadúnn.
10% smáfiður. Má þvo á 60°c en það er hitastig sem rykmaurar þola ekki – því er gott að nota sæng sem þolir þennan þvottahita ef um rykofnæmi er að ræða.
QUILTS OF DENMARK®
10 ÁRA Afmælis 30% AFSLÁTTUR
Fullt verð: 27.900 kr.
Aðeins 19.530 kr.

MISTRAL HOME
Rúmfötin frá Mistral home eru úr bómullarsatíni og með rennilás. Rúmfötin eru ofin úr 300 gsm bómullarþræði sem tryggir frábæra endingu, viðkomu og mýkt.

Afgreiðslutími Rvk
Mán. til fös. kl. 11–18.30
Laugardaga kl. 11–17
Sunnudaga kl. 13–17 (Smáratorgi)
www.dorma.is

Holtagörðum, Reykjavík
Smáratorgi, Kópavogi
Dalsbraut 1, Akureyri
Skeiði 1, Ísafirði

DORMA
Láttu drauminn rætast

Sexí saxi með bíótónum Andreu

Andrea Gylfadóttir hefur vetursetu á Akureyri og mun láta hressilega að sér kveða um næstu helgi þegar hún mun teygja Bíóbandið út í nýjar víddir með risa sinfóníukvikmyndatónleikum í Hofi.

Andrea Gylfa segist vona að hún geti lífgað eitthvað upp á bæjarbraginn á Akureyri þótt menningar- og tónlistarlífið standi þar í miklum blóma en öllum efa verður væntanlega eytt í Hofi eftir viku. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Andrea Gylfadóttir hefur af og til á síðustu árum sungið við miklar vinsældir lög úr sígildum kvikmyndum við undirleik Bíóbandsins. Hún hefur nú vetursetu á Akureyri annað árið í röð þar sem hún kennir við Tónlistarskóla Akureyrar.

Fyrir norðan er hún umkringd úrvalstónlistarfólki, heilli sinfóníuhljómsveit og úrvalshljóðfæraleikurum úr röðum gamalla og nýrra vina og kunningja. Hún ætlar því að sæta færis um næstu helgi og sprengja Bíóbandspælinguna út í nýja og stærri vídd.

„Ég var í Bíóbandinu og það er vonandi enn til en við spiluðum tónlist úr kvikmyndum og lög sem eru samin sérstaklega fyrir bíó og þemað er það sama hérna núna,“ segir Andrea sem ætlar að syngja rómuð lög eins og James Bond-lagið Goldfinger og Calling You úr Bagdad Cafe. „Og lög eftir svona mógúla úr kvikmyndatónlistarbransanum eins og Quincy Jones, Ennio Morricone og Henry Mancini,“ sagði Andrea þegar Fréttablaðið náði í skottið á henni á milli kennslustunda.

Stórt skref á glæsilegum ferli

Þorvaldur Bjarni Þorvaldsson, félagi Andreu úr Todmobile, hefur einnig haslað sér völl fyrir norðan þar sem hann er tónlistarstjóri Menningarfélags Akureyrar. „Andrea er að stíga það merka skref á sínum glæsilega ferli að syngja heila tónleika með Sinfóníuhljómsveit Norðurlands,“ segir Þorvaldur býsna ánægður með vinkonu sína og sinfóníuhljómsveitina.

Það er ekki nóg með að Andrea hafi sér til fulltingis í það minnsta 25 manna hljómsveit og bakraddir heldur er hún umkringd gömlum vinum og nýjum sem allir skara fram úr hver á sínu hljóðfæri.

> SAXINN ER SEXÍ, JÚ JÚ. ÞAÐ ÞARF EIGINLEGA AÐ BARA AÐ SEMJA LAG UM ÞETTA: „SAXINN ER SEXÍ, SAXINN ER SEXÍ ...“

Þannig mun „saxófónsnillingurinn“ Pillip Doyle keyra tónaflóðið áfram með henni en Andrea segir þennan bandaríska samkennara sinn í Tónlistarskólanum vera mikinn happafeng.

„Hann var hérna í fyrra líka og ég kynntist honum þá þótt hann hefði ekki verið að kenna og við höfum verið að spila svolítið saman frá því að hann kom. Hann er alger happafengur.“

Þokkafullir tónar

Saxófónninn er vitaskuld magnað hljóðfæri sem lyftir allri tónlist í æðra veldi þegar vel er í hann blásið og aðspurð segir Andrea að óneitanlega sé saxinn kynþokkafullur. „Saxinn er sexí, jújú. Það þarf eiginlega að bara að semja lag um þetta: „Saxinn er sexí, saxinn er sexí…“ syngur hún seiðandi í símann eins og henni einni er lagið.

Andrea þarf hvorki að sækja úrvalslið sitt yfir læk eða heiði þar sem trommarinn Einar Scheving er með annan fótinn á Akureyri, bassahetjan Pálmi Gunnarsson er heimamaður sem og Kjartan Valdemarsson sem hefur útsett lögin og verður hljómsveitarstjóri á þessum sérstöku sinfóníutónleikum.

Andrea segist hafa tekið sum lögin á efnisskránni áður með Bíóbandinu en eitthvað sé um frumraunir og útsetningarnar eru nýjar. „Það er svo eitthvað instrúmental inn á milli þannig að aðrir en ég fái að njóta sín, þótt ég sjái nú um bróðurpartinn af þessu,“ segir Reykjavíkurdóttirin sem unir hag sínum vel fyrir norðan og segir óljóst hvað framtíðin beri í skauti sér og hvort hún fari víðar með þessa dagskrá. „En ég kem svo í sollinn með vorinu.“

Tónleikarnir verða í Hofi á Akureyri laugardagskvöldið 19. október og hefjast klukkan 20.

toti@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson, *hlynur@frettabladid.is* , Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Svava O'Brien *svava@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is.* **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

Skál fyrir samstöðu

ÍSLENSKA/SIA.IS/NAT 89712 10/18

BYKO

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.
Tilboð gilda til 23. október eða á meðan birgðir endast.

Krono Original High Quality

25% afsláttur af öllu parketi

25% afsláttur af öllum flísum

Umhverfisvottuð málning

Tilboðsverð

Interiør 10

Lyktarlítil vatnsþynnanleg akrýlinnimálning. Þekur vel og gefur slitsterkt yfirborð sem auðvelt er að þrífa. Notast á flest alla fleti innandyra t.d. spónaplötur, gips, múr og steinsteypu

9L.

8.396

80602709

Almennt verð: 10.495

Frábært verð! Gerðu verðsamanburð!

Verð á lítra **933**

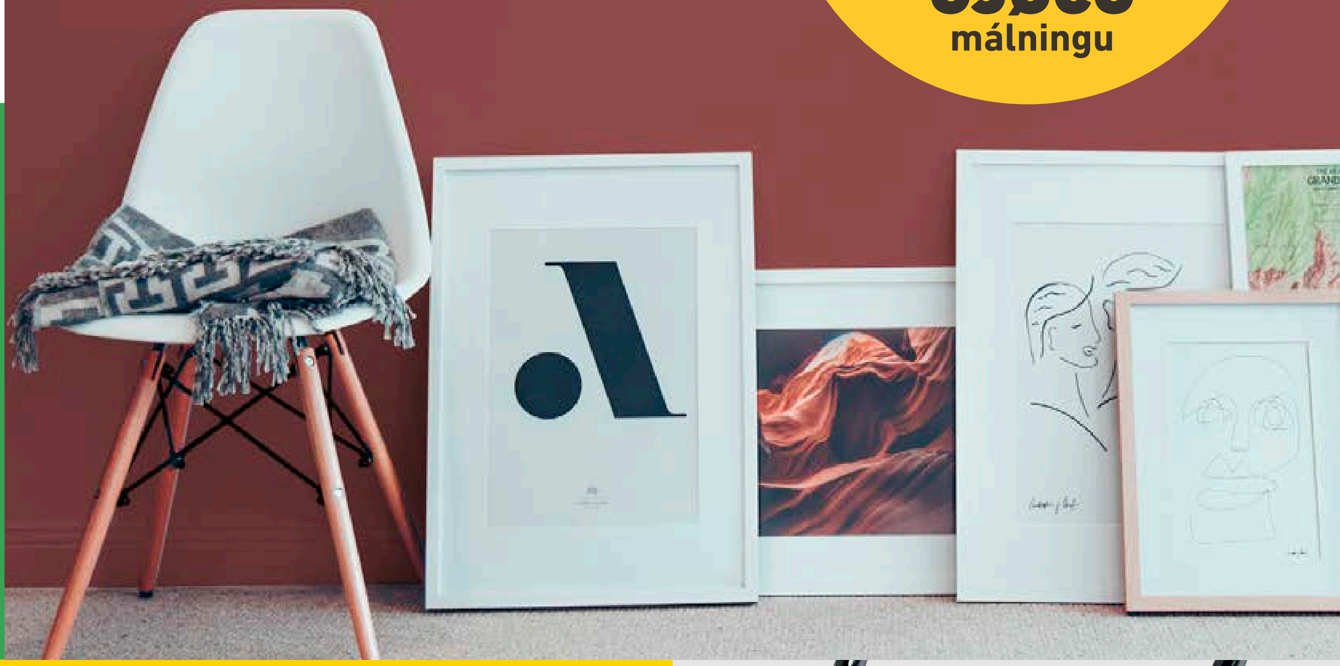
HÚS OG HÍBÝLI — GJØCO

Litur mánaðarins

Móa

Umhverfisvottuð málning

20% afsláttur af allri **GJØCO** málningu



30%

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél

PSB 18 LI-2 x 2,5Ah.

27.296

74864134

Almennt verð: 38.995

Nýtt blað á byko.is

Skoðaðu tilboðin á netinu

30% afsláttur af öllum rúðuþurrkum

Tilboðsverð

Hillur
180x100x30cm, 5 hillur
5.036
38910114
Almennt verð: 6.295

Tilboðsverð

Hillur
180x101x60cm, 5 hillur
6.716
38910120
Almennt verð: 8.395

20% afsláttur
af öllum járnhillum

50%

Tilboðsverð

Snickers smíðavesti
Grátt, XS-2xL
8.497
93457420-30
Almennt verð: 16.995

25% afsláttur
af öllum heimilis áltröppum

BOSCH

20% afsláttur
af öllum grænum BOSCH háþrýstidælum

Tilboðsverð

Háþrýstidæla
Aquatak 130 bör
25.196
74810238
Almennt verð: 31.495

Tilboðsverð

Háþrýstidæla
Aquatak 150 bör
62.996
74810250
Almennt verð: 78.745

20% afsláttur
af öllum GROHE handlaugartækjum

GROHE

Viðskiptavinir athugið

Lokað á Akureyri á laugardag vegna vöru-talningar

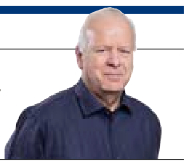
BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ
Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð 550 5000
Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild 550 5050 auglysingar@frettabladid.is Prentun Torg. ehf

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.
FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.
Póstdreifing Dreifing dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

BAKÞANKAR

Óttars Guðmundssonar



Móðgaða þjóðin

Það er ekki auðvelt að vera uppistandari, greinahöfundur eða skopmyndateiknari þessa dagana. Menn eru sífellt að móðga einhvern sem fer beina leið á netmiðlana og ásakar viðkomandi fyrir rasisma, kvenfyrirlitningu, hommahatur eða afneitun á umhverfisvandanum. Netið hefnir sín síðan grimmilega á hverjum þeim sem ekki fylgir óskráðum leikreglum þess.

Ísland á 17du og 18du öld var samfélag óttans. Drauga-, djöfla- og galdratrú var allsráðandi. Kirkjan hélt fólki í heljargreipum enda boðuðu klerkar ofurvald djöfulsins með tilheyrandi gífuryrðum. Öll afbrot voru dauðasyndir og djöfullinn sífellt á sálnaveiðum. Allt sem túlkast gat sem guðlast leiddi til félagslegrar útskúfunar.

Í nútímasamfélagi er pólitískt rétt að vera stöðugt móðgaður fyrir hönd ofsóttra minni- og meirihlutahópa. Margir hoppa á vagninn og slást í för með hinum móðguðu á sama hátt og allur almenningur fyrri alda tók þátt í kirkjulegri skoðanakúgun. Þessi tíðarandi réttlátrar reiði gerir grófar svívirðingar og hótanir fullkomlega eðlilegar. Vídalínspostilla er safn gífurmæla til að halda fólki í viðjum óttans. Kommentakerfið er drullupollur skítkasts og illmælgi. Þetta þrengir tjáningarfrelsið enda er einungis ein skoðun leyfileg. Fullkomið húmorleysi er einkenni hinnar pólitískt rétthugsandi þjóðar.

Hjónabandsráðgjafar tala oft um jarðsprengjusvæði í samskiptum hjóna sem ræður því hvað má segja (mjög lítið) og hvað má ekki segja (mjög mikið). Á sumum heimilum má einungis tala um veðrið. Íslenska þjóðin siglir inn í veruleika þar sem skoðanalögregla internetsins er búin að svipta stóran hluta hennar lífsgleði og kímnigáfu. Í staðinn er komin hneykslaða og móðgaða þjóðin sem verður leiðinlegri með hverjum deginum sem líður.