FRÉTTABLAÐIÐ
268. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 16. NÓVEMBER 2019

Vaðlaheiðarvegavinnuverkfærageymsluskúr

Framtíð íslenskunnar

„Við þurfum skýra stefnu, hvort innflytjendur eigi að tala íslensku eða ekki,“ segir **Aneta Matuszewska** sem segir niðurskurð til íslenskukennslu innflytjenda stuðla að dauða íslenskrar tungu. Stjórnvöld hafi skorið niður fjármagn til íslenskukennslu um helming á áratug. → 22

Það er auðvelt að spara á skattgreiðendum sem geta hvorki kosið né tjáð sig.

Vakning í Namibíu

Namibíumenn á Íslandi tjá sig um fréttir af viðskiptaháttum Samherja. → 34

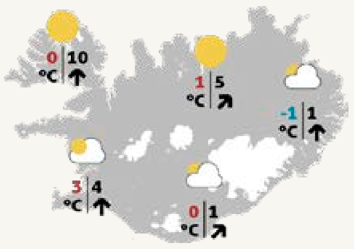
Snyrtivörur úr lýsi

Ásta Kristjánsdóttir þjáðist frá unga aldri af exemi og ofnæmi og hefur þróað snyrtivörur og bætiefni úr lýsi. → 28

Alvarlegar afleiðingar umferðarslysa

Ása Ottesen um tvö alvarleg umferðarslys í fjölskyldu sinni og afleiðingar þeirra. → 26

Veður



Suðvestan 5-10 sunnan og vestan til, og stöku skúrir eða él. Sunnan 8-15 með rigningu fyrir austan, en úrkomuminna norðaustan til. Hiti 0 til 6 stig. SJÁ SÍÐU 46

Verði ljós

Unnið var að því í morgunmyrkrinu í gær að koma fyrir ljósastaurum við nýlagðan hjólastíg á Eiðsgranda í Reykjavík til að lýsa leið hjólreiðamanna þar. Nývirkið liggur við hlið stígs sem fram til þessa hefur verið nýttur af bæði hjólandi og gangandi vegfarendum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Varðskipið Týr var smíðað 1975. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Heimila að Ægir og Týr verði seldir

FJÁRLÖG Meðal breytingartillagna sem samþykktar voru við aðra umræðu fjárlaga er heimild til handa fjármálaráðherra að selja varðskipin Ægi og Tý og kaupa eða leigja hagkvæmari skip í staðinn. Í skriflegu svari við fyrirspurn Fréttablaðsins fagnar Landhelgisgæslan umræddri heimild.

Þessi skip hafi reynst afar vel í gegnum tíðina en séu komin til ára sinna. Ægir hafi ekki verið í hefðbundnum rekstri í rúm fjögur ár og ekki sé til fjármagn til að koma skipinu í nothæft ástand. Ægir sé orðinn rúmlega hálfrar aldar gamall og Týr smíðaður 1975.

Því sé fyrirséð að á næstu árum þurfi að endurnýja varðskipaflota Landhelgisgæslunnar.

Verkfræði- og ráðgjafarfyrirtækið NAVIS hefur verið fengið til að gera þarfagreiningu á varðskipaflotanum sem sé í raun fyrsta skrefið í endurnýjun flotans.

„Undanfarin ár hafa orðið breytingar á skipaumferð og þróun á hafinu umhverfis landið. Fleiri skemmtiferða- og flutningaskip koma hingað til lands og til þess þarf að horfa við uppbyggingu flotans. Á næstu árum væntum við þess að ákvarðanir verði teknar um endurnýjun skipanna,“ segir í svari Gæslunnar. **– sar**

Dapur vegna skrifa á mbl.is

KJARAMÁL Hjálmar Jónsson, formaður Blaðamannafélags Íslands, segir dapurlegt að fréttir hafi haldið áfram að birtast á mbl.is í gær. Í gær fóru blaðamenn á vef, ljósmyndarar og tökumenn Árvakurs, Sýnar, Fréttablaðsins og RÚV í átta tíma vinnustöðvun. Fréttir héldu þó áfram að birtast á mbl.is þrátt fyrir vinnustöðvun annan föstudaginn í röð.

„Hinir miðlarnir allir virða rétt blaðamanna til að fara í vinnustöðvun til að ná fram kröfum sínum. Því miður gerir Morgunblaðið það ekki. Það er ótrúlega dapurlegt,“ segir Hjálmar. Meint verkfallsbrot frá því í síðustu viku hafa verið kærð til félagsdóms.

Haraldur Johannessen, framkvæmdastjóri Árvakurs, hefur ekki svarað fyrirspurn Fréttablaðsins vegna málsins. Blaðamenn og fréttastjórar á mbl.is sendu frá sér yfirlýsingu þar sem lýst var yfir vonbrigðum með aðgerðir Árvakurs og telja þær varpa rýrð á fyrirtækið. **– ab**

Gleðiefni að samtalið um bækur lifi góðu lífi

Niðurstöður lestrarkönnunar sýna að lestur Íslendinga er að aukast. Konur og barnafjölskyldur lesa mest og ungt fólk les mikið á erlendum tungumálum. Val á lesefni virðist byggjast á samtali um bækur og ábendingum annarra.

SAMFÉLAG „Miðstöð íslenskra bókmennta lét gera könnunina ásamt nokkrum samstarfsaðilum á bókmenntasviðinu,“ segir Hrefna Haraldsdóttir, framkvæmdastjóri Miðstöðvar íslenskra bókmennta.

Lestrarkönnun var lögð fyrir 2.978 Íslendinga í október og var svarhlutfall 51 prósent. Þar var kannað viðhorf Íslendinga til bóklestrar og ýmissa tengdra þátta. „Niðurstöðurnar sýna að lestur hefur heldur aukist og að hljóðbókin er að sækja fram,“ segir Hrefna.

Um 80 prósent Íslendinga höfðu lesið hefðbundnar bækur á síðustu tólf mánuðum, 31 prósent hafði lesið rafbækur og 41 prósent hlustað á hljóðbækur sem er sex prósentustigum meira en í könnun frá árinu 2018.

Íslendingar lesa eða hlusta að meðaltali á 2,3 bækur á mánuði samkvæmt niðurstöðum könnunarinnar. „Þetta eru jákvæðar niðurstöður og mikil hækkun síðan úr könnun fyrir tveimur árum en þá var meðaltalið tvær bækur á mánuði,“ segir Hrefna.

„Afkastamestu lesendurnir í ár eru konur og barnafjölskyldur. Því fleiri sem börnin eru á heimilinu, því meira er lesið,“ segir Hrefna en að jafnaði lesa konur 3,1 bók á mánuði en karlar 1,5 bækur. Um 76 prósent þeirra kvenna sem svöruðu könnuninni höfðu lesið eða hlustað á bók síðastliðna 30 daga á móti 54 prósentum karla.

„Það er reyndar ekki nýtt að konur lesi meira en karlar en það var líka þannig í síðustu könnunum,“ segir Hrefna.

„Í könnuninni er líka spurt út í tungumálalestur og þar blikka ákveðin viðvörunarljós því að hópurinn á bilinu 18-35 ára les marktækt oftar en aðrir aldurshópar á öðrum tungumálum en íslensku,“ segir Hrefna.

Konur lesa mun meira en karlar samkvæmt könnuninni. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> **Þetta eru jákvæðar niðurstöður og mikil hækkun síðan úr könnun fyrir tveimur árum en þá var meðaltalið tvær bækur á mánuði.**
>
> Hrefna Haraldsdóttir, framkvæmdastjóri Miðstöðvar íslenskra bókmennta

„Þetta er eitthvað sem við þurfum að vera meðvituð um þrátt fyrir að margt geti skýrt þetta,“ segir hún og nefnir sem dæmi að á þessu aldursbili sé stærstur hluti námsmanna og að mikið af námsbókum sé á öðrum tungumálum en íslensku.

„Þó að þetta sé ákveðið hættumerki er auðvitað gott að við sem lítil þjóð getum lesið á mörgum tungumálum,“ bætir Hrefna við.

„Við þurfum þó að halda áfram að hvetja til lestrar á íslensku og vinna markvisst að þýðingunum, þannig getum við aukið úrval og framboð af lesefni á íslenskri tungu,“ segir hún.

Hvað varðar val á lesefni sýna niðurstöður könnunarinnar fram á að helmingur svarenda fái hugmyndir að lesefni frá vinum og vandamönnum. „Það er mikið gleðiefni að bókmenntir séu umræðuefni hjá fólki og að samtal um bækur lifi góðu lífi,“ segir Hrefna. **birnadrofn@frettabladid.is**

HÚSASMIÐJAN

blómaval

Húsasmiðjublaðið
Skoðaðu tilboðin
á **husa.is**

STÓRA SERÍU HELGIN

Allar seríur og jólaljós

20-40% afsláttur

FROST
1.490kr
40% afsláttur
~~2.490kr~~
Aðventuljós, 7 ljósa
14500401-2

FROST
40 LED
1.592kr
20% afsláttur
~~1.990kr~~
Frost LED inni- og útisería
40 ljósa LED sería, hentar bæði inni og úti.

20% afsláttur
FROST
1.990kr
~~2.490 kr~~
Frostrós í glugga
2703001/39-40

Sjáðu verðið!
Samtengjanlegar
LED útiseríur
50 ljósa
20% afsláttur
FROST
3.990kr
~~4.990 kr~~
Rauð, köld hvít, hlý hvít og marglituð.
14500290-293

Flott helgartilboð blómaval

50% afsláttur
999kr
~~1.990kr~~
Jólastjarna
Stór og flott.

Gervijólatré
20% afsláttur

Dagskrá í Skútuvogi í dag

Jólasveinar
Jólasveinar verða
í Skútuvogi kl. 13.

Allir fá ÍS
Ís í brauðformi á meðan
birgðir endast
frá kl. 12-15.

Latibær
verður í Skútuvogi
kl. 14. Íþróttaálfurinn
skemmtir börnum.

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

TÖLUR VIKUNNAR 10.11.2019 TIL 16.11.2019

10
prósent Íslendinga sinna umönnun óvinnufærra fjölskyldumeðlima og er það mun hærra hlutfall en í öðrum löndum Evrópu.

100
milljónum króna var á lokametrum gerðar fjárlagafrumvarps bætt við til að halda megi gamla Herjólfi haffærum.

12
milljónir króna er upphæð miskabótakröfu dóttur Kanadamanns sem lést í flugslysi í Barkárdal í Eyjafirði sumarið 2015.

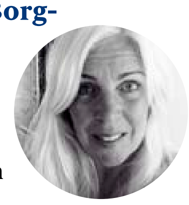
11
skoruð mörk urðu niðurstaðan hjá Tjörva Þorgeirssyni, leikmanni Hauka, er lið hans lék gegn Íslandsmeisturum Selfoss.

54,4
megavattstundir af rafmagni er orkunotkun á Íslandi reiknuð á hvern íbúa. Íslendingar nota mesta orku af þjóðum heimsins.

Þrjú í fréttum
Dapurleiki, bjargræði og björgun

Þorsteinn Már Baldvinsson
forstjóri Samherja
vék tímabundið úr starfi sínu vegna uppljóstrana um meintar mútugreiðslur í Namibíu. „Ég er dapur yfir þessum kringumstæðum,“ sagði í yfirlýsingu frá Björgólfi Jóhannssyni, sem tók við forstjórakeflinu.

Dovelyn Rannveig Mendoza
sérfræðingur á sviði fólksflutninga
flutti til Íslands frá Filippseyjum er hún var sextán ára eftir langan aðskilnað frá mömmu sinni. „Ákvörðun mömmu að flytja til Íslands og fara að vinna í verksmiðju bjargaði okkur frá miklum erfiðleikum.“



Aðalheiður Borgþórsdóttir
bæjarstjóri á Seyðisfirði
neitar að greiða reikning frá Matvælastofnun sem réð björgunarsveit til að ná kindum úr fjalli. „Það þótti ekki forsvaranlegt að fara eftir fénu á þeim tímapunkti,“ sagði hún.

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.

Veggjöld nýtt til framkvæmda

Sex samgönguverkefni eru tilgreind í frumvarpsdrögum um vegaframkvæmdir. Sundabraut og tvöföldun Hvalfjarðarganga eru þar á meðal en ráðgert er að gjaldtakan standi ekki lengur en í 30 ár.

SAMGÖNGUMÁL „Þetta er unnið á grundvelli gildandi samgönguáætlunar þar sem var samþykkt að skoða fjölbreyttar leiðir við fjármögnun stórra framkvæmda,“ segir Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra, um drög að frumvarpi um samvinnuverkefni um vegaframkvæmdir.

Frumvarpið hefur nú verið kynnt í samráðsgátt stjórnvalda en samkvæmt því fær Vegagerðin heimild til að ganga til samninga við einkaaðila um samvinnuverkefni vegna sex tiltekinna vegaframkvæmda.

Þau verkefni sem um ræðir eru hringvegur norðaustan Selfoss og brú á Ölfusá, hringvegur um Hornafjarðarfljót, Axarvegur, tvöföldun Hvalfjarðarganga, hringvegur um Mýrdal og jarðgöng í Reynisfjalli og Sundabraut.

Samkvæmt samgönguáætlun er gert ráð fyrir að veggjöld standi undir helmingi fjármögnunar vegar um Hornafjarðarfljót og Axarveg. Hinar fjórar framkvæmdirnar yrðu hins vegar fjármagnaðar að fullu með veggjöldum.

Skal gjaldtaka ekki hefjast fyrr en opnað hefur verið fyrir umferð um viðkomandi umferðarmannvirki. Þá skal gjaldtakan ekki standa lengur en í 30 ár.

Sigurður Ingi segir að þau verkefni sem um ræðir séu valin út frá þeim skilyrðum að önnur leið sé í boði, þau séu skýr og afmörkuð og það sé þrýstingur um að þeim sé flýtt þótt þeim hafi ekki verið forgangsraðað í samgönguáætlun.

„Ein af forsendunum fyrir svona gjaldtöku er að það sé raunverulegur ávinningur í því að fara styttinguna eða nýju leiðina. Þú færð fjárhagslegan ávinning þó svo þú greiðir.“ Of snemmt sé hins vegar að segja til um fjárhæð veggjaldanna.

Sigurður Ingi segir að auðvitað hefði verið hægt að fara þá leið að smíða almennt frumvarp um samvinnuverkefni þar sem engin verkefni væru tilgreind. „Þá værum við hins vegar komin í þá stöðu að það væri verið að taka mjög stórar ákvarðanir án aðkomu Alþingis. Þessi leið er lýðræðislegri og þingið getur auðvitað bætt við framkvæmdum eða fækkað þeim.“

Þá þurfi að huga vel að tímasetningu verkefnanna, sérstaklega í tengslum við samgöngusáttmála höfuðborgarsvæðisins. „En það góða við þessi sex verkefni er að þau spanna svolítið stóran hluta af landinu. Dreifingin gæti þannig orðið ágæt og þau eru líka af mismunandi stærðargráðu.“

Aðspurður segist Sigurður Ingi bjartsýnn á að áhugasamir fjárfestar finnist til að koma að umræddum framkvæmdum. „Það hafa margir komið niður í ráðuneyti alveg frá því við förum að viðra svona hugmyndir og lýst yfir áhuga sínum.“

Frumvarpsdrögin verða nú í umsagnarferli til 28. nóvember. Sigurður Ingi segist reikna með því að unnið verði hratt og vel úr þeim og málið komist inn á þingið fyrir jól. **sighvatur@frettabladid.is**

Veggjöld koma við sögu í fjármögnun sex verkefna

1. Axarvegur	2. Hringvegur um Hornafjarðarfljót	3. Hringvegur um Mýrdal og jarðgöng í Reynisfjalli	4. Hringvegur norðaustan Selfoss, brú á Ölfusá	5. Tvöföldun Hvalfjarðarganga	6. Sundabraut
Kostnaðarmat: 4 milljarðar	**Kostnaðarmat:** 4,9 milljarðar	**Kostnaðarmat:** 6,5-7,9 milljarðar	**Kostnaðarmat:** 6,1 milljarður	**Kostnaðarmat:** 21,8 milljarðar	**Kostnaðarmat:** 60-74 milljarðar
Núverandi umferð: 220 bílar á dag	**Áætluð umferð við opnun:** 1.200 bílar á dag	**Núverandi umferð:** 2.600 bílar á dag	**Áætluð umferð við opnun:** 5.500 bílar á dag	**Núverandi umferð:** 7.300 bílar á dag	**Áætluð umferð við opnun (2030):** 11.400 yfir Kollafjörð, 32.300 yfir Elliðaárvog

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

RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
ÖLL JÓLALJÓS
20%
MIKIÐ ÚRVAL
AF INNI- OG ÚTISERÍUM
GILDIR ÚT 17.11
ÖLL GÆLUDÝRA-BÆLI OG KATTARTRÉ
20%
GILDIR ÚT 19.11
ALLIR GRJÓNAPÚÐAR
25%
GILDIR ÚT 19.11
ÖLL BORÐSTOFUHÚSGÖGN
20-30%
GILDIR ÚT 19.11
ALLAR GARDÍNUR OG DÚKAR
25%
*
GILDIR ÚT 17.11
ÖLL STURTUHENGI
25%
GILDIR ÚT 19.11
HIMMELTINDEN SÆNG
ALLT AÐ
40%
SÆNG NÚ VERÐ FRÁ:
7.995
KRONBORG
OF DENMARK
GILDIR ÚT 19.11
MOSS SÆNGURVERASETT
25%
200 þræðir
NÚ VERÐ FRÁ:
5.995
GILDIR ÚT 19.11
HUDSON TUNGUSVEFNSÓFI
SPARIÐ
60.000
FULLT VERÐ: 189.950
129.950
GILDIR ÚT 19.11

Minjastofnun Íslands úthlutar styrkjum úr Fornminjasjóði.

Hlutverk sjóðsins er að stuðla að varðveislu og rannsóknum á fornminjum, sbr. reglur nr. 578/2014. Úthlutað er styrkjum til eftirfarandi verkefna:

- Rannsókna á fornminjum (fornleifum og forngripum)
- Miðlunar upplýsinga um fornminjar
- Varðveislu og viðhalds fornminja

Sjóðnum er jafnframt heimilt að veita styrki til viðhalds annarra menningarminja sem hafa menningarsögulegt, vísindalegt eða listrænt gildi, t.d. minja sem njóta ekki friðunar á grundvelli aldurs en teljast hafa varðveislugildi, svo sem skipa, báta og annarra samgöngutækja. Við næstu úthlutun verður sérstaklega horft til umsókna er lúta að frágangi og skilum gagnasafna úr fornleifarannsóknum framkvæmdum fyrir gildistöku núgildandi laga um menningarminjar.

Umsóknir eru metnar með tilliti til vísindalegs og menningarsögulegs gildis og þeirrar stefnu sem mörkuð hefur verið í minjavernd, ásamt gildi þeirra fyrir varðveislu þjóðararfleifðarinnar.

Umsóknareyðublað og nánari upplýsingar, m.a. úthlutunarreglur, er að finna á heimasíðu Minjastofnunar Íslands, www.minjastofnun.is.

Umsóknarfrestur er til og með 10. janúar 2020. Umsóknir sem berast eftir að umsóknarfresti lýkur koma ekki til álita við úthlutun.

Minjastofnun Íslands hefur eftirlit með að styrkt verkefni séu unnin í samræmi við lög nr. 80/2012 og reglur stofnunarinnar og í samræmi við innsend umsóknargögn.

Minjastofnun Íslands

Suðurgötu 39, 101 Reykjavík
Sími: 570 1300
www.minjastofnun.is
fornminjasjodur@minjastofnun.is

Telur dóm Landsréttar brot á jafnræðisreglu

Landsréttur breytti dómi fyrir kennitölusvindl úr skilorði í fjögurra mánaða fangelsi. Verjandi segir dóminn í hróplegu ósamræmi við sambærileg mál og telur markmið með áfrýjun að bera í bætifláka fyrir óhóflegt gæsluvarðhald.

DÓMSMÁL Landsréttur hefur þyngt refsingu yfir Nadeem Maqbool sem dæmdur var í Héraðsdómi Reykjavíkur í lok síðasta árs fyrir að afla sér kennitölu hjá Þjóðskrá með fölsuðu vegabréfi. Nadeem fékk fimm mánaða skilorðsbundinn dóm í héraði eftir að hann játaði þau brot sem hann var ákærður fyrir. Þar sem dómurinn var skilorðsbundinn var ekki unnt að draga frá refsingunni tæplega átta vikna gæsluvarðhaldsvist sem hann hafði verið látinn sæta, meðal annars vegna rannsóknar annarra sakamála sem hann reyndist ekki eiga neinn hlut að.

Með dómi Landsréttar í gær var orðið við kröfu ákæruvaldsins og dómi yfir Nadeem breytt í fjögurra mánaða óskilorðsbundið fangelsi. Er í dómsorði kveðið á um að dagar hans í gæsluvarðhaldi skuli dregnir frá refsingunni.

„Óréttlæti venst illa,“ sagði Páll Rúnar M. Kristjánsson verjandi, inntur eftir viðbrögðum við hinum nýfallna dómi en við meðferð málsins í Landsrétti sagði hann það í hróplegu ósamræmi við jafnræðisreglu íslensks réttar að skjólstæðingur hans búi við lakari rétt en aðrir í sambærilegum málum. Hann sagði niðurstöðu nýjustu dóma Héraðsdóms Reykjavíkur í sambærilegum málum alltaf þá sömu; 30 daga skilorðsbundið fangelsi. Engum þeirra dóma hefði verið áfrýjað af hálfu ákæruvaldsins en málin ættu það einnig öll sammerkt að enginn sakborninganna hefði sætt gæsluvarðhaldi.

„Mál þetta hófst á einhverjum furðulegum misskilningi þar sem ákærði var ranglega bendlaður við mansalsmál en hinir grunuðu í því máli eru pakistanskir ríkisborgarar. Þessi grunur átti ekki við rök að styðjast en einhvern veginn sogaðist ákærði inn í það mál, líklega fyrir þær sakir að vera frá Pakistan,“ sagði Páll Rúnar við meðferð málsins í Landsrétti í síðustu viku.

Ákvörðun um áfrýjun vakti furðu Páls Rúnars. Ljóst væri að hún hefði þann eina tilgang að bera í bætifláka fyrir gæsluvarðhaldsvist mannsins og freista þess að losa ríkið undan bótaskyldu fyrir ólögmæta frelsissviptingu.

Nadeem kom hingað til lands árið 2017 á sínu eigin vegabréfi og óskaði eftir alþjóðlegri vernd. Hann notaði fyrst fölsuð skilríki eftir að umsókn hans var hafnað en hann óttaðist þá að verða sendur til heimalands síns þar sem hann sé réttdræpur fyrir þær sakir að hafa komið manni til aðstoðar sem ekki er múslimi.

Páll Rúnar vék einnig að tíma Nadeem hér á landi.

„Hann hefur verið upptekinn við að elda mat og baka brauð. Hann er listakokkur og er menntaður á sínu sviði í hótel- og veitingaskóla. Hann er það hæfileikaríkur að þegar hann var settur í gæsluvarðhald þurfti að taka rétti af matseðli veitingahússins sem hann vann á, af því að enginn annar en hann var fær um að elda þá. Þetta er góður drengur sem mætir til vinnu alla daga. Hann hefur eignast vini og er vel liðinn af þeim sem hann þekkja.“

Engar ákærur hafa verið gefnar út í tengslum við mansalsmálið. Meintur höfuðpaur þess máls var úrskurðaður í gæsluvarðhald 9. október í fyrra og sat í gæsluvarðhaldi í þrjá mánuði en er nú frjáls ferða sinna. Í gæsluvarðhaldsúrskurði yfir manninum 9. janúar var rannsókn lögreglu sögð á lokametrunum. Þótt liðnir séu tíu mánuðir frá þeim lokametrum er málið enn í rannsókn samkvæmt svari embættisins við fyrirspurn Fréttablaðsins. **adalheidur@frettabladid.is**

Dómur í máli Nadeem var kveðinn upp í Landsrétti í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hann er það hæfileikaríkur að þegar hann var settur í gæsluvarðhald þurfti að taka rétti af matseðli veitingahússins sem hann vann á.

Páll Rúnar M. Kristjánsson lögmaður

Fjármagnar áhættumat á Reynisfjöru

STJÓRNSÝSLA Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, ráðherra ferðamála, mun fjármagna og fylgja eftir verkefni um áhættumat fyrir Reynisfjöru ásamt skilgreiningu verkferla. Verkefnið verður í höndum lögreglunnar á Suðurlandi sem hyggst vinna í samstarfi við Vegagerðina, Veðurstofuna og almannavarnadeild Ríkislögreglustjóra.

Áhættumatið mun taka til bæði öldufalls og berghruns. Nokkur banaslys hafa átt sér stað í Reynisfjöru undanfarin ár. Í vikunni lenti ferðamaður í lífshættu eftir að hann sogaðist út með einni öldunni. Þá lokuðust ferðamenn af inni í helli.

„Það er ekki ásættanlegt að það liggi við stórslysi á einum vinsælasta áfangastað landsins án þess að gripið sé til viðeigandi ráðstafana. Gerðar hafa verið ákveðnar úrbætur, yfirráðin eru flókin auk þess sem gestir eiga það til að hundsa tilmæli og hættan getur verið mjög mikil. Þess vegna er hér lagt til að vinna áhættumat og lögreglan geti á grunni þess lokað svæðinu þegar þess þarf en það eru að öllum líkindum ekki nema um fimm til sjö dagar á ári,“ segir Þórdís Kolbrún.

Tilgangurinn er að á grundvelli áhættumatsins hafi yfirvöld lagaheimildir til að loka svæðinu tímabundið til að koma í veg fyrir slys. Áætlað er að sú staða geti komið upp í um 5 til 7 daga á ári á tímabilinu nóvember til mars.

Þessu til viðbótar á eftir að ljúka við að innleiða að fullu ölduspá- og viðvörunarkerfi fyrir Reynisfjöru sem ráðherra ferðamála fól Ferðamálastofu að semja um við Vegagerðina árið 2017 og var fjármagnað með fé sem sett var til hliðar af ráðstöfunarfé Framkvæmdasjóðs ferðamannastaða.

Ölduspákerfið hefur þegar verið þróað af Vegagerðinni; það er aðgengilegt á vef Vegagerðarinnar og upplýsingar úr því eru einnig birtar á vef og upplýsingaskjáum SafeTravel-verkefnis Landsbjargar. Kerfið spáir fjóra daga fram í tímann og getur þannig nýst við skipulagningu ferða.

Síðari hluta verkefnisins er hins vegar ólokið, en það er uppsetning á mastri við fjöruna með viðvörunarljósi til marks um hættuástand. Ástæðan er að ekki hefur fengist leyfi hjá öllum landeigendum á svæðinu, sem eru um 250 talsins, til uppsetningar á því. **– ab**

Það er ekki ásættanlegt að það liggi við stórslysi á einum vinsælasta áfangastað landsins án þess að gripið sé til viðeigandi ráðstafana.

Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra

SAFNIÐ
Blaðið í dag og safn eldri blaða á frettabladid.is

RISA TAX FREE DAGAR

14.-18. nóvember

**Taxfree* af öllum fatnaði,
öllum skóm, öllum leikföngum,
öllum heimilisvörum, öllum F&F fatnaði
og öllum snyrtivörum.**

*Taxfree jafngildir 19,36% afslætti.

HAGKAUP

Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 24% virðisaukaskatt af þessari sölu.

Hvíta-Rússland mögnuð upplifun

STJÓRNMÁL „Okkar hlutverk hér er að heimsækja kjörstaði og fylgjast með kosningunum, að allt sé eins og það eigi að vera,“ segir Kolbeinn Óttarsson Proppé, þingmaður Vinstri grænna, sem er staddur við kosningaeftirlit í Hvíta-Rússlandi.

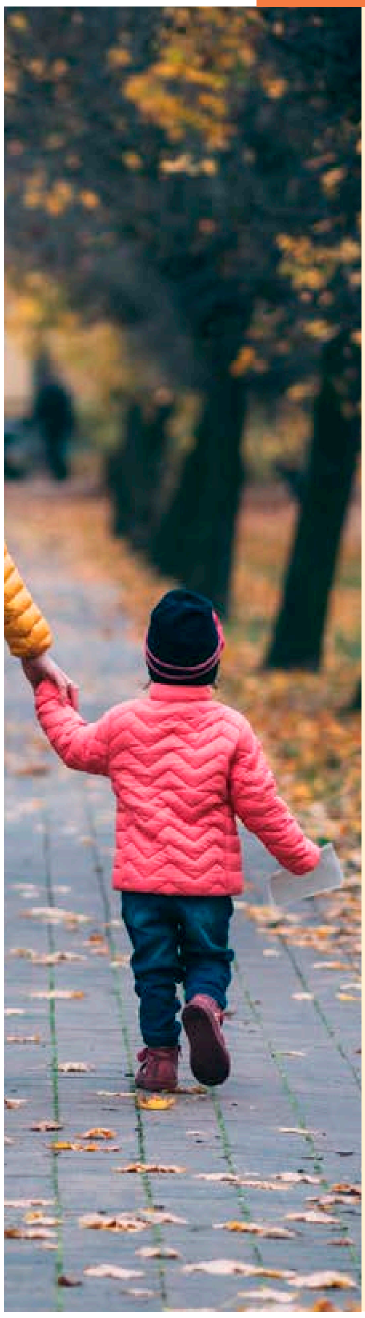
Kolbeinn er þar á vegum Öryggis- og samvinnustofnunar Evrópu en þingkosningar fara fram í landinu á morgun. Þá verður kosið um 110 sæti í neðri deild þingsins en síðustu kosningar fóru fram 2016.

„Flokkakerfið hérna er öðruvísi en við eigum að venjast heima á Íslandi en ég er farinn að þekkja stóru línurnar. Þetta eru einmenningskjördæmi og mismargir frambjóðendur í hverju. Þeir eru þrír í því kjördæmi sem ég sinni eftirliti við.“

Kolbeinn Óttarsson Proppé.

Hann segir magnaða upplifun að koma til Hvíta-Rússlands. „Sérstaklega til þessara minni bæja hvar ég er við eftirlit. Höfuðborgin Minsk er risastór borg, blanda af nokkur hundruð ára byggingum, stórkarlalegum húsum frá sovéttímanum og nútímalegum húsum með fjölda ljósaskilta.“ Sveitin sé yndisleg, fólkið vinalegt og umhverfið fallegt. „Að einhverju leyti er þetta eins og að fara aftur í tímann og þar sem ég er gömul sál hentar það mér vel,“ segir Kolbeinn að lokum. **– sar**

Börn og samgöngur



Samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið í samvinnu við Samgöngustofu, Vegagerðina og Samband íslenskra sveitarfélaga standa fyrir málþinginu „Börn og samgöngur“ í Sveinatungu á Garðatorgi **mánudaginn 18. nóvember** frá 12:30 til 16:30. Boðið verður upp á veitingar frá kl. 12:00.

Á þinginu munu bæði ungir sem aldnir taka til máls og ræða stöðu barna í samgöngum í víðu samhengi. Málþingið er öllum opið en skráning er á vef Stjórnarráðsins. Fundarstjóri er **Ragnhildur Hjaltadóttir** ráðuneytisstjóri.

Dagskrá:

12:30 – Málþing sett

- ***Ávörp***
  Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra
  Þórunn Egilsdóttir, formaður samgönguráðs
- ***Umferðaröryggi – okkar mál!***
  Karín Óla Eiríksdóttir, formaður ungmennaráðs Grindavíkur
- ***Hvernig við sjáum umferðaröryggið***
  Atli Þór Jónsson og **Fannar Freyr Atlason,** björgunarsveitarmenn í Landsbjörgu
- ***Samstarf við Samgöngustofu um að efla umferðaröryggi grunnskólabarna í sveitarfélaginu***
  Ólafur Hilmarsson, deildarstjóri við Grunnskólann í Hveragerði
- ***„Komiði með hætturnar!“ Skipulag, þjóðvegir og börn.***
  Erna Bára Hreinsdóttir, forstöðumaður hjá Vegagerðinni
- **Pallborð með fyrirlesurum fyrir hlé**

14:20 – Kaffihlé

- ***Hagnýting sálfræðilegrar þekkingar til að breyta ferðavenjum***
  Sigrún Birna Sigurðardóttir, samgöngu- og umferðarsálfræðingur
- ***Mikilvægi umferðaröryggisáætlunar fyrir minni sveitarfélög***
  Þorsteinn Gunnarsson, sveitarstjóri Skútustaðahrepps
- ***Öryggi barna í Reykjavík***
  Berglind Hallgrímsdóttir og **Höskuldur Kröyer,** samgönguverkfræðingar hjá Eflu og Trafkon
- **Pallborð með fyrirlesurum eftir hlé**
- **Gamanmál**

16:30 – Málþingi lýkur

Stjórnarráð Íslands
Samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið

SAMBAND ÍSLENSKRA SVEITARFÉLAGA
Samgöngustofa
VEGAGERÐIN

Keflavíkurflugvöllur mun verða móðurfélag Isavia. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Samkeppni skilin frá öðrum þáttum

Stofnuð verða dótturfélög um ólíka starfsemi Isavia og samkeppni skilin frá öðrum þáttum fyrirtækisins. Domavia verður félag um innanlandsflugvelli.

SAMGÖNGUR Stjórn Isavia hefur samþykkt verulega breytt skipulag. Stofnuð verða sérstök dótturfélög utan um ólíka starfsemi Isavia, og verður þá samkeppnisrekstur aðskilinn frá öðrum þáttum fyrirtækisins. Breytingarnar munu taka gildi um áramót. Þetta var kynnt innan fyrirtækisins í gær.

Isavia, sem er opinbert hlutafélag, rekur net flugvalla á Íslandi og flugleiðsöguþjónustu á einu stærsta flugstjórnarsvæði heims. Starfsmenn telja nú um 1.300 manns.

Flugvallasvið og flugleiðsögusvið verða gerð að sérstökum dótturfélögum. Af núverandi dótturfélögum Isavia mun Fríhöfnin haldast óbreytt, fyrirtækið Domavia verður félag um innanlandsflugvelli landsins. Fyrirtækin Tern, sem þróar og framleiðir hugbúnað fyrir flugleiðsöguþjónustu, og grænlenska flugleiðsöguþjónustufyrirtækið Suluk verða færð undir flugleiðsögu.

Sveinbjörn Indriðason, forstjóri Isavia, segir að með þessu sé verið að tengja betur saman þarfir viðskiptavina og framtíðarþróun Keflavíkurflugvallar. Verið sé að aðskilja ólíkar rekstrareiningar félagsins. „Í fyrsta lagi starfsemi sem rekin er á ríkisframlögum, í öðru lagi þá þætti sem byggja á endurheimt útlagðs kostnaðar og að lokum þá starfsemi sem er í harðri alþjóðlegri samkeppni,“ segir Sveinbjörn.

Sveinbjörn Indriðason, forstjóri Isavia.

„Hver hluti þessarar ólíku starfsemi mun fá sitt eigið vægi, stjórn og tækifæri til innleiðingar mismunandi áherslna.“

Keflavíkurflugvöllur mun verða móðurfélag Isavia. „Þar liggja stærstu viðskiptatækifærin og mesta rekstraráhættan. Það er mikilvægt að þræðir stjórnar Isavia liggi beint inn til Keflavíkurflugvallar.“ Sveinbjörn segir að ekki sé þörf á jafn umfangsmikilli umsýslu stoðþjónustu hjá flugvallarsviðinu og á flugleiðsögusviðinu. Stoðsvið félagsins verða eftir hjá móðurfélaginu. Þá verður stofnað nýtt stoðsvið stafrænnar þróunar og upplýsingatækni. **david@frettabladid.is**

TRYGGÐU ÞÉR:
• Enga vexti
• Engin lántökugjöld
• Hraðari eignamyndun
• Lægri mánaðargreiðslur

0% NÚLL VEXTIR NOTAÐIR BÍLAR

ENN MEIRA ÚRVAL Á NÝJU BÍLAPLANI KRÓKHÁLSI 9 OG Á BENNI.IS

740429
HONDA CIVIC
Skráður: 2012 / Bensín
Sjálfskiptur / 123.000 km.
VERÐ: 990.000 KR.

445339
FORD FIESTA TREND
Skráður: 2012 / Bensín
Sjálfskiptur / 112.000 km.
VERÐ: 799.000 KR.

720064
SSANGYONG KORANDO
Skráður: 2011 / Dísel
Sjálfskiptur / 84.000 km.
VERÐ: 1.190.000 KR.

340052
CHEVROLET CRUZE
Skráður: 2012 / Dísel
Beinskiptur / 106.000 km.
VERÐ: 890.000 KR.

103641
CHEVROLET TRAX
Skráður: 2014 / Bensín
Beinskiptur / 70.000 km.
VERÐ: 990.000 KR.

Bílabúð Benna

Reykjavík
Krókháls 9
Sími: 590 2035

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 12-16

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Opnunartímar:
Virka daga 9-18

Benni.is

Núll prósent vextir, allt að 80% fjármögnun í allt að 24 mánuði af völdum notuðum bílum. Birt með fyrirvara um mynd og textabrengl.

NÝR DISCOVERY SPORT M-HYBRID

UPPGÖTVAÐU HRÍFANDI NÝJUNGAR

LAND ROVER
ABOVE & BEYOND

landrover.is

ENNEMM / SÍA / NM96753

DÍSIL HYBRID VÉLATÆKNI, NÝTT ÚTLIT OG INNRÉTTING

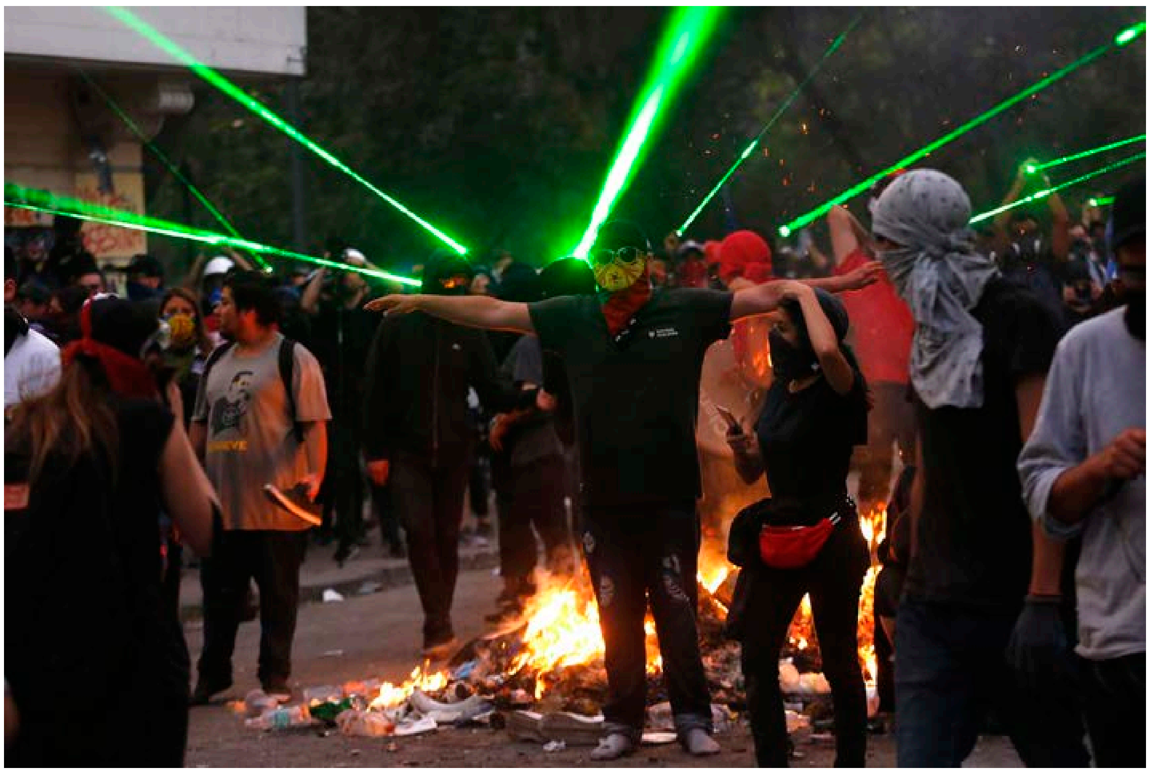
Land Rover kynnir nýjan Discovery Sport með blandaðri dísil hybrid vélatækni. Nýr Discovery Sport er einn glæsilegasti millistærðarjeppi sem völ er á. Nýtt útlit minnir á stóra bróður, sjálfan Discovery, og innréttingin er öll með glæsilegasta móti.
Verið velkomin í reynsluakstur því sjón er sögu ríkari.

Land Rover Discovery Sport, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.
Verð frá: 6.890.000 kr.

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

OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

Ástand heimsins


Mótmælin í Chile héldu áfram, mikill fjöldi safnaðist saman í höfuðborginni Santiago í tilefni af því að eitt ár er liðið frá því að lögregla skaut hinn 24 ára Camilo Catrillanca til bana. Atvikið, og tilraunir lögreglu til að hylma yfir það, leiddu til mikilla mótmæla. Mótmælin fóru svo á annað stig í haust þegar yfirvöld hækkuðu miðaverð í neðanjarðarlestirnar. Mótmælendur í vikunni notuðu græna leysigeisla til að trufla lögreglu. NORDICPHOTOS/GETTY

Alexandria Ocasio-Cortez, þingmaður demókrata í fulltrúadeild Bandaríkjaþings, tók þátt í mótmælum umhverfissinna fyrir utan þinghúsið í Washington. Notaði hún tækifærið til að kynna frumvarp um umbætur í húsnæðismálum með áherslu á umhverfisvernd. NORDICPHOTOS/GETTY

Slökkviliðsmenn á Ítalíu mótmæltu nálægt þinghúsinu í Róm. Krefjast þeir breytinga á fjárlagafrumvarpinu til að tryggja þeim hærri laun og réttindi ásamt betri öryggisbúnaði. Mikill hiti var í mönnum, stóð á einu skiltinu „elskaðir af borgurum, niðurlægðir af ríkinu“. NORDICPHOTOS/GETTY

7 ára ábyrgð á öllum nýjum Kia bílum*

www.kia.is

PAKKADAGAR

KIA

Kíktu strax í pakkann!

*Forsendur ábyrgðar eru reglulegt þjónustueftirlit sem kaupandi ber kostnað af.

SNÚÐU LUKKUSTÝRINU
GLÆSILEGIR VINNINGAR

Gerðu frábær kaup á Pakkadögum Kia!

Völdum nýjum Kia bílum á Pakkadögum fylgir **veglegur vetrarpakki og 100.000 kr. gjafabréf frá 66°Norður.**
Þá fá allir sem kaupa nýjan bíl frá Kia að snúa Lukkustýrinu og geta þar unnið glæsilega vinninga frá Kia. Allir nýir Kia bílar eru með einstakri 7 ára verksmiðjuábyrgð sem er lengsta verksmiðjuábyrgðin á markaðnum. 7 ára ábyrgð Kia endurspeglar gæði Kia og stuðlar að hærra endursöluvirði bílsins.

Nánar á pakkadagar.kia.is

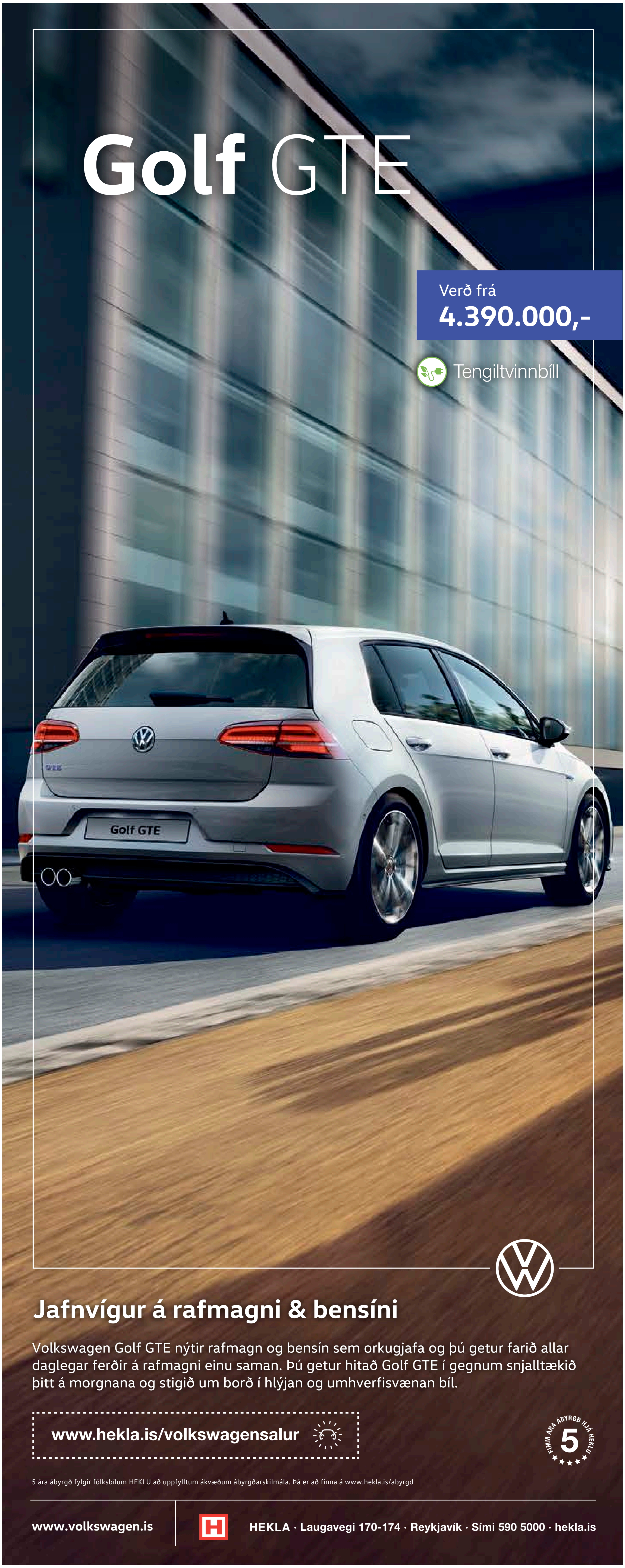
Kia Sportage 4WD, sjálfskiptur á verði frá:

5.790.777 kr.

Eyðir aðeins frá 5,1 l/100 km í blönduðum akstri m.v. WLTP-mælingar.

ASKJA · Krókhálsi 11-13 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsisland



Johnson setti sig í stellingar Winstons Churchill, forvera síns í embætti, þegar hann heimsótti sælgætisverksmiðju í gær. NORDICPHOTOS/GETTY

Hafnar áhrifum Rússa á kosningar

Forsætisráðherra Bretlands mætti í útvarpið og svaraði innhringjendum í beinni. Sagði hann engar sannanir fyrir áhrifum Rússa á kosningar.

BRETLAND Boris Johnson, forsætisráðherra Bretlands, segir engar sannanir fyrir því að Rússar hafi haft einhver áhrif á bresk stjórnmál. Johnson var í beinni útsendingu hjá breska ríkisútvarpinu BBC í gær þar sem hann svaraði innhringjendum. Fengust þá svör við ýmsum spurningum.

Var hann meðal annars spurður hvers vegna skýrsla leyniþjónustunefndar breska þingsins væri ekki birt fyrir þingkosningarnar 12. desember næstkomandi. Í skýrslunni hefur verið sagt að greint verði frá gögnum bresku leyniþjónustunnar um að Rússar hafi reynt að hafa áhrif á þjóðaratkvæðagreiðsluna um útgöngu Breta úr Evrópusambandinu árið 2016. Einnig að Rússar hafi reynt að hafa áhrif á þingkosningarnar 2017. Skýrslan hefur verið tilbúin síðan í mars og er nú í yfirlestri á skrifstofu forsætisráðherrans.

Dominic Grieve, formaður leyniþjónustunefndarinnar, hefur hvatt til að skýrslan yrði birt fyrir kosningar þar sem innihaldið skipti kjósendur máli. Hillary Clinton, fyrrverandi öldungadeildarþingmaður í Bandaríkjunum, hefur einnig hvatt til að skýrslan yrði birt.

Johnson svaraði þessu rólega og sagði þetta ferli eðlilegt. „Það er engin ástæða til að breyta hefðbundnu verkferli og birta þessa skýrslu bara af því að það eru kosningar,“ sagði Johnson. Hann varaði við því að stimpla Rússa sem einhver illmenni og vísaði því á bug að Rússar hefðu haft áhrif á kosningar í Bretlandi. „Það eru engar sannanir fyrir því og þú þarft að fara varlega. Það er ekki hægt að kasta rýrð á alla sem koma frá ákveðnu landi, bara vegna þjóðernis þeirra.“

Johnson hafnaði sögusögnum um að hann hefði boðið Nigel Farage, leiðtoga Brexit-flokksins, aðalstign í skiptum fyrir að afturkalla frambjóðendur í mikilvægum kjördæmum.

Hann var þá spurður hvort kjósendur gætu samsamað sig með honum. „Ég hef ekki hugmynd um það,“ sagði Johnson. „Það er bara almenningur sem metur það. Þetta er örugglega erfiðasta spurning sem ég hef fengið.“ Talið barst þá að börnunum hans og hvort þau væru í einkaskóla. „Ég ræði ekki um börnin mín opinberlega. Staðhæfingar um að börnin mín hafi aldrei farið í opinbera skóla eru rangar,“ sagði Johnson. „Ég vil að allir okkar skólar séu frábærir og ég vil að öll börn hafi sömu tækifærin.“ **arib@frettabladid.is**

Titringur vegna Stadia

TÆKNI Tölvuleikjastreymisþjónustan Google Stadia fer í loftið víða um heim á þriðjudaginn. Ekki liggur þó fyrir hvenær þjónustan verður opnuð hér á landi. Markmiðið er háleitt, að standa við hlið Sony, Microsoft og Nintendo í tölvuleikjaheiminum. Þó að þjónustan sé ekki farin í loftið eru komnar háværar efasemdarraddir um að Stadia standi undir væntingum.

Stadia er ekki eiginleg leikjatölva, heldur kaupir notandinn fjarstýringu og spilar leiki í gegnum netið. 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 með strætó verði svo hægt að halda áfram með leikinn í snjallsímanum.

Búið er að opna fyrir niðurhal á smáforritinu þó það virki ekki fyrr en 19. nóvember. Þá verður opnað fyrir tólf tölvuleiki en þeir hafa þó áður komið út á öðrum leikjatölvum.

Helsta áhyggjuefnið er þörfin fyrir öfluga nettengingu, en í tölvuleikjaheimi nútímans er það afar illa séð ef leikir hiksta vegna slíkra vandamála. Gerir það einnig að verkum að notendur gætu hikað við að greiða fullt gjald fyrir leiki sem þurfa að nota netið til að spila.

Eina sem þarf til að spila Stadia er fjarstýring. NORDICPHOTOS/GETTY

Tímaritið Verge hefur eftir leikjaframleiðendum að þar á bæ séu menn hikandi við að framleiða leiki aðeins fyrir Stadia. Því ef Stadia slær ekki í gegn þá sé hætta á að Google leggi þjónustuna niður. „Það sem flestir framleiðendur kvarta yfir er, hvað gerist ef Google ákveður að hætta með það skyndilega,“ hefur vefurinn Games Industry eftir Gwen Frey hjá Kine. Hún telur þær áhyggjur þó ótímabærar.

Síðan hafa borist fregnir af innanhússvandamálum. Hisashi Koinuma, forstjóri Koei Tecmo, sem kemur að þróun Stadia, sagði við Wall Street Journal að hann ætti von á ýmsum tæknilegum vandamálum í byrjun. **– ab**

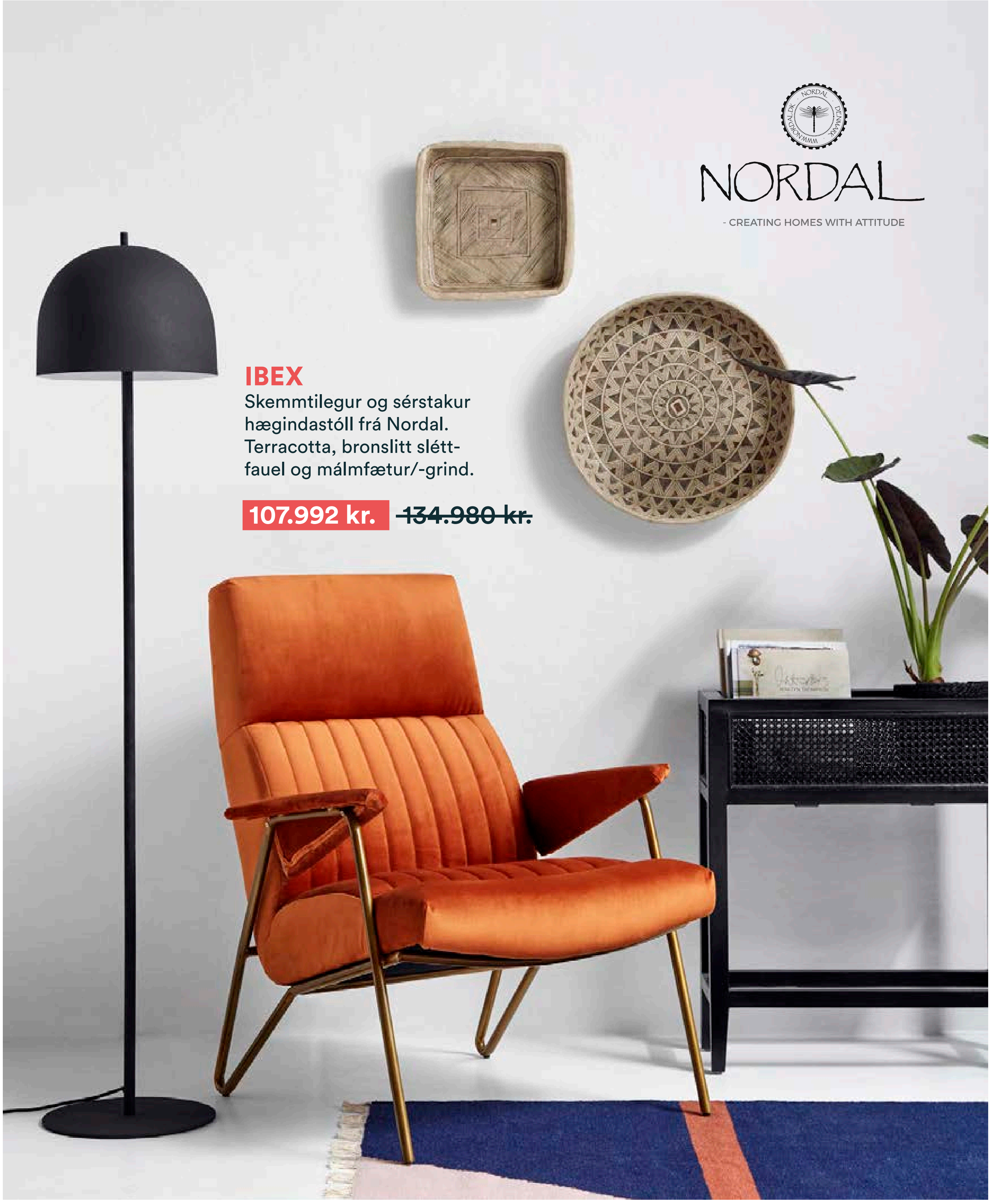
Frumsýning á nýjum Mitsubishi L200

Við frumsýnum grjótharðan Mitsubishi L200 milli klukkan 12 og 16 í dag. Sjötta kynslóð Mitsubishi L200 pallbílsins byggir á 40 ára reynslu þessa harðduglega vinnuþjarks og nú birtist hann glæsilegri, öflugri og áreiðanlegri en nokkru sinni fyrr.
Hlökkum til að sjá þig!

L200

MITSUBISHI MOTORS
Drive your Ambition

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



IBEX

Skemmtilegur og sérstakur hægindastóll frá Nordal. Terracotta, bronslitt sléttfauel og málmfætur/-grind.

107.992 kr. ~~134.980 kr.~~

DAN FORM DENMARK

CLAUD

Sterkur og stöðugur counterstóll. Svart eða ljósbrúnt PU-leður og svart eða grátt sléttflauel. Svartir málmfætur.

27.192 kr. ~~33.990 kr.~~

BOYD

Hægindastóll. Blátt eða grátt sléttflauel. Svartir fætur.

46.392 kr. ~~57.990 kr.~~

DIALMA BROWN

Skúffuskenkur frá ítalska framleiðandanum Dialma Brown. Endurnýttur viður og járnfætur.
B: 134 x D: 45 x H: 70 cm

167.994 kr. ~~279.990 kr.~~

BERGEN

Stílhreinn hvítur skenkur með viðalitum fótum. Tveir skápar og tvær skúffur.
B: 150 x D: 40 x H: 71,5 cm

59.492 kr. ~~69.990 kr.~~

MOSTRA

Skenkur með 6 hurðum. Handsmíðaður, engir tveir nákvæmlega eins. Svartlakkaður málmur með hertu gleri.

118.992 kr. ~~139.990 kr.~~

DAN FORM DENMARK

EMBRACE

Þægilegur, bólstraður bekkur. úr svörtu, stungnu PU-leðri. Sterkir, svartir málmfætur.
Breidd: 153 cm.

62.392 kr. ~~77.990 kr.~~

Stækkanlegt í 166 cm með tveimur 38 cm stækkunum sem fylgja.

DINEX

Stílhreint eldhús-/borðstofuborð úr hvítri, olíuborinni eik. Tvær 38 cm stækkanir fylgja.
Stærð: 90 x 90/166 x 76 cm

63.992 kr. ~~79.990 kr.~~

Reykjavík Bíldshöfði 20 — **10 – 18** virka daga, **11 – 17** laugardaga, **13 – 17** sunnudaga

Akureyri Dalsbraut 1 — **10 – 18** virka daga, **11 – 16** laugardaga

Ísafjörður Skeiði 1

www.husgagnahollin.is 558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru. Gildir til 24. nóvember eða á meðan birgðir endast.

NOTALEGUR NÓVEMBER Í HÖLLINNI

NAJA #78

Naja borðstofuborð er sporöskjulaga, úr gegnheilli, olíuborinni eða hvítolíuborinni eik. Borðið er 109×190 cm en með stækkunum sem fylgja fer það í 290 cm. Hægt er að kaupa viðbótarstækkanir allt upp í 390 cm.

Olíuborin eða hvítolíuborin eik.
Á meðan birgðir endast.

250.649 kr. ~~278.499 kr.~~

skovby — Naja borðstofuborð er fáanlegt sem sérpöntun í 10 viðartegundum. Fáðu upplýsingar hjá starfsfólki okkar um verð og afhendingartíma sem er mismunandi eftir viðartegundum.

Ath! Enginn afsláttur er af sérpöntunum.

DEMINA

Borðstofustóll. Grátt, slitsterkt áklæði eða svart PU-leður.

4.493 kr. ~~5.990 kr.~~

DIA

Borðstofustóll. Grátt, slitsterkt áklæði eða svart PU-leður.

5.243 kr. ~~6.990 kr.~~

MICHELLE

Borðstofustóll, koníaksbrúnt eða svart PU leður.

15.292 kr. ~~17.990 kr.~~

CARINA

Stækkanlegt, hvítt borðstofuborð. Með ávalar línur og krómfætur. Tvær 50 cm stækkanir fylgja.
Stærð:
100 x 170/270 x 74 cm

Stækkanlegt í 270 cm með tveimur 50 cm stækkunum sem fylgja.

93.492 kr. ~~109.990 kr.~~

ASAMA

Borðstofustóll, svart PU leður.

10.192 kr. ~~11.990 kr.~~

AKS

Borðstofustóll. Svart slitserkt áklæði, mótaður kossviður og viðarfætur.

20.993 kr. ~~29.990 kr.~~

HÚSGAGNA HÖLLIN

Þörf á gagnsæi

Davíð Stefánsson
david@frettabladid.is

Flestum var brugðið við frétt vikunnar um Samherjamálið. Málið hverfist um viðamikinn gagnaleka og uppljóstrun fyrrverandi starfsmanns félagsins um greiðslur hundraða milljóna í mútur til erlendra ráðamanna fyrir aðgang að þarlendum fiskveiðikvótum. Starfsmaðurinn sagði sig og fyrirtækið hafa stundað skipulagða glæpastarfsemi til að græða á auðlindum fátæks lands og mergsjúga fjármuni þaðan. Það eru mjög alvarlegar ásakanir. Allt frá árinu 1998 hefur verið saknæmt að bera mútur á erlenda opinbera starfsmenn og lögsaga í slíkum málum er víðtæk. Viðurlög eru hörð við mútubrotum

Flestir hljóta að vera sammála því að Samherjamálið sæti ítarlegri skoðun þar til bærra yfirvalda. Dómar eru hvorki kveðnir upp í fjölmiðlum né í þingsal. Málið er komið til rannsóknar héraðssaksóknara og nauðsynlegt að hann fái ráðrúm og fjármuni til ítarlegrar rannsóknar.

Íslenskur sjávarútvegur hefur verið í forystu í þekkingaruppbyggingu víða um heim. Útflutningur kraftmikilla fyrirtækja í útvegi og tækniþjónustu sjávarútvegs hefur ekki einungis leitt lífskjör hér heldur víðar. Þessi útflutningur hvílir á góðum samskiptum. Þau hvíla á trúverðugleika og trausti.

Þessir atburðir og umfjöllun um þá á innlendum sem erlendum vettvangi hljóta að vera mikið áhyggjuefni fyrir íslenskt athafnalíf. Heiðarleiki, traust og gott orðspor er mikilvæg auðlind, ekki síður en orka landsins eða fiskimið. Mikilvægt er að Íslendingar skynji ábyrgð sína sem forystuþjóð í sjávarútvegi og leiti allra leiða til að svona atburðir endurtaki sig ekki.

Skráning sjávarútvegsfyrirtækja á hlutabréfamarkaði felur í sér leiðarljós gagnsæis, aga og ríkar kröfur um vandaða starfshætti. Þá getur skráning aukið kröfur um fjárhagsupplýsingar, skýrt betur hagsmunatengsl og bætt þannig eftirlit.

Það er skynsamlegt – og líklegra til samfélagssáttar og betri starfshátta – að fyrirtæki sem sýsla með stærstu auðlindir þjóðarinnar og geta haft mikil áhrif á orðspor hennar, skoði dreifða eignaraðild og skráningu á hlutabréfamarkaði.

Í stað krafna um frystingu fyrirtækjaeigna og upphrópana um spillingu og ógagnsæi ættu menn að hvetja til þess að leið markaðarins sé nýtt til að skapa meira traust og setja fyrirtæki sem þessi á markað. Það færi betur á því að atvinnulífið tæki þannig frumkvæði fremur en að löggjafinn neyði menn til betri starfshátta.

> **Það er skynsamlegt – og líklegra til samfélagssáttar og betri starfshátta – að fyrirtæki sem sýsla með stærstu auðlindir þjóðarinnar og geta haft mikil áhrif á orðspor hennar, skoði dreifða eignaraðild og skráningu á hlutabréfamarkaði.**

Gunnar

Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir

Gjafmildi, þýlyndi

Árið 2014 fór sextug bandarísk kona til læknis vegna verkja í úlnlið. Læknirinn skrifaði upp á verkjalyfið OxyContin. Ekki leið á löngu uns konan var orðin háð lyfinu. Þegar læknirinn vildi ekki skrifa upp á meira keypti hún lyfið á svörtum markaði. Þegar hún hafði ekki efni á OxyContin tók hún að kaupa ódýrari lyf af dópsölum götunnar.

Konan sem um ræðir heitir Nan Goldin og er þekktur ljósmyndari. Í þrjú ár var Goldin í heljargreipum neyslu. En árið 2017 fór Goldin í meðferð. Að meðferð lokinni tók hún að kynna sér sögu lyfsins sem umturnað hafði lífi hennar. Hún rakst á nafn: Sackler. Hún kannaðist við nafnið úr listaheiminum. Nafn Sackler-fjölskyldunnar prýddi sýningarsali og lista yfir styrktaraðila safna um heim allan. Goldin til hryllings var hin ölmusugóða og listelskandi fjölskylda, Sackler-fjölskyldan, stofnendur Purdue Pharma, fyrirtækisins sem framleiðir OxyContin, og er talið bera mesta ábyrgð á ópíóíðafaraldrinum sem nú geisar í Bandaríkjunum og breiðist um heiminn.

Hvers vegna vissi hún þetta ekki? Goldin varð öskuvond. Hún ákvað að taka til sinna ráða.

„Fjarstæðukennd tilhugsun“

Í vikunni fjallaði fréttaskýringaþátturinn Kveikur og fjölmiðillinn Stundin um viðskipti sjávarútvegsfyrirtækisins Samherja í Namibíu. Fram kom að Samherji hefði undanfarinn áratug greitt háttsettum stjórnmála- og embættismönnum í Namibíu hundruð milljóna íslenskra króna til að komast yfir fiskkvóta undan ströndum landsins. Þá hafi lítill eða enginn virðisauki orðið eftir í Namibíu vegna hagnýtingar Samherja á kvótunum. Í kjölfar umfjöllunarinnar spurðu sig margir: Er ástæða til að ætla að viðskiptahættir fyrirtækisins séu eitthvað snyrtilegri á Íslandi en í Namibíu? Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra, taldi engar líkur á ósæmilegum starfsháttum Samherja á Íslandi. „Ég held að það sé nú fjarstæðukennd tilhugsun,“ sagði hann í viðtali.

En er hugmyndin svo fjarstæðukennd? Þótt sjávarútvegurinn á Íslandi hafi átt fordæmalaust góðærisskeið síðastliðinn áratug keppist ríkisstjórnin við að lækka veiðigjöldin. Þorsteinn Már Baldvinsson í Samherja hagnaðist um 5,4 milljarða í fyrra – meira en öll fyrirhuguð veiðileyfagjöld næsta árs. Þótt níu af hverjum tíu Íslendingum finnist mikilvægt að kveðið sé á um eignarrétt náttúruauðlinda í stjórnarskrá Íslands breytist aldrei neitt. Hvers vegna viðgengst þetta?

Blóðpeningar þvegnir

Það sem af er ári hefur fjöldi listasafna afþakkað frekari styrki frá Sackler-fjölskyldunni; Metropolitan safnið í New York, Tate í London, Louvre í París. Er það í kjölfar mótmæla fyrrnefndrar Nan Goldin. Goldin sakaði Sackler-fjölskylduna um að nota illa fengið fé til að fela syndir sínar með góðgerðarstarfsemi. „Fjölskyldan hefur þvegið blóðpeningana sína í sölum safna og háskóla um heim allan.“

Mútur eru ekki eina leiðin til að nýta fjárhagslega yfirburði til að fá sitt fram. Samherji hefur veitt háa styrki til stjórnmálaflokka. Samherji hefur þar að auki getið sér gott orð á sviði góðgerðarmála. Fyrirtækið keppist við að styrkja ýmis samfélagsverkefni, íþrótta- og æskulýðsstarf. Fyrirtækið er þekkt fyrir að styðja myndarlega við Fiskidaginn mikla á Dalvík.

Brauðmolar af borði Samherja tryggja þeim þögn og þýlyndi. Þetta er alþekkt aðferð. Spyrjið bara Sackler-fjölskylduna. Með „gjafmildi“ treystir fyrirtækið eignarhald sitt á kvótanum, lágmarkar greiðslur í sameiginlegra sjóði og hámarkar hagnað. Með fiskisúpu og flugeldum sannfærir Samherji almenning um að rugga ekki bátnum. Hver vill auka álögur á fyrirtækið sem er svo huggulegt að styrkja fótboltanámskeið barnanna?

Kveikur og Stundin upplýstu um arðrán Samherja á auðlindum annarrar þjóðar. En hefur Samherji ekki einmitt komist upp með arðrán á auðlindum íslenskrar þjóðar til áratuga?

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG:** Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Jóhanna Helga Viðarsdóttir **RITSTJÓRAR:** Davíð Stefánsson *david@frettabladid.is*, Jón Þórisson *jon@frettabladid.is*, **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.IS:** Sunna Karen Sigurþórsdóttir *sunnak@frettabladid.is.*
Fréttablaðið kemur út í 80.000 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*

KRÓNAN
Gerðu þitt eigið
Jóla
HLAÐ
BORÐ
Matseðill
Fyrir 8 manns
Karrýsíld, 255 g 359 kr. stk.
Marineruð síld, 255 g 359 kr. stk.
Rúgbrauð, 270 g 265 kr. pk.
Grafinn lax sneiddur, 200 g 1099 kr. pk.
Graflaxsósa, 190 ml 329 kr. stk.
Jólapate innbakað, 200 g 1399 kr. stk.
Jarðarberjasósa, 100 g 799 kr. stk.
Reykt andabringa, 230 g 2399 kr. stk.
Rauðlaukssulta, 180 g 699 kr. stk.
Hamb.hryggur sneiðar, 500 g 1385 kr. pk.
Waldorf salat, 500 g 999 kr. pk.
Heimagert rauðkál, 250 g 599 kr. pk.
Kalkúnabringa elduð, 500 g 2500 kr. stk.
Kalkúnasósa m. salvíu, 500 g 1390 kr. stk.
Heit purusteik, 400 g 1399 kr. stk.
Rauðvínssósa, 500 ml 1390 kr. stk.
Lifrarkæfa m. beikoni, 370 g 1293 kr. stk.
Lúxus laufabrauð, 130 g 1098 kr. pk.
Sjá nánar á kronan.is/ jolahlaðborð
Allt þetta undir
2500*
kr. á mann
*Miðað við eitt stykki/pakka af hverju. 500 g af hamborgarhrygg, 400 g af purusteik og 500 g af kalkúnabringu.
Afgreiðslutímar á www.kronan.is
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

Augnpotarar og apagrímur

Tyrkir bauluðu á þjóðsöng Íslands þegar hann var spilaður fyrir landsleikinn á fimmtudag. Þá meiddist Alfreð Finnbogason eftir viðskipti sín við einn leikmann Tyrkja. Það verður seint sagt að Tyrkir séu í miklu uppáhaldi eftir hegðun þeirra gagnvart landi og þjóð. Fréttablaðið skoðaði nokkra aðra sem hafa verið vondir, leiðinlegir og hagað sér eins og fífl við litla Ísland.

NORDICPHOTOS/GETTY

Santiago Ponzinibbio
Bölvaður melurinn stakk fingrinum í augað á Gunnar Nelson og blindaði okkar besta UFC bardagakappa. Eftirleikurinn var auðveldur og sló hann Gunnar í gólfið og vann bardagann. Dómarinn sá ekki atvikið en Íslendingar voru allt annað en sáttir við Ponzinibbio.

Cristiano Ronaldo
Evrópumótið 2016 er ein stærsta stund í íslenskri íþróttasögu. Fyrsti leikurinn var gegn Ronaldo og félögum í Portúgal. Leikurinn endaði 1-1 eins og flestir muna en allir muna hvað Ronaldo sagði eftir leik. „Ísland reyndi ekkert. Það var bara vörn, vörn, vörn og skyndisóknir.“ Þetta fór illa í land og þjóð sem þótti Ronaldo sýna litla liðinu vanvirðingu.

Valentin Ivanov
Hver man ekki eftir frammistöðu Rússans Valentins Ivanov í mikilvægum leik Þýskalands og Íslands 2003 í undankeppni Evrópumótsins. Með sigri hefði Ísland komist í úrslitakeppni stórmóts í fyrsta sinn. Hermann Hreiðarsson jafnaði leikinn í 1-1, eða svo héldu allir. En Ivanov flautaði brot. „Ótrúleg ákvörðun hjá Ivanov en Hermann andaði varla á varnarmanninn hvað þá meira,“ skrifaði Magnús Már Einarsson í umfjöllun um leikinn á Fótbolti.net. „Ég gerði ekki neitt – kom aldrei við hann. Ég skil ekki hvað dómarinn var að hugsa,“ sagði Hermann við Fréttablaðið um markið sem var dæmt af honum. Í umfjöllun um leikinn sagði: „Þetta var ekki eini umdeildi dómur Rússans og áttu leikmenn úr báðum liðum á köflum erfitt með að skilja ákvarðanir hans. Hinn vafasami dómur var vendipunktur leiksins því Fredi Bobic skoraði strax í næstu sókn og kom Þjóðverjum tveimur mörkum yfir.“

Mickey Thomas
Talandi um vanvirðingu. Það hleypti illu blóði í landslið Íslands þegar þeir flettu blöðunum í Wales fyrir landsleik 1981. Þar voru tveir af leikmönnum Wales, Mickey Thomas og Carl Harris, með apagrímur og ræddu þeir um að gera leikmenn Íslands að öpum í komandi leik. Thomas, sem þá spilaði með Manchester United, var pakkað saman í landsleiknum og skein stjarna Ásgeirs Sigurvinssonar skært í leiknum sem endaði 1-1. „Það hefði verið gaman að vera með banana eftir leikinn — til að rétta Mickey Thomas. Hann hefur ekki þurft að vera með grímu á myndinni, þar sem hann er það ljótur fyrir,“ sagði Atli Eðvaldsson við Vísi eftir leik. „Við vorum ákveðnir í að sýna þeim hverjir væru aparnir hér í Swansea og það gerði Ásgeir á eftirminnilegan hátt, þegar hann veifaði til áhorfenda eftir að hann var búinn að jafna – 2:2,“ sagði Guðmundur Baldursson markvörður.

Svíagrýlan
Svíar voru óþolandi góðir í handbolta og það verður að viðurkennast að strákarnir okkar áttu yfirleitt lítinn séns í ofurlið Svía með Staffan Faxa Olsson, Magnus Wislander og Ola Lindgren, svo nokkrir séu nefndir. Faxi fór yfirleitt hamförum gegn Íslandi og varð allt annað en vinsæll hér á landi. Reyndar var það svo að Ísland vann ekki Svía í handbolta í 17 ár en sigur vannst árið 2001 í kveðjulandsleik Guðmundar Hrafnkelssonar. Grýlan var svo jörðuð eftirminnilega árið 2006.

BIOEFFECT

dekraðu við húðina

gjafasettin eru komin // BIOEFFECT //

DUTY FREE KEFLAVÍKURFLUGVÖLLUR - HAGKAUP - LYF OG HEILSA KRINGLAN OG GLERÁRTORGI - LYFJA - NOMAD LAUGAVEGI
GK HAFNARTORGI - SNYRTIVÖRUVERSLUNIN GLÆSIBÆ - SIGLUFJARÐARAPÓTEK - APÓTEK VESTURLANDS - MAÍ

bioeffect.com

Réttu handtökin

Að flokka rusl

Birgitta Stefánsdóttir, sem starfar hjá Grænu teymi Umhverfisstofnunar, kennir réttu handtökin í að flokka rusl. Flestir kunna undirstöðuatriðin en Birgitta ræðir um flokkun á umbúðum sem fólk er í vafa um hvernig á að endurvinna.

„Á heimilum er mikið af umbúðum sem þarf að flokka rétt. Það eru nokkur atriði sem þarf að hafa í huga,“ segir Birgitta og tekur til tvo tepoka frá mismunandi framleiðendum. „Til að ákveða hvort tepokinn er plast eða pappír má prófa að reyna að rífa þá. Ef tepokinn rifnar auðveldlega þá er það pappír, annars flokka ég hann í plast.“

Annað dæmi um umbúðir sem fólk er í vafa um hvað það eigi að gera við eru lyfjaþynnur þar sem erfitt er að fletta álpappír utan af plasti.

„Lyfjaþynnur eru umbúðir sem fólk á í erfiðleikum með að átta sig á hvað á að gera við. Það er best að setja lyfjaþynnur í óflokkanlegt nema það séu enn lyf í þeim, þá þarf að skila þeim í apótek.“

Margar umbúðir eru samsettar úr pappa og plasti. Til dæmis mjólkurfernur. Birgitta segir að þótt það standi á umbúðunum að það megi flokka með pappír þá sé betra að taka tappann af og flokka með plasti. „Það er réttast að gera.“

Birgitta Stefánsdóttir hjá Umhverfisstofnun. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Með því að flokka úrganginn okkar drögum við úr auðlindanotkun og sóun.

Markmiðið fyrir árið 2020 er að ná að endurvinna 50% af úrgangi frá heimilum en raunin í dag er að einungis um 30% eru endurunnin.

Ekki er hægt að endurvinna tyggigúmmí, svamp og einnota bleyjur.

Spilliefni er nauðsynlegt að flokka og skila til endurvinnslu enda bannað að urða þau eða brenna. Dæmi um spilliefni eru rafhlöður, terpentína, lyf og fleira.

Kennslumyndband og frekari leiðbeiningar á fréttablaðid.is.

Spennandi tímar eru fram undan

Teymið Genki Instruments fékk í vikunni aðalverðlaun Hönnunarverðlaunanna í ár. Veronica Filippin tók á móti verðlaunum fyrir hönd Omnom súkkulaðigerðar sem fékk viðurkenningu fyrir bestu fjárfestingu ársins í hönnun.

Veronica, hönnuður Omnom súkkulaðigerðarinnar er ítölsk og flutti til Íslands fyrir fjórum árum. Hún er afar ánægð með vinalegt andrúmsloft í fyrirtækinu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Hönnunarverðlaunin 2019 voru afhent við hátíðlega athöfn í Iðnó síðastliðið fimmtudagskvöld. Genki Instruments hlaut aðalverðlaunin fyrir Wave-hringinn sem er hannaður til að auka upplifun og túlkun í tónlist.

Hringurinn þykir framsækin tæknilausn sem eykur möguleika tónlistarmanna til sköpunar á þægilegan og notendavænan hátt. Hringurinn er hannaður fyrir tónlistarfólk og byggir á Bluetooth-tækni.

Teymið á bak við Genki er skipað þeim Ólafi Bogasyni, Haraldi Þóri Hugossyni, Jóni Helga Hólmgeirssyni og Daníel Grétarssyni.

„Þetta er rosalega mikil viðurkenning fyrir okkur og okkar starf síðustu ár,“ segir Ólafur og segir Hönnunarmiðstöð hafa stutt dyggilega við teymið síðustu ár. „Þetta er hvatning til að halda áfram að beita hönnunardrifinni nálgun í því sem við erum að gera. Varan er komin á markað og við erum að breyta um takt núna. Höfum verið í þróunarferli síðustu fjögur ár. Nú erum við hins vegar að koma út markaðsefni og ná til kúnnans. Finna út hvernig við mætum þeirra þörfum best með þessari vöru, fá endurgjöf og halda áfram að betrumbæta hugbúnaðinn. Það eru spennandi tímar fram undan,“ segir Ólafur.

> ÞETTA ER HVATNING TIL AÐ HALDA ÁFRAM AÐ BEITA HÖNNUNARDRIF-INNI NÁLGUN Í ÞVÍ SEM VIÐ ERUM AÐ GERA.
>
> Ólafur

„Ég fæ að starfa við það sem ég elska,“ segir Veronica Filippin, grafískur hönnuður, sem tók á móti verðlaunum fyrir hönd Omnom súkkulaðigerðar sem hlaut viðurkenningu fyrir bestu fjárfestingu í hönnun 2019. Omnom framleiðir handgert súkkulaði og var stofnað af þeim Kjartani Gíslasyni og Óskari Þórðarsyni árið 2013.

Í umsögn dómnefndar segir meðal annars: „Ferlið á bak við vöruþróun er spennandi en Omnom hefur frá byrjun unnið með hönnuðum í öllu framleiðsluferlinu að heildrænni vöruupplifun, hvort sem það er súkkulaðið sjálft eða með vandaðri hönnun á umbúðum og framsetningu í verslunum. Slík samvinna í öllu ferlinu er skýrt dæmi um hvernig hönnun getur haft afgerandi áhrif á vaxtarsögu og velgengni fyrirtækis.“

Teymið á bak við Genki Instruments hlaut aðalverðlaunin.

Veronica flutti hingað til lands frá Ítalíu fyrir fjórum árum með kærasta sínum, Fedorico Remondi ljósmyndara. „Ég hef starfað fyrir Omnom í þrjú ár og lagði hart að mér til að fá starfið. Ég er eini starfandi hönnuður fyrirtækisins og hanna allt markaðsefni, til dæmis umbúðir og standa í verslanir. Fyrirtækið er lítið og vinalegt og hér ríkir fjölskylduandi,“ segir Veronica sem segist ánægð með lífið á Íslandi þó vissulega sakni hún stundum sólríkra daga heimalandsins og fjölskyldu sinnar.

„Ég hef þó eignast vini hér á landi og starfið gefur mér mikið. Áður en ég kom til starfa hjá Omnon hafði ég ekki átt kost á að starfa sem hönnuður í heilt ár. Það var mjög erfitt, mér fannst ég hálf manneskja, viðurkenningin er því mikils virði.“

kristjana@frettabladid.is

Dagur Hjartarson
Nýdönsk
Andri Snær Magnason
Hannes Pétursson
Kristín Ómarsdóttir
GDRN
Baggalútur
Sigrún Eldjárn
Auður Ava Ólafsdóttir
Guðrún Eva Mínervudóttir
Baggalútur
Oddný Eir Ævarsdóttir
Sjón
Guðrún Helgadóttir
Ævar Þór Benediktsson
Fríða Ísberg
Þórdís Gísladóttir
Kristín Ragna Gunnarsdóttir
Vilhelm Anton Jónsson
Dóri DNA
Bergrún Íris Sævarsdóttir
Bergþóra Snæbjörnsdóttir
Ragnheiður Gröndal
Bragi Ólafsson
Auður Jónsdóttir
Arnaldur Indriðason
Vigdís Grímsdóttir
Þórarinn Eldjárn
Hundur í óskilum
Jón Kalman Stefánsson
Yrsa Sigurðardóttir
Jónas Sigurðsson
Sigríður Hagalín Björnsdóttir
Gunnar Helgason
Lay Low
Þórunn Jarla Valdimarsdóttir
Emmsjé Gauti
Hallgrímur Helgason
Brynhildur Þórarinsdóttir
Okkar mál er skrifað í stjörnurnar
Til hamingju með dag íslenskrar tungu
Hátíðardagskrá dags íslenskrar tungu í Gamla bíó
https://www.facebook.com/dagur.isl.tungu/
ÍSLENSKA ER OKKAR MÁL

Aneta Matuszewska stofnaði fyrir ellefu árum Retor Fræðslu sem sérhæfir sig í að kenna fólki af erlendu bergi brotnu íslensku. FRÉTTABLAÐIÐ/ARI

Mállausir innflytjendur ódýrt vinnuafl

Við þurfum skýra stefnu, hvort innflytjendur eigi að tala íslensku eða ekki, segir **Aneta Matuszewska**. Hún segir niðurskurð til íslenskukennslu innflytjenda stuðla að dauða íslenskrar tungu. Stjórnvöld hafi skorið niður fjármagn til íslenskukennslu um helming á áratug.

Ari Brynjólfsson
arib@frettabladid.is

Ef íslenska tungumálið deyr, þá verður það ykkur að kenna," segir Aneta Matuszewska. Síðasta áratug hefur hún verið skólastjóri Retor Fræðslu, íslenskuskóla fyrir innflytjendur. „Ég er búin að búa á Íslandi í átján ár. Ég ákvað að gefa Íslandi tækifæri og sé ekki eftir því. Ég veit hvernig íslenskan mun deyja og hvernig hægt er að koma í veg fyrir það."

Við hittum Anetu á skrifstofu skólastjórans í Hlíðasmára í Kópavogi. Þar eru fimm skólastofur sem taka allt að fimmtán nemendur hver. Aneta er mjög ákveðin en hefur ekki mikinn tíma til að sitja og spjalla. Skilaboðin sem hún vill koma á framfæri eru einföld en beitt. „Við þurfum skýra stefnu, hvort innflytjendur eigi að tala íslensku eða ekki. Ég vil að hver og einn sem flytur til Íslands fái þau skilaboð að hér sé töluð íslenska og að Íslendingar tali við innflytjendur á íslensku," segir Aneta.

Samkvæmt tölum Hagstofunnar eru meira en 43 þúsund innflytjendur búsettir á Íslandi í dag. Meira en tólf prósent landsmanna. Þegar Aneta kom til Íslands var hlutfallið um þrjú prósent. „Ímyndaðu þér ef allir íbúar Akureyrar, Selfoss og Reykjanesbæjar væru innflytjendur. Í mörgum tilfellum er þetta fólk ekki með kosningarétt, borgar sína skatta en er alveg mállaust í samfélaginu. Þetta er fólk sem margir hugsa um að komi á færibandi til að vera ódýrt vinnuafl. Þetta er því miður hugsunarhátturinn hjá mörgum, jafnvel þeim sem stjórna landinu."

Fundaði með Lilju

Fyrir ári fundaði hún um málið með Lilju Alfreðsdóttur, mennta- og menningarmálaráðherra. „Ráðherra tók mjög vel í allt sem ég sagði og ég bind enn miklar vonir við að það muni eitthvað gerast. Staðan er sú að fyrir áratug voru lagðar árlega um 240 milljón krónur í að kenna innflytjendum íslensku, síðustu ár hefur talan verið í 120 milljónum. Helmingi minna, þrátt fyrir gífurlega fjölgun innflytjenda, þetta þarf að leiðrétta sem fyrst. Að óbreyttu störfum við í óvissu, vitum ekki hvað er fram undan. Í dag líður mér eins og ég sé ein á árabát að róa gegn straumnum, í baráttu fyrir ykkar tungumáli," segir Aneta.

„Menntamálaráðuneytið hefur, með því að skera niður styrki til íslenskukennslu til innflytjenda, náð að spara sér einn og hálfan milljarð á tíu árum. Það er auðvelt að spara á skattgreiðendum sem geta hvorki kosið né tjáð sig. Þetta finnst mér ekki í takt við nútímasamfélag."

Það þarf að tala við Anetu í dágóðan tíma til að skynja að íslenska er ekki hennar móðurmál. Hún er fædd og uppalin í vesturhluta Póllands, ekki langt frá landamærunum við Þýskaland. Aneta er matvælafræðingur að mennt. Þegar hún var búin með námið um tvítugt ákvað hún, líkt og svo margir aðrir, að prófa að fara út í heim í einhvern tíma. Svo fór að í janúar 2001 varð hún au pair á Kársnesinu.

Læra ensku í stað íslensku

„Ég man alltaf eftir tilfinningunni á leiðinni frá Keflavík og til höfuðborgarinnar. Hvert var ég komin? Engin tré. Sjórinn til vinstri og fjöllin til hægri. Hræðilegt veður," segir Aneta og hlær. Hún fékk hlýjar móttökur hjá fjölskyldunni og vandist Íslandi tiltölulega fljótt. Í stað þess að snúa aftur heim til Póllands fór hún að vinna á leikskóla, fyrst í Vesturbænum, svo sem deildarstjóri í Árbæ. „Ég vissi að ég yrði hérna í ár eða tvö. Það að læra íslensku var bara eitthvað til að gera á meðan. Við kennararnir í þessum skóla segjum alltaf í fyrsta tíma: Ef þú verður á Íslandi eins lengi og námskeiðið stendur, þá áttu að reyna að læra. Meira að segja ef þú ert kominn með farmiða heim, ekkert mál, ef þú kemur aftur, þá ertu kominn eitthvað áleiðis," segir Aneta. „Ég talaði ensku þegar ég flutti til Íslands, það gera ekki allir. Núna lifum við í þannig þjóðfélagi að innflytjendur læra ensku þegar þeir sjá fram á að búa hér í einhvern tíma, ekki íslensku."

Hvernig lærðir þú íslensku?

„Ég fór á tvö íslenskunámskeið, svo kom þetta með áhuganum," segir hún og brosir. „Ég lærði af virðingu. Ég er gestur í þessu landi og gat ekki hugsað mér annað en að læra tungumálið."

Hvers vegna fórstu ekki heim?

„Þegar ég var búin að vera á Íslandi í fjögur ár fékk ég tækifæri til að kenna Pólverjum íslensku. Ég sá strax að það vantaði betri lausnir og betri þjónustu fyrir þennan hóp, eftir það var ég staðráðin í að stofna minn eigin skóla."

Svo fór að hún stofnaði Retor Fræðslu árið 2008. „Þegar ég stofnaði skólann, þá var hjartað mitt orðið hálft íslenskt. Mér var farið að þykja vænt um Íslendinga, náttúruna og menninguna."

> ÞAÐ ER EKKI LANGT SÍÐAN ÉG FÓR AÐ RÍFAST VIÐ ÍSLENSKAN SÍMASÖLUMANN SEM VILDI BARA TALA VIÐ MIG ENSKU. HANN SKELLTI Á MIG ÞEGAR ÉG VAR BÚIN AÐ BIÐJA HANN ÞRISVAR UM AÐ SKIPTA YFIR Í ÍSLENSKU

Framhald á síðu 24

HVERNIG ER HEILSAN?

Heilbrigðiskönnun Gallup 2019

Við hjá Gallup þökkum landsmönnum fyrir góða þátttöku í Heilbrigðiskönnun 2019. Heildarniðurstöður könnunarinnar og erindi frá Heilbrigðisráðstefnu Gallup eru öllum aðgengilegar á **www.gallup.is.** Takk fyrir okkur!

Það er von okkar að svör þátttakenda nýtist þeim sem vilja stuðla að góðri heilsu landsmanna með því að taka ákvarðanir út frá góðum gögnum.

Á Heilbrigðisráðstefnu Gallup sem haldin var 6. nóvember síðastliðinn var fjallað um niðurstöður Heilbrigðiskönnunarinnar sem gerð var meðal Íslendinga, 18 ára og eldri. Spurt var um líkamlega heilsu, andlega heilsu, hamingju, mataræði og svefn.

Gallup færir samstarfsaðilum sínum bestu þakkir.

LYFJA nox medical VIRK

GALLUP

Framhald af síðu 22

Mun aldrei breyta eftirnafninu

Hvernig er að kynnast Íslendingum?

„Það tekst um leið og maður gerir sér grein fyrir því að Íslendingar eru ekki Pólverjar. Það hefur verið rosalega skemmtilegt ævintýri að kynnast Íslendingum. Það þarf að gefa frá sér alla dómhörku og sýna auðmýkt, þá er hægt að eignast alvöru vini úr öðrum menningarheimi.“

Aneta mun aldrei sleppa sumum hlutum sem eru sérstaklega pólskir. „Ég elska að setja tómatsósu ofan á pítsu,“ segir hún og hlær. „Það er alltaf ákveðin súpa á aðfangadag. Svo fæ ég tvo konudaga á ári.“

Hún mun heldur aldrei breyta eftirnafni sínu. „Ég heiti Matuszewska og mun alltaf heita það. Ég hef tekið eftir því að margir innflytjendur gera það, það er allt í lagi, en ekki ég.“ Nafnið verður þó til þess að oft gerir fólk ráð fyrir því að hún tali ekki íslensku. „Það er ekki langt síðan ég fór að rífast við íslenskan símasölumann sem vildi bara tala við mig ensku. Hann skellti á mig þegar ég var búin að biðja hann þrisvar um að skipta yfir í íslensku.“

Starfsemin byrjaði smátt, í atvinnuhúsnæði í Auðbrekku áður en þau fluttu í núverandi húsnæði. Hún vissi að hún gæti gert betur en námskeiðin sem hún fór á. „Það verða að vera litir í kennsluefninu, það var það fyrsta sem ég ákvað. Það er drepleiðinlegt að læra þegar allt er svarthvítt,“ segir Aneta og hlær. „Þetta er allt öðruvísi kennsla, við förum hægar og pössum okkur að svara öllum spurningum sem vakna.“

Gagnrýnir ráðuneytisstjóra

Nýverið var greint frá því að Gissur Pétursson, ráðuneytisstjóri félagsmálaráðuneytisins og fyrrverandi forstjóri Vinnumálastofnunar, hefði sagt á málþingi að fólk af erlendum uppruna sem starfar á íslenskum vinnumarkaði „nenni ekki að læra tungumálið“, þrátt fyrir að vera boðið á íslenskunámskeið.

„Slík viðhorf eru algeng hjá stjórnendum. Stefnuleysið hefur gert það að verkum að þessir einstaklingar vinna á kössum, keyra strætó, vinna á veitingastöðum og ýmis verkamannastörf. Mállausir innflytjendur. Það er ekki okkur innflytjendunum að kenna að þetta er staðan. Það er ykkur að kenna. Mállausi einstaklingurinn á búðarkassanum er afleiðing stefnuleysis stjórnvalda,“ segir Aneta.

„Að mínu mati geta allir lært grunninn í íslensku og lært að bjarga sér. Ég get fullyrt að meirihlutinn vill læra, hindranirnar eru hins vegar of margar. En innflytjendur þurfa hvata, reglur og stefnu. Stundum lítur þetta út eins og stjórnvöld vilji ekki að við lærum íslensku. Kannski er málleysið okkar kostur og heldur okkur sem ódýru vinnuafli. Ég hvet embættismenn eins og Gissur til að líta sér nær. Þetta er vandamál sem þið þurfið að leysa í stað þess að varpa ábyrgðinni á okkur innflytjendur. Þetta er ykkar land og ykkar tungumál.“

Aneta segir að ef stjórnvöld myndu draga línu í sandinn og gera það að opinberri stefnu að allir sem hér búa skuli læra íslensku, þá þurfi því líka að fylgja fjármagn. „Opinber stefna og aukið fjármagn er fyrsta skrefið í að viðhalda íslensku á Íslandi. Þannig gætum við að framtíð íslenskunnar.“

Viljið þið að við tölum íslensku?

Stefna myndi einnig eyða óvissu. „Við innflytjendur krefjumst þess að fá að vita hvað þið viljið. Viljið þið að við tölum íslensku eða ekki?“

Retor Fræðsla tekur á móti stórum hópi nemenda. Hluti þeirra kemur á eigin forsendum. Aðrir koma í gegnum Vinnumálastofnun eða fyrirtæki. „Við höfum varla undan. Við vinnum oft fram á kvöld til að reyna að hjálpa eins mörgum og við getum,“ segir Aneta. Þrátt fyrir það er reksturinn þungur.

„Námskeiðin fyrir einstaklinga

Aneta segir of margar hindranir í vegi þeirra sem vilji læra íslensku. Vill hún að það verði opinber stefna að allir á Íslandi tali íslensku. FRÉTTABLAÐIÐ/ARI

ÞAÐ ER EKKI OKKUR INNFLYTJENDUNUM AÐ KENNA AÐ ÞETTA ER STAÐAN. ÞAÐ ER YKKUR AÐ KENNA.

eru of dýr. Það að fólk sem hefur ekki mikið á milli handanna sé tilbúið að leggja á sig mikla fjárfestingu er vitnisburður um hvað fólk er tilbúið að leggja á sig til að læra íslensku,“ segir Aneta. „Stéttarfélög og stofnanir verða síðan að bjóða fólki sem ætlar að læra tungumálið betri endurgreiðslur. Það má ekki vera enn ein hindrunin.“

Þegar blaðamaður var á staðnum var hópur frá stóru fyrirtæki á íslenskunámskeiði. „Það hefur farið mikil vinna í að aðlaga námskeiðin þörfum fyrirtækja. Þá er áherslan lögð á að nota íslensku í því tiltekna starfi, fagheiti og orð sem eiga aðeins við einhverja tiltekna vinnu. Fyrirtækin sem leita til okkar eiga mikið hrós skilið fyrir að átta sig á því hversu mikilvæg íslenskan er.“

Borgað fyrir að þegja

Þó svo að íslenskukennsla sé aðalatriðið þá aðstoða þau einnig innflytjendur við að gæta að réttindum sínum. „Í mörgum tilfellum veit fólk ekki hvað það má gera. Íslenskan er lykillinn að samfélaginu og þeir sem eru lyklalausir eru látnir þola ótrúlegustu hluti,“ segir Aneta. Hefur hún oft og mörgum sinnum heyrt sögur um hvernig komið er fram við starfsfólk af erlendum uppruna. „Það eru mörg dæmi um að brotið sé á réttindum þeirra. Stundum er þeim borgað fyrir að leita ekki réttar síns. Borgað aukalega fyrir að þegja yfir alvarlegum vinnuslysum. Alls konar hlutir sem ég veit að yrði aldrei gert ef viðkomandi talaði íslensku.“

Aneta hefur fengið viðurkenningu á starfi sínu, sú stærsta var þegar Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, notaði hennar orð í ræðu á Íslensku bókmenntaverðlaununum snemma á þessu ári. „Ég sprakk úr stolti,“ segir hún og roðnar.

Aðspurð hvort hún stefni á pólitík í framtíðinni segir Aneta það ekki vera á dagskrá. „Ég er of upptekin við það sem ég er að gera í dag,“ segir Aneta.

„Árið 2007 hélt Vigdís Finnbogadóttir, fyrrverandi forseti Íslands, erindi á degi íslenskrar tungu. Þið hafið ekki hlustað á hana. Hún sagði að við ættum að efla virðinguna fyrir íslenskunni, vegna þess að ef við glötum henni þá eigum við ekkert lengur. Stjórnvöld verða að hlusta áður en það verður of seint, annars deyr íslenskan.“

Ný formúla. Einstök virkni.
*Samkvæmt óháðri klínískri rannsókn, framkvæmd af húðlæknum
Sýnilegur árangur*
Nærandi 100%
Sléttari húð 95%
Eykur ljóma húðar 86%
BLUE LAGOON
ICELAND
ALGAE BIOACTIVE CONCENTRATE
RESTORATIVE FACE OIL
ALGAE BIOACTIVE CONCENTRATE
Kraftmikil, náttúruleg andlitsolía með
örþörungum sem vernda kollagenforða húðar.
BLUE LAGOON
ICELAND
Fáanleg á bluelagoon.is og Laugavegi 15
EINKALEYFAVARIN NÁTTÚRULEG INNIHALDSEFNI / SJÁLFBÆR FRAMLEIÐSLA / BYGGT Á VÍSINDARANNSÓKNUM

Ása segir mikið vanta upp á í endurhæfingu á Íslandi. Hún segir Grensásdeild ekki í stakk búna til að veita þá þjónustu sem Jóna systir hennar þarf á að halda. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hún á það besta skilið

Ása Ottesen missti ungan bróður sinni í slysi fyrir rúmum tuttugu árum og í sumar slasaðist systir hennar alvarlega í slysi í Langadal. Slysin hafa haft margvísleg áhrif á líf Ásu og fjölskyldunnar allrar.

Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn@frettabladid.is

Frá því að fyrsta banaslysið í umferðinni var skráð á Íslandi hafa 1.578 manns látið lífið í umferðinni og margfalt fleiri slasast. Á morgun er haldinn hátíðlegur minningardagur um fórnarlömb umferðarslysa og af því tilefni verða minningarathafnir haldnar um land allt, meðal annars við Landspítalann í Fossvogi.

Ása Ottesen flytur ávarp á minningarathöfninni en hún hefur tvisvar á lífsleiðinni upplifað það að nánir aðstandendur hennar lendi í umferðarslysi. Þegar Ása var átján ára lenti fjölskylda hennar í alvarlegu slysi rétt utan við Mosfellsbæ. Í slysinu slasaðist móðir hennar alvarlega og bróðir hennar, Marínó, lét lífið aðeins tveggja ára gamall. Þann fyrsta júní á þessu ári lenti systir Ásu, Jóna, í alvarlegu slysi og er í hjólastól.

„Ég held að þegar einhver svona nákominn þér er að berjast fyrir lífi sínu þá fari maður annaðhvort til baka og alveg inn í sig eða keyri þetta áfram og ég er búin að gera það,“ segir Ása.

Mikilvæg skilaboð

„Þegar ég var beðin um að flytja ávarp á minningarathöfninni á sunnudaginn var ég ekki viss hvort ég ætti að gera það eða ekki því að mig langar ekki beint til að standa fyrir framan fólk og tala um það hvað allt sé erfitt svo ég sagðist myndu hugsa málið,“ segir Ása.

„Því meira sem ég hugsaði þá áttaði ég mig á því að ég gæti kannski komið einhverjum mikilvægum skilaboðum á framfæri með því að gera það. Að þetta gæti verið tækifæri fyrir mig til að láta í mér heyra varðandi vegina hér, hætturnar í umferðinni og svo auðvitað til að þakka öllum viðbragðsaðilunum sem komu að slysinu,“ segir Ása. „Mér finnst það vera mitt hlutverk að tala um þetta systur minnar vegna,“ bætir hún við.

Þegar Jóna lenti í slysinu var Ugla fimm ára dóttir hennar með henni í bílnum. Ugla slapp ómeidd en Jóna slasaðist alvarlega og hlaut mænuskaða. „Slysið varð um mitt sumar svo það voru margir bílar á ferð. Bara allir í halarófu og þegar þetta gerist þá er erlendur læknir í einum bílnum og hjúkrunarfræðingur í öðrum, segir Ása.

„Hjúkrunarfræðingurinn var kona sem kannaðist við Jónu og þegar hún kemur að slysinu hleypur hún strax að Uglu og sér að hún er alveg í lagi. Hún tekur Uglu í sinn bíl svo hún þurfti ekki að vera í allri hringiðunni og upplifa hræðsluna sem því fylgir. Hún fer bara strax með hana í bílinn og tekur hana alveg að sér. Hún veitir Uglu strax svo góða aðhlynningu,“ segir Ása.

„Jóna segir lækninum að hún geti ekki hreyft sig. Hann fattar strax að það megi ekkert hreyfa við henni og hlúir að henni alveg þangað til þyrlan kemur,“ segir hún og bætir við að mikilvægt sé að fólk kunni að bregðast rétt við í aðstæðum sem þessum.

„Bæði í þessu slysi og í slysum almennt er mjög mikilvægt að fólk kunni að bregðast við, að fólk sé til dæmis ekki hreyft til því að maður veit aldrei hvað er brotið og það getur skipt svo miklu máli fyrir batann,“ segir hún.

Endurhæfingin ekki sem skyldi

Árið 1997, eftir að móðir Ásu lenti í slysinu eyddi hún tíma á gjörgæslu og þaðan fór hún á bæklunardeild. „Mamma var mjög fljót að koma sér í stand eftir slysið. Hún lifir góðu lífi í dag, alltaf á fjöllum, syndir og hleypur,“ segir Ása.

„Batinn hjá Jónu er allt öðruvísi. Hún var á gjörgæslu lengur en hún hefði þurft að vera því það var ekki pláss á heila- og taugadeildinni. Þegar hún kom þangað varð hún svo líka að vera þar lengur en hún hefði þurft því að það var ekki pláss á Grensási,“ segir hún.

Það var mikil tilhlökkun í allri fjölskyldunni eftir að Jóna kæmist að á Grensási, endurhæfingardeild Landspítalans. Þau stóðu í þeirri trú að þar myndi bataferlið hefjast fyrir alvöru. „Við vorum búin að bíða eftir því að hún kæmist á Grensás því að þá áttu hlutirnir að fara að gerast en það er rosa lítið prógramm í gangi þar. Það er sjúkraþjálfun í klukkutíma svo hlé og svo aftur sjúkraþjálfun í klukkutíma. Svo bara eiginlega ekkert meir. Hún er mestmegnis að horfa bara út í loftið og mikill tími sem fer í að gera ekki neitt, sem okkur finnst ekki nógu gott,“ segir Ása.

Hún segir að endurhæfingardeildin á Grensási sé löngu sprungin. Þar sé biðlisti og húsnæðið hafi ekki burði til að sinna þeirri starfsemi sem nauðsynleg sé í endurhæfingu.

„Það eru allir sammála um að það þurfi stærra húsnæði undir deildina, það er meira að segja búið að teikna hana en eitthvað er því til fyrirstöðu að hún sé byggð,“ útskýrir Ása.

Úrræðin ekki til á Íslandi

„Edda Heiðrún Backman leikkona ásamt Hollvinum Grensásdeildar, hrinti af stað söfnun sem var kölluð Á rás fyrir Grensás fyrir tíu árum. Þar söfnuðust yfir 100 milljónir svo það er til peningur fyrir til dæmis nýjum tækjum en það er ekki pláss fyrir þau í húsnæðinu. Það var dálítið áfall að heyra það,“ segir Ása og vonbrigðin leyna sér ekki.

> ÞAÐ ER ÖMURLEGT AÐ VITA AF SYSTUR MINNI ÞARNA INNI Í UMHVERFI SEM HEFUR EKKI BREYST SÍÐAN 1973 OG AÐ HÚN FÁI EKKI ÞAU ÚRRÆÐI SEM HÚN ÆTTI AÐ GETA FENGIÐ.

„Grensás var byggt árið 1973 og það hefur bara verið eins síðan þá, ekki einu herbergi hefur verið bætt við. Það er biðlisti þangað inn og það er rosa slæmt fyrir fólk sem er til dæmis með mænuskaða því að heilinn og taugarnar eru fljót að gleyma sínu hlutverki og biðin getur hægt á batanum,“ segir hún.

Fljótlega eftir að Jóna lenti í slysinu hóf Ása að kanna hvað væri í boði fyrir fólk í hennar stöðu. Þá sá hún að ýmis úrræði voru í boði fyrir fólk með mænuskaða en fæst þeirra væru þó í boði hér á landi. „Svo fór ég að heyra það frá fólki sem þekkti til að þessi úrræði væru ekki í boði á Grensási,“ útskýrir Ása.

„Það er ömurlegt að vita af systur minni þarna inni í umhverfi sem hefur ekki breyst síðan 1973 og að hún fái ekki þau úrræði sem hún ætti að geta fengið,“ segir Ása.

Ása áttaði sig á því snemma í ferlinu að Jóna fengi ekki þá þjónustu sem hún þyrfti á Grensási. „Það er ekki við starfsfólkið að sakast, þau eru öll að vinna sína vinnu, þetta eru einhverjir með meiri völd sem stjórna þessu og heilbrigðisráðherra ætti kannski að fara að skoða þetta og gera eitthvað í ástandinu,“ segir hún.

Halda í vonina

Ása, ásamt vinkonum hennar og Jónu, setti af stað söfnun fyrir Jónu. Hópurinn hljóp í Reykjavíkurmaraþoninu og þar safnaðist dágóð upphæð. „Systir mín á skilið að fara í bestu meðferðina til að eiga sem bestan möguleika á bata og þess vegna ákváðum við að safna peningum,“ segir Ása og bætir við að meðferðirnar sem Jóna þarfnast séu ekki einu þættirnir sem þýði aukinn kostnað fyrir fjölskylduna eftir slysið.

„Íbúðin þeirra hentar þeim ekki lengur og ekki bíllinn svo peningurinn sem safnaðist mun fara í þetta og endurhæfinguna sama hvort hún verður hér eða ef við þurfum að fara út,“ segir Ása.

Aðspurð hvort fjölskyldan hafi íhugað að fara til útlanda til að leita að þjónustu fyrir Jónu segir hún ekkert útilokað í þeim efnum.

„Þegar Marínó bróðir dó fylgdi því mikil sorg sem við þurftum að læra að lifa með. Við minnumst hans í dag með hlýju, höldum upp á afmælið hans og höfum vanist því að lifa með sorginni,“ segir Ása.

„En Jóna lifði af og þar er von. Maður veit aldrei hvað gerist og við munum reyna að gera allt til þess að hjálpa henni,“ segir Ása. „Hún fékk símtal um daginn frá sérfræðingum í handaaðgerðum í Svíþjóð. Jóna getur hreyft hendurnar og er farin að gera hluti sem hún gat ekki gert fyrst og þessi aðgerð gæti mögulega hjálpað henni að bæta enn meira það sem komið er,“ bætir Ása við.

Áhrif á alla fjölskylduna

Slysið hefur breytt lífi allrar fjölskyldunnar en Ása lítur á verkefnið þannig að nú þurfi þau aftur að læra að lifa lífinu öðruvísi líkt og þegar þau misstu Marínó.

„Þetta breytir hennar lífi ótrúlega mikið og auðvitað lífi dóttur hennar sem þarf að læra að lifa með þessu og læra að lifa með því að eiga mömmu sem er í þessari aðstöðu. En hún er svo mögnuð, alveg grjóthörð við mömmu sína,“ segir Ása.

„Auðvitað hefur þetta breytt lífi okkar allra en ég sé fyrir mér að við Jóna getum haldið áfram að gera allt saman sem við vorum vanar að gera, við þurfum bara að læra að gera það öðruvísi,“ segir hún að lokum.

Íslandsbanki
Ánægðustu viðskiptavinirnir
Komdu í hópinn. Viðskiptavinir Íslandsbanka eru þeir ánægðustu í bankaþjónustu, sjötta árið í röð.*
Skráðu þig í viðskipti strax í dag á islandsbanki.is
*samkvæmt Íslensku ánægjuvoginni

Ásta í íbúð sinni í Hlíðahverfinu þar sem hún hefur komið sér vel fyrir. Myndir sem hún tók prýða stofuna og eru af föður hennar og ömmusystur, Guðmundu Elíasdóttur. MYND/KÁRI SVERRISS

Margir fastir í skyndilausnum

Ásta Kristjánsdóttir ljósmyndari þróaði nýjar snyrtivörur og bætiefni úr lýsi. Sjálf glímdi hún við erfitt exem og ofnæmi frá unga aldri. Ásta segir frá uppvextinum, ferðalögunum og jafnvæginu sem hún fann eftir skilnað.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Mér finnst nálægðin við Öskjuhlíð og miðbæinn dásamlegur kostur," segir Ásta Kristjánsdóttir ljósmyndari sem hefur komið sér vel fyrir í Hlíðahverfinu í Reykjavík með átta ára gömlum syni sínum. Hún skildi fyrir rúmu ári og þeim mæðginum gengur vel að finna nýjan takt.

Sonur hennar gengur í skóla Hjallastefnunnar í Öskjuhlíð. „Þetta hverfi er fallegt og gróið og hefur upp á svo margt að bjóða. Sonur minn getur hjólað í skólann og þarf ekki að fara yfir stórar götur og ég fer reglulega í góða göngutúra sem ég gæti ekki verið án," segir Ásta.

Íbúðin er björt en hlýleg. Í stofunni hanga uppi tvær stórar myndir, af föður hennar Kristjáni Guðlaugssyni og ömmusystur hennar Guðmundu Elíasdóttur. „Hún hafði mikil áhrif á mig og var mikilvæg fyrirmynd. Á þessari mynd er hún 92 ára gömul. Hún var svo hláturmild og lífsglöð, það er varla hægt að fá betra veganesti í lífinu," segir Ásta en margir þekkja sögu Guðmundu úr merkilegri ævisögu hennar, Lífsjátningu, sem Ingólfur Margeirsson skráði.

„Mamma trukkur"

„Pabbi og mamma skildu þegar ég var tíu ára gömul og hann flutti til

Ásta fimm ára gömul.

Noregs. Þar varð hann blaðamaður og seinna ritstjórnarfulltrúi hjá Aftenposten. Hann þvældist út um allan heim, meðal annars til Króatíu og Íraks á meðan á stríðinu stóð. Ég á hálfbróður úti í Noregi sem hefur verið í sama bransa en líka í pólitík. Ég og systir mín urðum eftir á Íslandi með mömmu," segir Ásta og segist hafa alist upp með sterkum konum.

„Mamma var algjör trukkur, hún starfaði sem hjúkrunarfræðingur og vann myrkranna á milli. Það var ekkert einfalt mál að vera einstæð, tveggja barna móðir á þessum tíma. Ég tók snemma á mig mikla ábyrgð, bara tíu ára passaði ég systur mína og hugsaði um heimilið á meðan mamma var að vinna. Stundum var hún á tvöföldum vöktum frá morgni til miðnættis. Þannig var

> ÞAÐ ER SKRÝTIÐ AÐ MÖRGU LEYTI AÐ SKILJA. ÞAÐ ER AUÐVITAÐ ÁLAG OG ÞAÐ ER ALLTAF SVAKALEGA ERFITT.

það bara en amma bjó nálægt og ég sótti mikið til hennar. Ég fullorðnaðist fljótt," segir Ásta.

Hún var sautján ára gömul þegar hún hóf fyrirsætuferil sinn. „Ég hætti í MR eftir tvö ár og flutti alla leið til Tókýó í Japan. Mér fannst ég svo fullorðin, ég var bara tilbúin í þetta verkefni. En auðvitað hringdi ég stundum kollekt til mömmu heima á Íslandi þegar ég var blönk og bað hana að hjálpa mér," segir hún og brosir.

„Það var í Tókýó sem ljósmyndaáhuginn kviknaði af alvöru. „Ég hef engar skelfilegar sögur að segja úr bransanum. Þvert á móti þá nærði hann áhuga minn á ferðalögum, listum og ljósmyndum. Ég trúi því að þeir hlutir sem þú veitir mikla athygli vaxi og dafni. Ég byrjaði að taka svarthvítar myndir í Tókýó þegar ég þrammaði um borgina og fór í prufur, þar var allt svo framandi fyrir sautján ára stelpu frá Íslandi. Ég fór svo smám saman að prófa mig meira áfram á ferðalögum mínum um heiminn og áhuginn vatt upp á sig. Ég ferðaðist og bjó á þessum árum á Taívan, í London, New York, Japan og Kóreu, og mér fannst ég svo óskaplega fullorðin," segir hún.

Lærði af ferðalögunum

Ferðalögin sem Ásta upplifði á unglingsaldri héldu áfram og hún hefur á ævi sinni búið á ótrúlegustu stöðum um allan heim. Í ólíkum stórborgum í mismunandi heimsálfum og á afskekktum svæðum í miklu fámenni. Indlandi, Kanada og Síberíu, svo fáein dæmi séu nefnd.

„Ég hef lært mikið af ferðalögum mínum. Fyrst og fremst að bera virðingu fyrir mismunandi fólki, sama af hvaða stétt það er eða hvaða trúarbrögð það aðhyllist. Það allra mikilvægasta sem ég lærði er að við erum öll eins í grunninn. Við höfum sömu tilfinningar og þarfir, og við erum flest í grunninn góð og velviljuð. Ég er þakklát fyrir að hafa fengið að skoða heiminn og held að það sé hollt að fara reglulega út úr öryggisboxinu og sjá hvernig aðrir hafa það."

Ásta eignaðist frumburð sinn 25 ára gömul á Íslandi. „Þá breyttist líf mitt. Tilgangur lífs míns var fundinn og mér fannst þegar ég fékk hana í fangið að ég hefði fundið hana aftur. Eins og að áður hefði eitthvað vantað. Einu sinni sagði mér indverskur miðill að við hefðum farið saman í gegnum fyrri líf og fundið hvor aðra aftur í þessu lífi. Ég fann slíka tilfinningu. Ég tók dóttur mína með í flest ferðalögin, hún var alltaf mér við hlið. Við erum mjög samrýndar, ég tala við hana á hverjum degi. Stundum oft á dag. Og nú hefur hún gert mig að ömmu," segir Ásta og ljómar.

Ömmuhlutverkið merkilegt

„Mig langaði alltaf til að eiga að minnsta kosti fimm börn. En ég og faðir hennar skildum þegar hún var átta ára gömul. Ég eignaðist svo strákinn minn mörgum árum seinna með öðrum manni. Draum-

Framhald á síðu 30

RENAULT
Passion for life
Frumsýning
Nýr Renault ZOE
Einn athyglisverðasti nýi rafbíllinn á markaðnum
ZOE
Renault ZOE
Verð frá: 3.990.000 kr.
ZE
Nýr 100% rafdrifinn Renault Zoe er með 52 kWh rafhlöðu og hefur 395 km drægi samkvæmt nýjum samræmdum WLTP mælingum. Nýr 136 hestafla rafmótor gerir Zoe lipran og skemmtilegan í bæjarakstri. Í honum er ný og glæsileg innrétting með endurunnu áklæði á sætum og mælaborði, 9,3" Easy Link litaskjár, íslenskt leiðsögukerfi, Google leit, Apple Carplay og Android Auto, bakkmyndavél, sjálfvirk stýring á háum og lágum geisla aðalljósa o.m.fl.
Kynntu þér einn athyglisverðasta nýja rafbílinn á markaðum á glæsilegri frumsýningu.
FRUMSÝNING Í DAG
FRÁ 12-16
Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622
Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533
Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070
IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080
BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L

Framhald af síðu 28

urinn um að eignast öll þessi börn rættist að nokkru leyti því ég á tvö börn, einn stjúpson sem kemur mikið til mín og nú á ég eina litla ömmustelpu. Ömmuhlutverkið er stórmerkilegt og alveg frábært. Það kom mér á óvart en ég er svo tilbúin í þetta nýja hlutverk. Ég fæ að sýna henni hlýju án þess að hafa stjórn eða bera á henni alla ábyrgð.“

Ásta upplifir ekki eirðarleysi eins og margir gera í kjölfar skilnaðar. „Það er skrýtið að mörgu leyti að skilja. Það er auðvitað álag og það er alltaf svakalega erfitt, þó maður skilji í góðu eins og ég gerði. Það eru líka alltaf tækifæri í erfiðum verkefnum og áföllum, þar vex maður og þá reynir virkilega á vöðva sem maður er ekki vanur að nota. Ef maður nær að styrkja þann vöðva þá er maður sterkari og getur miðlað af reynslu sinni.

Það er nýtt fyrir mér að hafa allan þennan tíma fyrir sjálfa mig, þegar strákurinn minn er hjá pabba sínum. Í raun og veru gæti ég allt eins hagað lífi mínu eins og unglingur ef ég hefði ekki margt á minni könnu,“ segir Ásta. „Þessi tími nýtist vel til að rækta sjálfa mig. Ég held að konur geri alltof miklar kröfur til sín. Ég gerði það að minnsta kosti eftir skilnaðinn og varð ofsalega þreytt og svolítið neikvæð líka. Vinkona mín leiddi mig hins vegar á réttan stað og benti mér á að koma á öndunarnámskeið til Nicolai Engelbrecht. Ég þóttist fyrst ekki hafa tíma en lét mig svo hafa það að fara til hans. Þetta var algjört fyrir og eftir!“ lýsir Ásta.

Við erum öll í sama stríðinu, segir Ásta. „Því miður þá gefa flestir það eftir að rækta líkama og sál. Það endar oftast neðst á „to-do“ listanum.“ MYND/KÁRI SVERRISS

ÞARNA FANNST MÉR AÐ EF EINHVER MYNDI RÁÐAST AÐ MÉR Í FJÖLMENNI ÞÁ MYNDI ENGINN KOMA MÉR TIL HJÁLPAR.

Ásta bjó um tíma í Síberíu. Hún segist hafa lært margt af því að búa víða um heim.

Öndunaræfingar og jóga

Nicolai var staddur hér á Íslandi á síðasta ári og kenndi Íslendingum að nýta öndun til að leita inn á við, losa um streituvalda og erfiða lífsreynslu. „Þetta breytti mér, ég losaði um svakalega mikla spennu en hlóðst líka af mikilli orku. Ég hef aldrei fundið eins öflugt verkfæri til að komast í gott jafnvægi og líða betur. Ég er mjög hrifin af þessum öndunaræfingum því þarna nær maður sambandi við kjarnann sinn og svo eru æfingarnar sjálfbærar. Allir geta gert þessar öndunaræfingar heima hjá sér. Ég get kennt þér og svo kennir þú öðrum, ef allir gera þetta þá trúi ég að samfélagið verði betra. Við verðum þolinmóðari gagnvart okkur sjálfum og öðru fólki. Mér finnst með þessum einföldu aðferðum eins og það sé verndarhjúpur í kringum mig sem fyllir mig værð, og ég er fyrir vikið miklu tillitssamari við sjálfa mig og aðra.“

Snyrtivörur úr lýsi

Hún nýtir nú reynslu sína og bakgrunn og hefur þróað nýjar snyrtivörur og bætiefni úr lýsi sem eru framleiddar á Íslandi. Ásta stofnaði fyrirtækið Oil of Iceland og fyrsta vörulínan er komin á markað. Línan samanstendur af tveimur vörum, serum-dropum og bætiefni. „Serum-olían er náttúruleg afurð sem er búin til úr lífrænni sandalviðarolíu og þorskalýsi. Bætiefnið samanstendur af ómega-3, kollageni og hyaluronic-sýru.“

Ásta var með mikið og þrálátt exem og ofnæmi frá unga aldri. Hún fór að prófa sig áfram með lýsi og bar á blettina og árangurinn var góður.

„Ég vil leggja áherslu á húðheilsu og hvetja konur til að styrkja húðina, stærsta líffærið okkar. Við vitum að krem eða serum eitt og sér getur haft áhrif en það skiptir líka miklu máli að sofa vel, borða hollan mat, draga úr streitu, drekka nóg vatn og stunda einhvers konar hreyfingu. Að njóta lífsins og gefa sér tíma skiptir líka miklu máli,“ leggur Ásta áherslu á og segir að konur ættu að vera vakandi fyrir því að láta ekki selja sér skyndilausnir.

„Það var alltaf til lýsi heima og ég eins og flestir Íslendingar tók eina skeið á dag og tek enn. Ég vildi þróa vöru sem myndi bæta einhverju góðu við líf kvenna og legg áherslu á heildræna nálgun til að byggja upp húðina.“

Exem og ofnæmi Ástu var mjög erfitt viðureignar fyrir nokkrum árum og hún sýnir blaðamanni mynd af sér þar sem einkennin eru slæm. En nú bólar ekki á neinum einkennum.

„Þetta var fyrir fjórum árum, ég þurfti oft að nota sterakrem, taka ofnæmislyf og fara í ljós til að halda exeminu niðri. Ég reyni að vera jákvæð og hugsa með mér að líkami minn sé einfaldlega svo klár að láta mig vita þegar ég þarf að fara betur með mig. Ef ég er í ójafnvægi, að borða óhollt eða nota óvandaðar vörur þá finn ég strax fyrir því. Í dag borða ég lítinn sykur og hveiti og engar mjólkurvörur. Svo nota ég auðvitað olíuna mína á næturnar.

Ég er samt ekki hrifin af öfgum og það er mjög persónubundið hvað er gott fyrir fólk. Sumir þola meira kaffi á meðan aðrir þurfa minni svefn. En við getum öll gert betur við okkur. Að gæta húðarinnar er spurning um að fjárfesta í heilsu sinni, til þess þarf tíma og alúð en alls ekki dýrustu kremin,“ segir Ásta og segir mikilvægt fyrir konur að standast þrýstinginn á að kaupa eitthvað sem þær þurfa ekki á að halda.

Lítil atriði geta breytt miklu

„Við erum öll í sama stríðinu, þurfum að klára vinnudaginn, sinna fjölskyldu og vinum, gefa af okkur og reyna líka að rækta líkama og sál. Því miður gefa flestir það eftir að rækta líkama og sál, það endar oftast neðst á „to do“-listanum,“ segir Ásta og segir einmitt þess vegna marga fasta í skyndilausnum. „Ég hef lært svo margt sjálf af því að vera undir álagi og vinna mig út úr erfiðleikum. Þegar við förum út um dyrnar á morgnana þá dugir ekki að fá sér bara sterkan kaffibolla til að koma mér af stað.

Við vitum það vel að við þurfum að hlaða batteríin og næra sálina en erum svolítið ráðalaus. Hvað er hægt að gera? Ég hef verið að æfa mig í því að finna lausnir á þessum vanda í mörg ár og er þakklát fyrir alla veggina sem ég hef rekist á, þeir gerðu mig að því sem ég er. Ég byrjaði fyrir tvítugt að lesa Dale Carnegie og Brian Tracy, fór ung í Al-Anon. Síðar fór ég að leita í jóga og hugleiðslu. Ég náði hins vegar aldrei almennilega að hugleiða fyrr en ég lærði rétta tækni við að anda.

Við erum öll að leita að því rétta. En staðreyndin er sú að það eru nokkur lítil atriði sem geta breytt mjög miklu í lífi hvers og eins. Það er til dæmis dýpri öndun, góður svefn, minna kaffi og meira vatn! Einfalt og kostar ekki mikið,“ segir Ásta og tekur það fram að þetta sé æviverkefni.

„Auðvitað á ég slæma daga, að finna jafnvægi er æviverkefni. En öndunaræfingarnar hafa reynst svo vel að ég hef kennt vinum og fjölskyldu þær æfingar sem ég lærði af Nicolai og þær skipta sköpum í mínu lífi. Ég geri þessar æfingar á hverjum morgni áður en sonur minn vaknar og allt fer á fullt, þær taka stuttan tíma en breyta miklu. Lýsið er líka mikilvægt okkur Íslendingum og það er merkilegt hvað það virkar vel á húðina. Það getur í raun hver sem er prófað að kaupa sér lýsisflösku og borið á sig. Mín vara er betrumbætt að því leyti að hún er mildari, er í betri umbúðum og ilmar betur. Svo er bætiefnið mikilvæg viðbót.

Manstu þegar þú varst átta ára? Hvernig þér leið?“ spyr Ásta.

„Það er þessi tilfinning um að allt sé hægt en á sama tíma er maður öruggur og rólegur. Á þessum aldri erum við svo beintengd kjarnanum okkar. Þegar maður verður fullorðinn sækir að manni löngun til að finna þetta aftur. Ég er næst því að vera þar í lífinu núna.“

Upplifði óöryggi í Kaíró

Ásta er nýkomin úr ferðalagi til Kaíró. Þangað fór hún á vegum Re-Cover-samtakanna í ljósmyndaverkefni tengt flóttafólki.

„Þetta var var magnað og lærdómsríkt ferðalag. Ég fékk skilaboð frá vinkonu minni sem er búsett þar í landi um að ég skyldi koma með túrtappa með mér. Það er nefnilega varla hægt að kaupa þá þar. Það er skelfilegt, konur upplifa skömm vegna kynfæra sinna. Mikil skömm fylgir því að kona sé á blæðingum og ennþá eru ungar stúlkur að ganga í hjónaband með eldri karlmönnum. Ég fékk vægt menningarsjokk í borginni, feðraveldið var svo yfirþyrmandi. Ég hef hvergi í heiminum fundið eins mikið fyrir því og þarna. Veruleiki kvenna í borginni er sá að þær eru algjörlega upp á eiginmenn sína komnar. Ef þú ert ekki gift, þá getur þú ekki leigt þér íbúð. Ég hef aldrei áður fundið fyrir jafn miklu virðingarleysi og jafnvel fyrirlitningu sem kona og í þessari borg. Það var stundum ekki hlustað á mig, það var eins og ég væri ekki til. Ég upplifði líka mikið óöryggi, þarna fannst mér að ef einhver myndi ráðast að mér í fjölmenni þá myndi enginn koma mér til hjálpar.“

Sagði takk við mömmu sína

Ásta segist hafa snúið heim til Íslands full þakklætis. „Ég sagði takk við mömmu og í huganum þakkaði ég öllum þeim konum sem börðust og berjast enn fyrir réttindum okkar. Þetta eru ekki sjálfsögð réttindi og það er hægt að taka þau af okkur. Við þurfum að halda okkur við efnið.

Það er sorglegt að árið 2019 halli svo mikið á konur í heiminum. Ég er þakklát fyrir að geta fengið mér hreint vatn úr krananum heima, andað að mér hreinu lofti og að hafa réttindi. Að vera ekki álitin úrhrak þótt ég sé einstæð móðir. Þetta var því góð ferð þótt hún hafi verið erfið.

Ég er enn staðráðnari í en ég var áður að láta gott af mér leiða. Einhver gæti spurt: En hvað get ég gert til að breyta heiminum? Líðan kvenna í Kaíró? Óréttlæti heimsins? Ég lærði það þegar ég bjó á Indlandi þar sem margt fólk býr við mikla fátækt og erfiðleika að viðhorfið skiptir miklu máli.

Ef velvildin ræður för, ef allir gera eitthvað eitt. Ef allir myndu hjálpa einni manneskju á hverjum degi, þá yrði lífið og heimurinn betri staður. Við getum hreinlega byrjað á litlu hlutunum, æða ekki út um dyrnar á morgnana eftir að hafa svolgrað í okkur kaffibollann. Heldur staldra við og gefa sér og öðrum það eina sem er raunverulega dýrmætt. Tíma.“

Til hamingju Mosfellingar!

Við óskum íbúum Mosfellsbæjar til hamingju með nýtt fjölnota íþróttahús að Varmá og þökkum gott samstarf.

ALVERK

SAMSTARFSAÐILAR

ARKÞING | Nordic
Verkfræðistofa Reykjavíkur
SG Bygg
VGH Mosfellsbæ – Verktaki síðan 1968 – Það sem til þarf
LOTA
Óskasteinn verktakar ehf.
Gaflarar rafverktakar
Glerborg
Halgruppen
Kraftlagnir ehf. pípulagningaverktakar
Verkferill
Bjóssi ehf
Krafla ehf.
Trivium ráðgjöf
Gólflagnir
Metatron
Blikksmiðurinn – Þekking - færni - þjónusta
Raflausnir rafverktakar

Takk fyrir allt!

Frá árinu 2012 hefur viðskiptahraðallinn **Startup Reykjavík** stutt við íslenska sprotasamfélagið með kraftmiklum og ómetanlegum hætti. Fyrir tilstilli **Icelandic Startups** og **Arion Banka,** með ómældum stuðningi 150 leiðbeinenda, velunnara og fjárfesta, hefur hraðallinn verið haldinn 8 sinnum og hafa 78 fyrirtæki og rúmlega 200 frumkvöðlar útskrifast þaðan, reynslunni ríkari.

Fólk Helgin

LAUGARDAGUR 16. NÓVEMBER 2019

Annar hópurinn af tveimur sem eru þátttakendur í Snjallræði þetta árið. Uppskeruhátíð verður haldin fimmtudaginn 28. nóvember í borgarstjórnarsal Reykjavíkur og eru allir velkomnir. Hóparnir hafa unnið hörðum höndum við verkefni sín og fengið þjálfun og gott húsnæði til þess. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þarfir fólks og umhverfis í forgrunni

Hvernig getum við dregið úr matarsóun með hjálp nýjustu tækni, alið upp heila kynslóð með græna fingur, dregið úr barnadauða í Malaví og gefið fólki aukna valkosti við lífslok? Snjallræði er áhugavert nýsköpunarverkefni.

Snjallræði fór af stað með krafti í ár. Alls bárust 46 umsóknir um þátttöku en þetta er í annað sinn sem hraðallinn er haldinn. Að honum standa Nýsköpunarmiðstöð Íslands og Höfði – friðarsetur Reykjavíkurborgar og Háskóla Íslands. Markmiðið er að veita fólki sem hefur ástríðu fyrir bættu samfélagi vettvang til þess að þróa hugmyndir sínar áfram og finna þeim sjálfbæran farveg svo þær geti blómstrað og dafnað.

Hraðallinn hófst á hönnunarspretti undir handleiðslu Svöfu Grönfeldt og samstarfsfélaga hennar frá MIT designX, þeim Kate Mytty og Matthew Claudel. Á viku tímabili gafst Snjallræðisteymunum kostur á að nýta hönnunarhugsun til þess að komast að kjarnanum í eigin hugmyndum og finna þeim skapandi lausnir og sjálfbæran farveg. „Þetta snýst um að beita hönnunarhugsun í nýsköpun og hanna sprotafyrirtæki sem huga betur að þörfum fólks og umhverfisins alls,“ segir Svafa Grönfeldt.

> Átta teymi voru valin til verkefnisins og fengu þau vinnuaðstöðu í Setri skapandi greina við Hlemm.

Hönnunarspretturinn veitti jafnframt mikilvægan innblástur og setti tóninn fyrir vinnuna næstu sex vikurnar þar sem Nýsköpunarmiðstöð, Listaháskóli Íslands, Háskóli Íslands og Háskólinn í Reykjavík sjá um að kafa dýpra í efnið og fylgja því eftir. Þá nutu teymin einnig mikilvægs fjárstuðnings frá afar öflugum fyrirtækjum á sviði samfélagsábyrgðar, Össuri, Deloitte, Marel, Icelandair og Landsvirkjun.

Teymin sem taka þátt í Snjallræði í ár ráðast ekki á garðinn þar sem hann er lægstur. Þau hafa undanfarnar sex vikur unnið hörðum höndum að því að finna lausnir á mörgum af helstu áskorunum samtímans.

EINSTAKT KOLLAGEN RAKAKREM

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

UPPSKERUHÁTÍÐ

Vinningsteymin átta sem valin voru til þátttöku í hraðlinum í ár kynna hugmyndir sínar og afrakstur af vinnunni á stórglæsilegri uppskeruhátíð **fimmtudaginn 28. nóvember nk.** í borgarstjórnarsal Reykjavíkur.

Viðburðurinn er öllum opinn en takmörkuð sæti í boði og nauðsynlegt að skrá sig á **www.snjallraedi.is**

Renata Stefanie Bade Barajas og Jillian Verbeurgt vinna að verkefninu GreenBytes.

Rúnar Þór Þórarinsson og Friðrik Atli Sigfússon vinna að verkefni sem nefnist Samfélagsgróðurhús.

Kristín Linda Ragnarsdóttir og Sveinbjörn Gizurarson vinna að verkefni sem nefnist Rephaiah en þau vilja setja lyf á markað fyrir börn í Malaví.

Sigríður Bylgja Sigurjónsdóttir , Olga Margrét Kristínardóttir Cilia og Oktavía Hrund Jónsdóttir eru með verkefnið Tré lífsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Átta teymi valin

Alls voru átta teymi valin til verkefnisins og fengu þau vinnuaðstöðu í Setri skapandi greina við Hlemm, stuðning við að þróa hugmyndina áfram og koma henni í framkvæmd. Þau nutu þjálfunar frá fremstu sérfræðingum á sviði samfélagslegrar nýsköpunar og fengu aðgang að neti mentora sem styðja við einstök verkefni. Hér fyrir neðan eru fjögur þessara verkefna kynnt.

Verkefnið Tré lífsins

Eitt teymið í Snjallræði heitir Tré lífsins. Að því standa þær Sigríður Bylgja Sigurjónsdóttir mannvistfræðingur, sem er núna í fullu starfi við að gera verkefni þeirra að veruleika, Oktavía Hrund, sem starfað hefur við kennslu og ráðgjöf, og Olga Margrét lögfræðingur.

Tré lífsins hyggst bjóða upp á nýja valmöguleika við andlát þannig að fólk geti skrásett sögu sína og hinstu óskir fyrir andlát. Eftir andlátið lifir minning ástvina áfram á minningasíðu. Aska hins látna verður jafnframt gróðursett ásamt tré í minningagarði þar sem tréð vex upp til minningar um hinn látna. „Verkefnið okkar fjallar í grunninn um að veita valkost og frelsi til vals. Það skiptir okkur máli að einstaklingar geti haft áhrif á hvernig lífslok verða, að það sé möguleiki til staðar sem gerir okkur kleift að láta lífsgildin endurspeglast við lífslok, sem sagt óháðan umhverfisvænan valkost," segir Oktavía og bætir við að þeim hafi verið bent á Snjallræði. „Okkur fannst það smellpassa við bæði grunngildi og tilgang verkefnisins. Það er mikilvægt að Ísland hafi vettvang eins og Snjallræðið sem fer út fyrir hið hefðbundna frumkvöðlaform og beinir sjónum að frumkvöðlum sem hafa sjálfbærni og samfélagslegt hugvit að leiðarljósi," segir hún.

Hugmynd þeirra kviknaði fyrir fimm árum. „Verkefnið hefur tekið verulegan þróunarkipp á þessu ári og það að taka þátt í Snjallræðinu hefur sérstaklega ýtt þeirri þróun áfram. Það hefur gengið afar vel að nýta þau tækifæri sem við höfum mótað og sóst eftir á þessu ári," segir Oktavía og segir að það sé ekki spurning að verkefnið eigi eftir að verða að veruleika. „Við höfum unnið okkur í gegnum þær meginhindranir sem voru til staðar í upphafi en núna erum við að klára þá vinnu sem mun nýtast okkur við að gera þetta að veruleika fyrr en síðar," segir hún.

„Við erum mjög ánægðar með bæði formið sem Snjallræðið býður upp á og þann stuðning sem við höfum fengið. Sérstaklega sjáum við sterka og fjölbreytta mentora sem góðan kjarna þeirrar þjálfunar sem okkur hefur verið boðið í gegnum Snjallræðið."

Verkefnið Samfélagsgróðurhús

Rúnar Þór Þórarinsson og Friðrik Atli Sigfússon vinna að verkefni sem nefnist Samfélagsgróðurhús en það hófst sem vinkill út frá öðru verkefni sem þeir segja að sé dálítið sérstakt. „Verkefnið Samfélagsgróðurhús snýst um að hanna og reisa gróðurhús á leikskólum landsins, þar sem börn leika sér að plöntum og því að planta. Það spannst út frá verkefninu ABC Lights sem snýst um að hanna birtu- og hitastýrða lýsingu fyrir gróðurhús sem mun spara framleiðendum, neytendum og þjóðarbúinu hundruð milljóna króna á ári, styrkja matvælaframleiðslu og vernda umhverfið. Við vinnum að því með tveimur félögum okkar, Þorgeiri og Sturlu Jónssonum. Það er spennandi verkefni en mjög tæknilegs eðlis og mun taka tíma í þróun en hins vegar er hægt að ráðast í Samfélagsgróðurhúsin undir eins. Við vinnum í þessu af elju og erum sem stendur með dálítinn styrk í gegnum Frumkvæði, eigin sjóði og stöku tilfallandi tekjur," segja þeir.

Þegar Rúnar er spurður hvers vegna þeir hefðu tekið þátt í Snjallræði, svarar hann: „Við vorum með vinnuaðstöðu hjá Nýsköpunarmiðstöð á Setri skapandi greina við Hlemm en það var úrvalsfólk þar sem benti okkur á að verkefnið okkar ætti líklega mjög vel heima í Snjallræði. Við sáum að þetta væri vettvangurinn fyrir okkur, þar sem við værum með framkvæmanlega, varanlega lausn á samfélagslegu vandamáli sem mikill ávinningur væri af að leysa. Þorgeir vinur okkar teiknaði síðan fyrir okkur fyrsta gróðurhúsið."

Rúnar segir að verkefnið felist annars vegar í hugsjón og hins vegar í framkvæmd lausnarinnar. Hugsjónin – hugmyndafræðilega verkefnið – er að bæta heilsufar barna og þar með þjóðarinnar á skömmum tíma með menningaraðlögun.

„Verkefnið – veraldlega framkvæmdin – er að hanna snotur, þægileg og upphituð gróðurhús, fjármagna byggingu þeirra og reisa við alla leikskóla landsins. Þau verða afhent fullbúin; hituð með affallsvatni af leikskólunum sjálfum, endingargóðum og sparneytnum LED-ljósum til að geta ræktað allt árið og þeim plöntum sem börnin og kennarar þeirra vilja rækta ásamt þeim bókkum og verkfærum sem til þarf," útskýrir Rúnar.

> Við höfum notið góðs á undanförnum vikum af aðstöðu, þjálfun, tengslamyndun, andrúmsloftinu, stemningu og drifkrafti.

„Verkefnið hefur gengið mjög vel. Við höfum vinnuna við Samfélagsgróðurhús ehf. í raun um viku eftir að við höfðum skilað umsókn í Tækniþróunarsjóð fyrir ljósalausn ABC Lights en svar við henni berst í desember. Snjallræði fór í gang í októberbyrjun og við þróum módelið utan um Samfélagsgróðurhús ehf. algerlega samhliða því og njótum góðs af því prógrammi sem sett hefur verið upp."

Rúnar segir engan vafa á að verkefnið verði að veruleika. „Mikilvægt er að almenningur vilji taka þátt í þessu með okkur. Það kemur í ljós á næstu vikum og mánuðum hvort svo er en við höfum fundið fyrir miklum áhuga. Við höfum notið góðs á undanförnum vikum af aðstöðu, þjálfun, tengslamyndun, andrúmsloftinu, stemningu og drifkrafti. Allt hefur þetta farið talsvert fram úr væntingum. Hér er prógrammið svo stíft að við höfum í raun ekki náð að fullnýta okkur það sem til boða stendur, þannig að úr nægu verður að vinna á komandi vikum."

Verkefnið The GreenBytes

Renata Stefanie Bade Barajas og Jillian Verbeurgt vinna að verkefninu GreenBytes sem er lausn þar sem sölugögn, reiknirit og vélanám er nýtt til að draga úr matarsóun á veitingastöðum og auka um leið hagnað þeirra.

Renata og Jillian útskrifuðust fyrir stuttu úr meistaranámi í sjálfbærri orku frá Háskólanum í Reykjavík. Þær eru nú í fullu starfi við verkefni sitt í Snjallræði og telja að þær geti gert plánetunni gagn með viðskiptahugmynd sinni. Þær segjast einnig hafa einbeitt sér að því að horfa til sjónarhorns vísindanna.

„Við erum að þróa þjónustu sem gengur út á hversu mikinn mat veitingahús ættu að panta fyrir næstu daga til að koma í veg fyrir sóun. Við erum mjög ánægðar með þróun verkefnisins, höfum búið til gott markaðsefni auk þess sem við höfum gert Facebook- og Instagram-síður auk heimasíðu. Þá höfum við þróað markaðsáætlanir og tekjuskipulag. Þegar verkefninu lýkur verðum við komnar með áætlun sem mun nýtast okkur til að halda áfram með þjónustuna," segir Renata.

Þær stöllur eru mjög ánægðar með aðstöðuna sem þær hafa fengið í Setri skapandi greina við Hlemm og hafa áhuga á að leigja þar rými áfram til að klára verkefnið. „Þjálfunin sem við höfum fengið er mjög dýrmæt og að vinna með leiðbeinendum hefur orðið til þess að við fengum nýja sýn á suma þættina," segir hún.

Verkefnið Rephaiah

Sveinbjörn Gizurarson, prófessor við lyfjafræðideild Háskóla Íslands, og Kristín Linda Ragnarsdóttir, framkvæmdastjóri Hananja ehf., vinna með verkefnið Rephaiah en markmið þess er að setja á fót óhagnaðardrifin samtök sem hafa það að markmiði að framleiða lífsnauðsynleg lyf fyrir ung börn í Malaví. Með því mætir teymið þeirri gríðarlegu þörf sem er til staðar meðal þessa viðkvæma hóps.

Þau segjast hafa sótt um þátttöku eftir umfjöllun á Facebook um Snjallræði og hraðalinn. „Markmið þessa hraðals var mjög áhugavert og við sáum að það gæti nýst verkefni okkar mjög vel og sóttum því um," segja þau og bæta við að verkefnið hafi gengið vonum framar. Við erum búin að vera að vinna að þessu verkefni síðastliðin þrjú ár og það verða líklega um tvö til þrjú ár í að verkefnið verði að veruleika," segja þau og segjast vera ákaflega ánægð og þakklát fyrir þá aðstöðu og þjálfun sem þau hafa fengið í ferlinu.

Frekari upplýsingar um hraðalinn er að finna á síðu Snjallræðis, snjallraedi.is.

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. 694 4103,

Byggjum upp og viðhöldum sterkum beinum

Fyrstu 30 ár ævinnar byggjum við upp beinin og því afar mikilvægt að við fáum alltaf þau næringar- og bætiefni sem þarf til að gera beinin sterk.

D-vítamín, eða sólarvítamínið eins og það er oft kallað, gegnir gríðarlega víðtæku hlutverki í líkamsstarfsemi okkar og hafa fjölmargar rannsóknir gefið okkur vísbendingar um hversu alvarlegar afleiðingar D-vítamínskortur hefur í för með sér. Skortur D-vítamíns þegar kemur á fullorðinsár getur valdið beinþynningu, beinmeyru, vöðvarýrnun og tannskemmdum.

D-vítamínskortur á norðlægum slóðum

Sérfræðingar við Friedman School of Nutrition Science and Policy hafa birt rannsóknir sem gerðar voru á skólabörnum í Boston og sýndu að allt að 90% þeirra skorti D-vítamín. Einnig kom þar fram að þeir sem eru í ofþyngd, með dökka húð og/eða lifa á norðlægum slóðum skorti það oftar en aðrir. Þessar niðurstöður ættum við á Íslandi ekki að hundsa þar sem hér vantar verulega upp á að sólin skíni nægilega mikið á okkur og einnig eru allt of mörg börn í ofþyngd. Við þetta má svo bæta að landskönnun á mataræði 6 ára barna á Íslandi frá 2011-2012 sýndi að einungis um 25% barnanna fengu ráðlagðan dagskammt eða meira af D-vítamíni og var neysla fjórðungs barna undir lágmarksþörf (2,5 µg/dag). Vonandi eru þessar tölur orðnar betri í dag en það er full þörf á stöðugri umfjöllun þar sem þetta vítamín er okkur svo lífsnauðsynlegt.

D-vítamín þurfum við alltaf að taka inn í bætiefnaformi, alla ævi, en það sér um að líkaminn taki upp kalkið úr næringunni. K2-vítamín er ekki síður mikilvægt þar sem það sér um að binda kalkið í beinunum.

Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfi hjá Artasan

Allt að þrefaldur dagskammtur

Í september voru svo birtar niðurstöður klínískra rannsókna (við sama skóla) þar sem skoðað var hvað það þyrfti að taka inn mikið magn daglega af D-vítamíni til að hækka gildin hjá þeim börnum sem mældust með skort. Í ljós kom að stærstur hluti barnanna þurfti að taka 2000 a.e. (alþjóðlegar einingar) af D-vítamíni í 6 mánuði til að ná ásættanlegum gildum en hámarksskammtur fyrir 9 ára og eldri er 4000 a.e. á dag.

Þetta segir okkur að ef um D-vítamínskort er að ræða, dugir ekki að taka bara ráðlagðan dagskammt, enda er hann hugsaður til að viðhalda þeim gildum sem fyrir eru, ekki til að hækka þau. Þessar niðurstöður eiga ekki síður við um fullorðna einstaklinga og þá í stærri skömmtum en hjá börnum.

» Nýtt munnsprey er komið á markað frá Better You, sérstaklega hannað í þeim tilgangi að styðja við beinheilsu.

Hvar fáum við D-vítamín?

Þetta vítamín er ekki eins og önnur vítamín sem við getum fengið úr fjölbreyttri fæðu en aðeins um 10% af D-vítamíni koma úr matnum. Sólin er helsta og besta uppspretta D-vítamíns en það verður til í líkama okkar vegna áhrifa UVB-geisla sólarinnar á húðina. Þetta gerist eingöngu þegar hún er mjög hátt á lofti og ef hún skín á stóran hluta líkamans. Því er erfitt fyrir fólk á norðlægum slóðum að tryggja sér nægilegt magn nema kannski rétt yfir hásumarið. Landlæknisembættið hvetur fólk til að taka D-vítamín sérstaklega í formi bætiefna því eins og áður kom fram er það okkur lífsins ómögulegt að fá það úr fæðunni eða frá sólinni nema í takmörkuðum mæli.

K-vítamín gegn beinþynningu

Beinþynning er sjúkdómur sem ber að taka alvarlega en til 30 ára aldurs erum við að byggja upp beinin og það skiptir miklu máli að beinþéttni sé góð þegar komið er á þennan aldur. Það eru nokkur efni sem við þurfum nauðsynlega að fá nóg af til að fyrirbyggja beinþynningu en þar eru einna mikilvægust kalk, magnesíum og D- og K-vítamín. D-vítamín þurfum við alltaf að taka inn í bætiefnaformi, alla ævi en það sér um að líkaminn taki upp kalkið úr næringunni. K2-vítamín er ekki síður mikilvægt þar sem það sér um að binda kalkið í beinunum. Nú er talið að í mataræði okkar Vesturlandabúa sé sjaldnast nægilega mikið magn af þessu vítamíni til að það nái að sinna sínu hlutverki og því þeim mun mikilvægara fyrir marga að fá það í bætiefnaformi.

D og K2 fyrir beinin

Better You Dlux D+K2 munnspreyið inniheldur 3000 a.e. af D-vítamíni ásamt K2 og er það sérstaklega hannað í þeim tilgangi að styðja við beinheilsu. Munnsprey er góður kostur þar sem meltingin getur verið undir álagi vegna ýmiss konar veikinda og með því að úða munnspreyjum frá Better You út í kinn förum við fram hjá meltingarkerfinu og tryggjum hraða og mikla upptöku.

D+ K2 fæst í apótekum, heilsuhúsum og heilsuhillum verslana. Það hentar grænmetisætum og sykursjúkum, sem og þeim sem eru á glútenlausu fæði.

Aukin orka og einbeiting í leik og starfi

Adapt bætiefnin eru hönnuð til að auka orku og hjálpa fólki að höndla streitu. Þau hafa hjálpað Kolbrúnu Fjólu Arnarsdóttur, menntaskólakennara og líkamsræktarþjálfara, að ná orku og einbeitingu eftir væga kulnun.

Kolbrún Fjóla Arnarsdóttir segir að eftir að hún byrjaði að nota Adapt Life hafi minnið batnað til muna og að hún hafi meiri orku en áður. MYND/REGÍNA SIF

Adapt Life er hannað til að bæta einbeitingu, gefa orku, draga úr þreytu og auka þol gegn streitu.

Adapt Sport er hentugt fyrir íþróttafólk og er hannað til að hjálpa fólki að ná hámarks árangri á náttúrulegan hátt, gefa hámarks orku og aukið úthald, ásamt því að flýta fyrir endurheimt.

Adapt Life og Adapt Sport eru bætiefni sem eiga að hjálpa fólki að höndla andlegt álag, ná upp orku og vinna gegn streitu á hraðvirkan hátt. Adapt hentar bæði til að bæta árangur í daglegu lífi og íþróttum.

Adapt Life hentar vel fyrir daglegt líf og er sérstaklega hannað til að auka orku, bæta einbeitingu, draga úr þreytu og auka þol gegn streitu. Adapt Sport er hentugt fyrir íþróttafólk, en það er hannað til að hjálpa fólki að ná hámarks árangri á náttúrulegan hátt, gefur hámarks orku og aukið úthald, ásamt því að flýta fyrir endurheimt. Fólk finnur muninn fljótlega eftir inntöku og Adapt Sport virkar sífellt betur ef það er tekið yfir lengri tíma.

Adapt Life og Sport byggt á klínískum rannsóknum

Adapt Life og Adapt Sport byggja á sérhæfðum blöndum sem innihalda adaptogen jurtirnar: burnirót, schisandra, síberíuginseng og B-vítamín. Klínískar rannsóknir benda sterklega til að þessar einstöku blöndur geti hjálpað líkamanum við að auka orku, bæta árangur og auka afköst í starfi, leik og íþróttum.

Adaptogen jurtir hafa ýmsa eiginleika, eins og að auka líkamlega og andlega orku og þrek, vinna til dæmis gegn áhrifum svefnleysis, vernda heila og taugakerfi (sem meðal annars bætir minni og skynjun), draga úr kvíða og streitu og vernda gegn tilteknum tegundum sindurefna.

Á meðan orkudrykkir og kaffi gefa tímabundna orku eru áhrifin af adaptogenum jafnari og þau auka árangur og vara lengur.

> Eftir nokkra daga var ég orkumeiri og orkan orðin jafnari.
>
> Kolbrún Fjóla Arnarsdóttir

Jafnvægi á streituhormóninu

Það er mikilvægt að stresshormónið kortisól sé í jafnvægi. Rannsóknir benda til að Adapt hjálpi til við að viðhalda þessu jafnvægi, minnki streitu og stuðli þar með að betri svefni og minni þreytu. Langtíma ójafnvægi eða of mikið magn af kortisóli í blóði er ekki gott fyrir líkamann og getur valdið þreytu, dregið úr vöðvamassa, aukið matarlyst og dregið úr kynlöngun.

Sömu rannsóknir skjóta stoðum undir að Adapt stilli af rétt hlutföll af kortisóli og testósteróni sem er mikilvægt í öllum íþróttum. Með því að hafa jafnvægi á kortisóli og testósteróni næst betri hvíld, endurheimt verður betri og æfingar skila meiri árangri. Adapt Sport er prófað og notað af afreksfólki í íþróttum.

Hjálpaði Kolbrúnu að ná upp orku og einbeitingu á ný

Kolbrún Fjóla Arnarsdóttir er 38 ára íþrótta- og heilsufræðingur og tveggja barna móðir. Hún kennir lýðheilsutengdar greinar við Menntaskólann á Ísafirði og vaknar klukkan hálf sex á morgnana til að kenna líkamsrækt, en hún hefur þjálfað síðan árið 2002. Þar fyrir utan starfar hún sem leiðsögumaður á sumrin, kennir skyndihjálp af og til og á fimm vikna fresti er hún með vaktsíma fyrir öryggishnapp aldraðra allan sólarhringinn, viku í senn.

Kolbrún fékk væga kulnun vegna vinnu í fyrravor en hefur náð góðum bata. Hún sá auglýsingu fyrir Adapt Life þar sem kom fram að það gæti hjálpað fólki að höndla streitu og álag og segir það hafa kallað á hana.

„Eftir að hafa unnið alltof mikið alltof lengi var ég orðin líkamlega og andlega orkulaus. Ég átti í raun ekkert eftir til að gefa af mér þegar heim var komið,“ segir hún. „Eitt af því sem dró mig að Adapt Life var að þetta á að auka einbeitinguna og losa mann við minnislekann, sem hentar mér mjög vel vegna þess að ég er með ADHD en vil ekki vera á lyfjum vegna þess.

Ég var alltaf þreytt og hausinn ekki alveg að virka. Mér fannst ég þurfa að taka til í höfðinu á mér,“ segir Kolbrún. „Ég er búin að taka þessa vöru í nokkrar vikur núna og strax farin að finna mun, fyrst og fremst það að ég er með betri yfirsýn yfir hlutina núna og minnislekinn gerir ekki eins oft vart við sig. Í raun er ég að nýta sjálfa mig betur.“

Kolbrún segist ekki hafa fundið mun strax en að hann komi hægt og rólega. Eftir nokkra daga tók hún eftir að hún hefði verið orkumeiri og orkan hefði verið jafnari.

„Fyrstu dagana var ég alltaf á iði, eins og alltaf, og reyndi eins og svo oft áður að stytta mér leið þegar kom að kvöldmatnum, en núna nenni ég að hafa meira fyrir honum,“ segir Kolbrún. „Ég veit ekki hvort það er út af aukinni orku eða betra jafnvægi í huganum. Almennt séð finnst mér ég vera með jafnari orku, jafnvel þó að ég sé oft að gera hluti sem reyna á á ólíkan hátt á milli daga.

Eftir að hafa keyrt sig í kaf eins og ég gerði tekur langan tíma að ná sér. Stundum koma góðir dagar og þá er hætta á að maður klári orkuna því maður fer of geyst af stað, en Adapt Life hjálpar mér að vera rólegri og stöðugri,“ segir Kolbrún. „En það besta við þetta er klárlega yfirsýnin sem mér finnst ég hafa fengið. Það er líka frábært að nenna nú að nota heilann og orkuna í alla þessa litlu hluti í lífinu sem maður á að gera en gerir oft ekki. Auðvitað er þetta engin töfralausn og virkar mismunandi á fólk,“ segir Kolbrún. „Fyrstu dagana fannst mér ég líka verða rosalega þreytt þegar minnislekinn var að stoppa. Það var eins og heilinn væri að vinna úr hlutunum og skipuleggja þá betur og um leið nota meiri orku. En þetta náði fljótlega jafnvægi.

Það er frábært að fá jafnvægi á kortisólið og Adapt Life hefur hjálpað mér að læra að slaka á,“ segir Kolbrún. „Allan daginn er maður að gefa af sér og reyna sitt besta, en það er betra að eiga eitthvað eftir þegar heim er komið.“

Adapt Life og Adapt Sport fæst í lyfjaverslunum um land allt. Nánari upplýsingar á raritet.is

JÓLAHREINGERNINGAR

Veglegt sérblað Fréttablaðsins
um jólahreingerningar kemur út 27. nóvember nk.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss
í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir
Jón Ívar Vilhelmsson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 550 5654 / jonivar@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

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

RÚV starfar í almannaþágu og hefur það hlutverk að vekja, virkja og efla. Öflugt og samhent starfsfólk RÚV skoðar samfélagið með gagnrýnum hætti, segir mikilvægar sögur og þróar nýjar leiðir til miðlunar.

Umsóknum eiga að fylgja ítarlegar starfsferilskrár og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsjón með ráðningunni hafa Hilmar Garðar Hjaltason (hilmar.hjaltason@capacent.is) og Auður Bjarnadóttir (audur.bjarnadottir@capacent.is) hjá Capacent Ráðningum.

Útvarpsstjóri

Stjórn RÚV auglýsir laust starf útvarpsstjóra. Útvarpsstjóri hefur það hlutverk að framfylgja stefnu Ríkisútvarpsins og gæta hagsmuna þess í hvívetna. Leitað er að öflugum og reyndum leiðtoga til að stýra RÚV inn í nýja tíma miðlunar.
Útvarpsstjóri starfar í umboði stjórnar. Ráðið verður í stöðuna til fimm ára og skal viðkomandi uppfylla hæfnisskilyrði skv. 5. mgr. 9.gr. laga um Ríkisútvarpið nr. 23/2013.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af stjórnun og rekstri.
- Leiðtogahæfileikar og góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Skilningur og áhugi á nýjum miðlum.
- Reynsla af stefnumótunarvinnu, nýsköpun og innleiðingu stefnu.
- Þekking og reynsla af fjölmiðlun, menningar- og samfélagsmálum.
- Góð tungumálakunnátta og góð hæfni til tjáningar í ræðu og riti.

Starfssvið

- Dagleg stjórnun og ábyrgð á rekstri félagsins.
- Yfirumsjón og ábyrgð allrar dagskrárgerðar.
- Stefnumótun og markmiðasetning.
- Samskipti við hagaðila.
- Alþjóðlegt samstarf.

Umsóknarfrestur er til og með 2. desember nk.

Sótt er um starfið á vef Capacent **www.capacent.is**

Stöðvarstjóri birgðastöðvar

EAK óskar eftir að ráða stöðvarstjóra með tæknilega þekkingu og getu í verkstjórn. Stöðvarstjóri á í miklum samskiptum við annað starfsfólk EAK í sínu starfi og fer með mannaforráð yfir 4-5 stöðugildum. Leitað er að reglufylgnum og skipulögðum einstaklingi sem býr yfir leiðtogahæfileikum og á gott með að aðlagast breytingum. Viðkomandi þarf að búa yfir öryggis- og gæðavitund, sveigjanleika og víðsýni. Gott væri ef viðkomandi gæti hafið störf fljótlega.

Umsóknarfrestur
25. nóvember

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/15006

Starfssvið:
- Dagleg verkstjórn og umsjón með rekstri stöðvarinnar.
- Móttaka, varðveisla, afhending og birgðauppgjör eldsneytis.
- Umsjón með reglubundnum prófunum.
- Umsjón með eldsneytisafgreiðslukerfi í flughlaði og viðeigandi tækjabúnaði stöðvarinnar.
- Umsjón með mannvirkjum og öðrum eignum stöðvarinnar ásamt minniháttar viðhaldi.
- Samskipti við innri og ytri úttektaraðila.
- Eftirfylgni með lokun frávika.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Nám í vélfræði, verkfræði, tæknifræði eða sambærilegt er kostur.
- Reynsla af rekstri vélbúnaðar æskileg.
- Reynsla af verkstjórn.
- Góð tölvukunnátta.
- Góð færni í ensku í töluðu og rituðu máli.
- Framúrskarandi samskipta- og samstarfshæfni.
- Skipulagshæfni.
- Öryggis- og gæðavitund mikilvæg.
- Geta til að vinna undir álagi.

EAK er fyrirtæki sem tekur á móti, geymir og afgreiðir flugvélaeldsneyti á Keflavíkurflugvelli.

Starfsstöð er á Keflavíkurflugvelli en þar starfa á vegum fyrirtækisins 40-50 starfsmenn. Fyrirtækið er í ört vaxandi umhverfi þar sem mikill hraði ríkir. Verklagsreglur á svæðinu eru alþjóðlegar og fylgja því alþjóðlegum viðmiðum fyrir eldsneytisafgreiðslu á flugvélar.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Sviðsstjóri prent- og miðlunarsviðs

IÐAN fræðslusetur

IÐAN fræðslusetur óskar eftir sviðsstjóra prent- og miðlunarsviðs í sinn öfluga hóp starfsmanna. Sviðsstjóri vinnur náið með framkvæmdastjóra IÐUNNAR, sviðsstjórn prent- og miðlunarsviðs sem og sviðsstjórum matvæla-, veitinga- og bílgreinasviðs IÐUNNAR. Ráðið verður í starfið sem fyrst.

Umsóknarfrestur
24. nóvember

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/15151

Helstu verkefni:
- Stefnumótun fyrir sviðið auk rekstrar- og fjárhagsáætlunargerðar.
- Skipulagning á fræðslustarfi fyrir prent- og miðlunargreinar.
- Samstarf við lykilfólk í prent- og miðlunargreinum, innlendar og erlendar menntastofnanir og systurfélög vegna sí- og endurmenntunaráætlana.
- Heldur utan um og stjórnar framleiðslu á nýjum námsleiðum eða námsefni og öðrum þjónustuþáttum.
- Vinnur að þróun rafrænnar fræðslu - eftirfylgni með gerð vefnámskeiða, aðstoð við framleiðslu vefnáms.
- Vinnur að almennum námskeiðum IÐUNNAR.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Framúrskarandi samskiptafærni, frumkvæði og árangursdrifni.
- Menntun sem nýtist í starfið.
- Þekking á prent- og miðlunargreinum kostur.
- Framúrskarandi vald á íslensku og ensku í ræðu og riti.
- Þekking/reynsla af verkefnastjórnun.
- Skipulögð, sjálfstæð og öguð vinnubrögð.
- Menntun í kennslufræði og/eða vefnámi er kostur.

IÐAN sinnir símenntun starfsmanna í bílgreinum, bygginga- og mannvirkjagreinum, málm- og véltæknigreinum, prent- og miðlunargreinum og matvæla- og veitingagreinum.

Hlutverk IÐUNNAR er að sjá fyrirtækjum og einstaklingum fyrir nýrri þekkingu og færni eftir því sem þörf krefur.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

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

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

Capacent_

capacent.is

Viltu koma að mótun háskóla framtíðarinnar?

HÁSKÓLINN Á BIFRÖST

Stjórn Háskólans á Bifröst auglýsir starf rektors laust til umsóknar

Háskólinn á Bifröst hefur starfað í rúm 100 ár og hafa á þeim tíma orðið miklar breytingar í starfi hans. Skólinn leiðir þróun og kennslu í fjarnámi á háskólastigi og hefur nemendum við skólann fjölgað stöðugt síðustu ár. Háskólinn á Bifröst stendur á spennandi tímamótum, enda hefur stöðug þróun í kennsluháttum og námslínum þýtt að skólinn er í mikilli sókn og fylgja því ótal tækifæri.

Nýr rektor hefur það hlutverk að leiða skólastarfið til móts við tækifæri framtíðarinnar með starfsfólki, nemendum, hollvinum og stjórn. Rektor ber ábyrgð á daglegum rekstri og stjórnun skólans auk þess að vera leiðandi í markaðsstarfi, samskiptum við hagsmunaaðila, stjórnvöld og atvinnulífið.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Meistarapróf skilyrði, doktórspróf æskilegt.
- Reynsla á sviði stjórnunar og rekstrar.
- Reynsla af breytingastjórnun og hæfni til að móta og miðla stefnu.
- Góð tengsl við íslenskt atvinnulíf og þekking á háskólaumhverfi er kostur.
- Framúrskarandi leiðtoga- og samskiptahæfni.

Starf rektors felur meðal annars í sér:

- Stefnumótun og innleiðing stefnu í samráði við háskólastjórn, starfsfólk, nemendur og hollvini.
- Stuðla að fjölbreyttum kennsluaðferðum og nýjungum í kennslu.
- Samskipti við hagsmunaaðila, stjórnvöld og atvinnulífið.
- Stuðla að samstarfi skólans við innlendar og erlendar menntastofnanir.

Umsóknarfrestur er til 2. desember nk.
Umsóknir berist til Capacent, capacent.com/s/15113

Nánari upplýsingar veita Hilmar Garðar Hjaltason, hilmar.hjaltason@capacent.is og Jakobína H. Árnadóttir, jakobina.arnadottir@capacent.is.

Capacent – leiðir til árangurs

Capacent_

Framkvæmdastjóri

MALBIKUNARSTÖÐIN HÖFÐI • Malbikun • Grjótnám

Malbikunarstöðin Höfði hf. er þjónustufyrirtæki sem framleiðir og leggur út malbik.

Hjá fyrirtækinu starfar fjöldi sérhæfðra starfsmanna sem veitir viðskiptavinum faglega ráðgjöf varðandi verkefni og úrbætur. Til að tryggja örugga og varanlega vegi leggur fyrirtækið mikinn metnað í rannsóknir og þróun.

Fyrirtækið er framarlega í tækniþróun sem miðar að því að lágmarka mengun og vinnur að umhverfisvænum lausnum.

Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á www.malbik.is

Stjórn Malbikunarstöðvarinnar Höfða hf. óskar eftir að ráða öflugan og framsýnan framkvæmdastjóra í krefjandi stjórnunar- og rekstrarstarf.

Helstu viðfangsefni:

- Stjórnun og ábyrgð á daglegum rekstri
- Eftirfylgni með stefnumótun, áætlanagerð og ákvörðunum stjórnar
- Stjórnun mannauðs
- Öflun og greining nýrra viðskiptatækifæra
- Ábyrgð á tilboðsgerð og mat á markaðsaðstæðum
- Ábyrgð á grænu bókhaldi stöðvarinnar og yfirumsjón með fjármálum
- Markmiðasetning og eftirfylgni í rekstri
- Samfélags-, umhverfis- og gæðamál

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi. Menntun á sviði verk-, tækni- eða raungreina er kostur
- Þekking og reynsla af stjórnun og fyrirtækjarekstri
- Þekking eða reynsla af breytingastjórnun er kostur
- Reynsla af stjórnun framkvæmda er kostur
- Sjálfstæði og frumkvæði í starfi
- Metnaður til að ná árangri
- Góð tölvukunnátta
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Áhugasamir einstaklingar, bæði konur og karlar, eru hvattir til að sækja um starfið

Nánari upplýsingar veita Þórður S. Óskarsson (thordur@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511 1225. Umsóknarfrestur er til og með 2. desember 2019. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is og þarf henni að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.

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

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Verkefnastjóri hjá Dalabyggð

Í Dalabyggð búa tæplega 700 manns, þar af um 40% í Búðardal. Sveitarfélagið nær frá Álftafirði á Snæfellsnesi til Gilsfjarðar á mörkum Vestfjarða og býr yfir mikilli friðsæld og náttúrufegurð.

Vel er búið að íbúum Dalabyggðar, öflugt tómstundastarf fyrir börn, leik- og grunnskóli. Meðal annarrar þjónustu má nefna matvöruverslun, heilsugæslu, banka, pósthús, bifreiðaverkstæði, snyrtistofu, vínbúð, veitingastaði og fjölbreytta ferðaþjónustu.

*Nánari upplýsingar um þjónustu sveitarfélagsins er að finna á **www.dalir.is**. Nánari upplýsingar um ferðaþjónustu í Dalabyggð má finna á **www.visitdalir.is***

Dalabyggð óskar að ráða drífandi einstakling í nýtt og fjölbreytt starf verkefnastjóra atvinnu-, markaðs- og menningarmála. Leitað er eftir einstaklingi með reynslu af ímyndarmálum og upplýsingamiðlun sem hefur áhuga á málefnum Dalabyggðar í því skyni að efla samfélagið. Starfið er 100% stöðugildi.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Verkefni tengd upplýsingamiðlun og íbúalýðræði
- Gerð kynningarefnis og markaðssetning Dalabyggðar ásamt yfirumsjón með vef og samfélagsmiðlum
- Vinnur að eflingu atvinnulífs í Dalabyggð með sérstaka áherslu á ferðaþjónustu
- Fagleg ráðgjöf, aðstoð við framkvæmd verkefna og verkefnastjórnun
- Þróun menningartengdrar starfsemi og samstarfs innan sveitarfélagsins ásamt umsjón með menningarhátíðum
- Starfar með atvinnumálanefnd og menningarmálanefnd og tekur þátt í stefnumótunarvinnu og áætlanagerð

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af störfum við miðlun upplýsinga er skilyrði
- Reynsla af kynningar – og markaðsmálum
- Gott vald á íslensku og ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Þekking og reynsla af atvinnumálum, ferðaþjónustu og menningarstarfi er kostur
- Skipulagshæfileikar og nákvæm vinnubrögð
- Góð samskiptahæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu, einkum sveitarfélaga, er æskileg

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Við hvetjum áhugasama til að sækja um, óháð kyni og uppruna. Starfsstöð er í Búðardal og gengið er út frá því að starfsmaðurinn verði búsettur í Dalabyggð.

Nánari upplýsingar veita Ari Eyberg (ari@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511-1225. Umsóknarfrestur er til og með 2. desember 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

Sérfræðingur í þróun á mæliaðferðum

Þróunardeild mæliaðferða er hluti af Þróunarsviði Coripharma ehf. og sér um að þróa og gilda mæliaðferðir bæði fyrir hráefni og framleiðsluvöru.

Aðalstarf sérfræðings er að þróa og gilda mæliaðferðir, auk þess að sinna margvíslegum og fjölbreyttum störfum tengdum gæðakerfi, tækjamálum og skýrsluskrifum.

Helstu verkefni:
- Þróa og gilda HPLC mæliaðferðir fyrir hráefni og framleiðsluvöru
- Sjá um útreikninga, frágang á rannsóknarniðurstöðum og skrifa skýrslur
- Taka þátt í verkefnafundum innan Þróunarsviðs
- Taka þátt í úrbótum á gæðakerfi og eftirliti með tækjabúnaði

Við leitum að einstaklingi með:
- B.Sc. í raunvísindum, framhaldsgráða er æskileg
- Reynslu af HPLC (kostur)
- Reynslu af gæðakerfum (kostur)
- Hæfni í mannlegum samskiptum og tileinkar sér nákvæm, öguð og sjálfstæð vinnubrögð
- Góða tölvukunnáttu, góða íslensku- og enskukunnáttu

CORIPHARMA

Coripharma er nýtt íslenskt lyfjafyrirtæki sem nýlega keypti verksmiðju Actavis í Hafnarfirði þar sem framleidd eru lyf fyrir alþjóðamarkaði.

Nánari upplýsingar um starfið veitir:
Anna Lilja Pétursdóttir, deildarstjóri Þróunardeildar mæliaðferða, annap@coripharma.is S: 420 6752

Umsóknafrestur er til 25.nóvember 2019

Umsóknir sendast til Ingag@coripharma.is

Verkfræðingafélag Íslands

STARFSMAÐUR Á SKRIFSTOFU

Leitað er að öflugum einstaklingi með góða hæfni til að sinna almennum skrifstofustörfum.

Verkfræðingafélag Íslands – félag verkfræðinga og tæknifræðinga var stofnað 1912. Félagsmenn eru um 4.600. Jafnframt eru Stéttarfélag byggingarfræðinga og Stéttarfélag tölvunarfræðinga með þjónustusamning við VFÍ.

Starfslýsing
- Álagning og innheimta félagsgjalda
- Einfaldar bókhaldsfærslur
- Greiðsla reikninga
- Umsjón með bókunum í orlofskerfi
- Umsjón með félagaskrá
- Aðstoð við símsvörun og önnur tilfallandi verkefni

Hæfniskröfur
- Nákvæmni og talnagleggni
- Góð almenn tölvukunnátta
- Kostur að hafa þekkingu á DK bókhaldskerfinu
- Jákvæðni og rík þjónustulund

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

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur til og með 24. nóvember nk.

HAGVANGUR

Sjálfsbjargar HEIMILIÐ
HEIMILI - ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ
ÞEKKINGARMIÐSTÖÐ - SUNDLAUG

SKRIFSTOFUSTJÓRI

Sjálfsbjargarheimilið óskar eftir að ráða skrifstofustjóra til starfa. Næsti yfirmaður er framkvæmdastjóri. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi til að sinna krefjandi og fjölbreyttum verkefnum á góðum vinnustað. Um er að ræða 100% starf.

Sjálfsbjargarheimilið veitir hjúkrunar-, stuðnings- og endurhæfingarþjónustu fyrir hreyfihamlað fólk. Bæði er veitt sólarhringsþjónusta og dagþjónusta og fer starfsemin fram í Hátúni 12 í Reykjavík.

Sjálfsbjargarheimilið á því láni að fagna að hafa á að skipa góðum starfsmannahópi sem er fjölbreyttur. Starfsmenn eru um 70 talsins í rúmlega 50 stöðugildum.

Starfssvið
- Umsjón með daglegum rekstri skrifstofu
- Gerð rekstraráætlunar og eftirfylgni
- Þátttaka í markmiðssetningu
- Launavinnsla og greiðslur henni tengdar
- Umsjón með réttindum starfsfólks
- Umsjón með tækni- og tölvubúnaði
- Þátttaka í þverfaglegri starfsemi
- Samskipti við lánardrottna og opinbera aðila
- Innheimta á seldri þjónustu og greiðsla reikninga

Hæfniskröfur
- Háskólapróf í viðskiptafræði eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af rekstri og stjórnun
- Reynsla af áætlanagerð
- Þekking á bókhaldi og uppgjörum
- Reynsla af kjarasamningum
- Frumkvæði og faglegur metnaður
- Færni í mannlegum samskiptum
- Þjónustulund og jákvætt viðmót
- Mjög góð færni í íslensku og ensku, í töluðu og rituðu máli

Umsóknir óskast fylltar út á **hagvangur.is** ásamt ferilskrá og kynningarbréfi.

Umsóknarfrestur til og með 27. nóvember nk.

HAGVANGUR

Skipulagsfulltrúi

Sveitarfélagið Skagafjörður óskar eftir að ráða skipulagsfulltrúa til starfa. Leitað er eftir öflugum og metnaðarfullum einstaklingi sem er reiðubúinn að þróa nýtt starf á traustum grunni. Helstu verkefni eru samkvæmt skipulagslögum og samþykktum sveitarfélagsins hverju sinni á sviði skipulagsmála, samgöngu- og umhverfismála.

Starfssvið

- Yfirumsjón með skipulagsmálum í sveitarfélaginu
- Ábyrgð á að framfylgja stefnu sveitarfélagsins í málaflokkum sem undir hann heyra
- Framkvæmd skipulagsmála og ráðgjöf við m.a. íbúa, kjörna fulltrúa, hönnuði og verktaka um skipulagsmál
- Áætlanagerð og eftirfylgni, mælingar, úttektir og útreikningar
- Undirbúningur og eftirfylgni funda nefnda sveitarfélagsins varðandi skipulagsmál
- Samstarf við aðila utan og innan stjórnsýslunnar sem sinna verkefnum á sviði skipulagsmála
- Önnur verkefni

Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun og sérhæfing skv. 7. gr. skipulagslaga nr. 123/2010
- Þekking og reynsla á þeim málaflokkum sem falla undir sviðið skilyrði
- Þekking og reynsla af stjórnun og áætlanagerð æskileg
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Metnaður, hugmyndaauðgi, skipulagshæfni og leiðtogahæfileikar
- Hæfni í mannlegum samskiptum, góðir samstarfs og samskiptahæfileikar
- Hæfni til að setja fram mál í ræðu og riti

Æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Konur jafnt sem karlar eru hvattar til að sækja um.

Umsóknarfrestur er til og með 2. desember nk. Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Capacent, capacent.is

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og stutt kynningarbréf þar sem fram kemur hvers vegna sótt er um starfið og hvernig viðkomandi uppfyllir þær kröfur sem gerðar eru til þess. *Umsjón með starfinu hefur Þóra Pétursdóttir (thora.petursdottir@capacent.is).*

www.skagafjordur.is

Skagafjörður

RÁÐGJAFI
á sviði starfsendurhæfingar

VR í samvinnu við VIRK Starfsendurhæfingarsjóð leitar að ráðgjafa í 100% starf. Um er að ræða mjög krefjandi og fjölbreytt starf og einstakt tækifæri til þátttöku í þróun og þjónustu á sviði starfsendurhæfingar á vinnumarkaði.

Helstu verkefni

- Ráðgjöf, stuðningur og hvatning við einstaklinga með skerta starfsgetu
- Upplýsingaöflun, skráning og mat samkvæmt gildandi verkferlum
- Umsjón og eftirfylgd með einstaklingsbundnum áætlunum sem gerðar eru í samvinnu við þverfagleg teymi VIRK
- Vinnur í nánu samstarfi við sérfræðinga VIRK, fagaðila í starfsendurhæfingu og vinnustaði
- Samskipti við stéttarfélög og atvinnurekendur

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun á sviði heilbrigðis- eða félagsvísinda, s.s. á sviði félagsráðgjafar, hjúkrunar, iðjuþjálfunar, sálfræði eða sjúkraþjálfunar
- Víðtæk reynsla og þekking á sviði einstaklingsráðgjafar og/eða starfsendurhæfingar
- Framúrskarandi samskiptahæfni, jákvætt viðmót og þjónustulund
- Sveigjanleiki og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Skipulagshæfni og kostnaðarvitund
- Góð þekking á vinnumarkaði
- Gott vald á íslensku og ensku, bæði í ræðu og riti

Ráðgjafar VIRK hjá VR eru tíu í dag og starfa þeir samkvæmt samningi við VIRK. Að VIRK standa öll helstu samtök launamanna og atvinnurekanda á vinnumarkaði. Hlutverk VIRK er að efla starfsgetu einstaklinga í kjölfar veikinda eða slysa með árangursríkri starfsendurhæfingarþjónustu.

VIRK hefur í samstarfi við fagaðila, fyrirtæki og stofnanir skilað samfélagslegum ávinningi með aukinni þátttöku einstaklinga á vinnumarkaði og er leiðandi í rannsóknum og þróun á sviði starfsendurhæfingar.

Nánari upplýsingar um VR er að finna á vr.is og um VIRK á virk.is.

Við hvetjum karla jafnt sem konur til að sækja um störf.

Upplýsingar veita:

Auður Bjarnadóttir audur.bjarnadottir@capacent.is
Ásdís Hannesdóttir asdis.hannesdottir@capacent.is.

Umsóknir óskast fylltar út á capacent.is
Umsóknarfrestur er til 24. nóvember 2019.

Umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá og einnar blaðsíðu kynningarbréf þar sem á kerfisbundinn hátt er gerð grein fyrir því hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur starfsins.

VR

VIRK
STARFSENDURHÆFINGARSJÓÐUR

Akraneskaupstaður

ERUM VIÐ AÐ LEITA AÐ ÞÉR?

Akraneskaupstaður auglýsir lausa til umsóknar 100% framtíðarstöðu slökkviliðstjóra Akraness og Hvalfjarðarsveitar.
Slökkviliðsstjóri er yfirmaður slökkviliðsins og er faglegur stjórnandi þess. Hann hefur yfirumsjón með og ber ábyrgð á daglegum rekstri brunavarnarmála fyrir bæði sveitarfélögin. Mikil áhersla er lögð á góða þjónustu við bæjarbúa og fagleg vinnubrögð. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi í starfið sem er tilbúinn að taka þátt í að stjórna og leiða faglegt starf.

Helstu verkefni og ábyrgð:
- Yfirumsjón og ábyrgð á rekstri og stjórnun slökkviliðsins
- Ábyrgð á faglegri starfsemi slökkviliðsins
- Úttektir, eldvarnareftirlit og stjórnun aðgerða
- Stefnumótun og áætlanagerð
- Samskipti við hagsmunaaðila

Nánari upplýsingar um starfið veitir Sigurður Páll Harðarson sviðsstjóri skipulags- og umhverfissviðs.

Menntunar- og hæfnikröfur:
- Umsækjandi skal hafa löggildingu sem slökkviliðsmaður sbr. 17. gr. laga nr. nr. 75/2000 og starfað að lágmarki í eitt ár í slökkviliði sem löggiltur slökkviliðsmaður eða hafa háskólamenntun með sérmenntun í brunamálum
- Umsækjandi þarf að hafa stjórnunarreynslu og þekkingu á rekstri
- Reynsla og/eða haldgóð þekking á stjórnun slökkviliðs æskileg
- Þekking á yfirferð og eftirliti tækja og búnaðar æskileg
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð ásamt frumkvæði í starfi
- Þjónustulund, jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Leiðtogafærni og vilji til þess að tileinka sér nýjungar í starfi
- Góð almenn tölvukunnátta og færni til að tjá sig í ræðu og riti

Starfið hentar öllum kynjum.
Laun og starfskjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag.

Umsóknir 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.
Umsóknarfrestur er til og með 9. desember nk.

HAGVANGUR

Fræðslusérfræðingur
með reynslu

Við leitum að drífandi einstaklingi sem hefur áhuga og reynslu af fræðslumálum. Viðkomandi verður hluti af öflugu sölu- og þjónustu teymi Símans og vinnur að fjölbreyttum verkefnum sem snúa að fræðslu og þjálfun starfsmanna.

Fræðslusérfræðingur tryggir að fræðslan styðji við stefnu Símans þar sem lögð er rík áhersla á að bæta þekkingu og hæfni starfsfólks.

Við leitum að einstaklingi sem býr yfir:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynslu af sambærilegu starfi
- Frumkvæði og drifkrafti
- Framúrskarandi samskiptahæfni
- Skipulagshæfileikum og sjálfstæðum vinnubrögðum

Helstu verkefni:
- Þarfagreining og stefnumótun
- Skipulagning og utanumhald fræðslu
- Hönnun og gerð fræðsluefnis
- Mælingar á árangri fræðslu

Umsóknarfrestur er til og með 26. nóvember nk.

Fyrirspurnum skal beint á netfangið **mannaudur@siminn.is**
Aðeins er tekið við umsóknum í gegnum **siminn.is/storf.** *Í anda jafnréttisstefnu Símans hvetjum við konur jafnt sem karla til að sækja um.*

Bókari

Slysavarnafélagið Landsbjörg leitar að reynslumiklum einstaklingi til að sjá um bókhald félagsins. Um 100% starf er að ræða.

Helstu verkefni

- Móttaka og bókun reikninga
- Færsla bókhalds
- Aðstoð við uppgjör og uppsetningu ársreiknings
- Afstemming
- Innheimta
- Virðisaukaskattsskýrslur
- Önnur tilfallandi störf

Hæfniskröfur

- Viðskiptafræðingur eða viðurkenndur bókari
- Góð þekking á Navision
- Góð færni í Excel
- Góð almenn tölvukunnátta
- Haldbær reynsla í færslu bókhalds
- Skipulögð, sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Liðshugsun og þekking á félagsstörfum
- Góð samskiptahæfni, jákvætt viðmót og þjónustulund
- Hreint sakavottorð

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Upplýsingar um starfið veitir Margrét Gunnarsdóttir, fjármálastjóri Slysavarnafélagsins Landsbjargar, í síma 570 5900 eða margret@landsbjorg.is

Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar á netfangið margret@landsbjorg.is fyrir **25. nóvember**.

Slysavarnafélagið Landsbjörg eru landssamtök björgunarsveita og slysavarnadeilda á Íslandi. Félagið er ein stærstu samtök sjálfboðaliða á Íslandi.

SLYSAVARNAFÉLAGIÐ LANDSBJÖRG

Tækni/verkfræðingur óskast
Grafa og Grjót ehf. óskar eftir að ráða tækni/verkfræðing til starfa

Helstu verkefni eru:
- Úrvinnsla á gögnum
- Mælingar
- Tilboðsgerð
- Eftirlit og úttektir
- Gerð og eftirlit verkferla
- Önnur tilfallandi verkefni
- Verkefnastjórnun
- Önnur tilfallandi verkefni

Menntunar og hæfniskröfur:
- Tækni eða verkfræði menntun
- Kunnátta á helstu forrit
- Gott skynbragð á uppsetningu og framsetningu gagna
- Góð samstarfs- og samskiptahæfni
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Reynsla á vélstýringu er kostur

Umsóknafrestur er til 6. des
Umsóknir ásamt ferilskrá sendist á netfangið: grafa@grafa.is.

Um fyrirtækið:
Grafa og grjót er jarðvinnu fyrirtæki sem starfar bæði á opinberum og einkamarkaði. Fyrirtækið kappkostar að bjóða uppá framúrskarandi þjónustu og aðstöðu, jafnt fyrir viðskiptavini sem og starfsmenn og er framúrskarandi fyrirtæki 2019. Grafa og grjót er með einn yngsta tækja- og bílaflotann á markaðnum og hóf nýlega byggingu á nýjum höfuðstöðvum. Hjá fyrirtækinu starfa að jafnaði 50-60 manns.
Núverandi verkefni er m.a:
Urriðaholt, Grænakinn, Frakkastígur og Dalskóli
Við hvetjum konur jafn sem karla að sækja um.

HAFÐU ÁHRIF Á HEILAN LANDSHLUTA

Verkefnisstjóri iðnaðar

Samtök sveitarfélaga á Norðurlandi vestra (SSNV) óska eftir að ráða verkefnisstjóra iðnaðar. Um nýtt og spennandi verkefni er að ræða sem hefur það að markmiði að laða fjárfestingar í landshlutann til að fjölga þar störfum. Ráðið er í starfið til tveggja ára með möguleika á framlengingu.

Meðal verkefna

- Mat á fyrirliggjandi hugmyndum um iðnaðaruppbyggingu á Norðurlandi vestra.
- Markaðssetning landshlutans sem fýsilegs fjárfestingarkosts, þ.m.t. gerð kynningarefnis, bein markaðssetning, samskipti við fjárfesta o.fl.
- Áframhaldandi greining á innviðum.
- Gerð viðskiptaáætlana og markaðsgreininga.
- Samskipti við hagsmunaaðila.
- Koma auga á tækifæri til atvinnuskapandi fjárfestinga í landshlutanum.

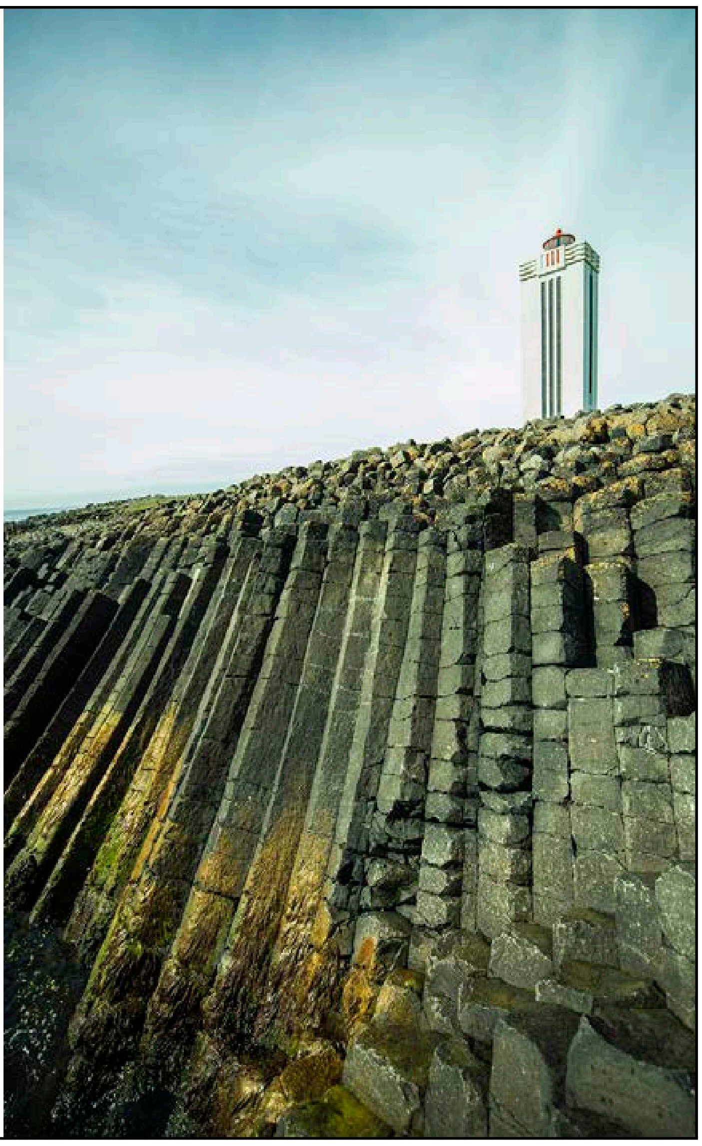
Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Haldbær þekking/reynsla af rekstri. Reynsla af fjárfestingum og atvinnuuppbyggingu er kostur.
- Þekking á greiningu iðnaðarkosta m.t.t. alþjóðlegrar tækni- og viðskiptaþróunar er kostur.
- Þekking/reynsla af markaðsmálum.
- Reynsla af verkefnisstjórnun.
- Góð almenn tölvufærni.
- Samskiptahæfni, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku.

Um er að ræða áhugavert tækifæri fyrir réttan aðila. Allar nánari upplýsingar veitir framkvæmdastjóri SSNV, Unnur Valborg Hilmarsdóttir, unnur@ssnv.is. Umsóknum skal skilað í síðasta lagi 2.12.2019 á netfangið ssnv@ssnv.is.

ssnv

Starfssvæði SSNV nær yfir 7 sveitarfélög frá Hrútafirði í vestri yfir í Skagafjörð í austri. Starfsmenn samtakanna eru 6. Samtökin vinna að framkvæmd Sóknaráætlunar Norðurlands vestra, atvinnuþróun og öðrum sameiginlegum verkefnum sveitarfélaganna. Á Norðurlandi vestra búa um 7000 manns í fjölskylduvænum samfélögum í nálægð við stórbrotna náttúru. Tómstundastarf er fjölbreytt og menningarlíf gróskumikið.



GRUNNSKÓLI GRINDAVÍKUR

VIRÐING – VELLÍÐAN – VIRKNI

Við Grunnskóla Grindavíkur er laus staða námsráðgjafa og grunnskólakennara á yngsta stig.

Umsóknarfrestur er til 29. nóvember 2019 en ráðið er í störfin frá áramótum.

Við leitum annarsvegar að einstaklingi með réttindi til að starfa sem náms-og starfsráðgjafi og hins vegar að einstaklingi með réttindi til kennslu í grunnskóla. Umsækjendur þurfa að vera metnaðarfullir og góðir í mannlegum samskiptum, með skipulagshæfileika, vera sveigjanlegir og tilbúnir að leita nýrra leiða í skólastarfi. Skólinn vinnur í anda Uppeldi til ábyrgðar.

Karlar jafnt sem konur eru hvött til að sækja um störfin. Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands.

Umsóknir skulu berast Grunnskóla Grindavíkur Ásabraut 2, 240 Grindavík eða sendist á netfangið gudbjorgms@grindavik.is

Nánari upplýsingar veitir Guðbjörg M. Sveinsdóttir skólastjóri í síma 420-1200.

UMHVERFIS STOFNUN

Vilt þú vinna við loftslagsmál?

Hjá Umhverfisstofnun eru laus tvö störf sérfræðinga í teymi loftslags og loftgæða.

Sérfræðingur á sviði loftslagsmála

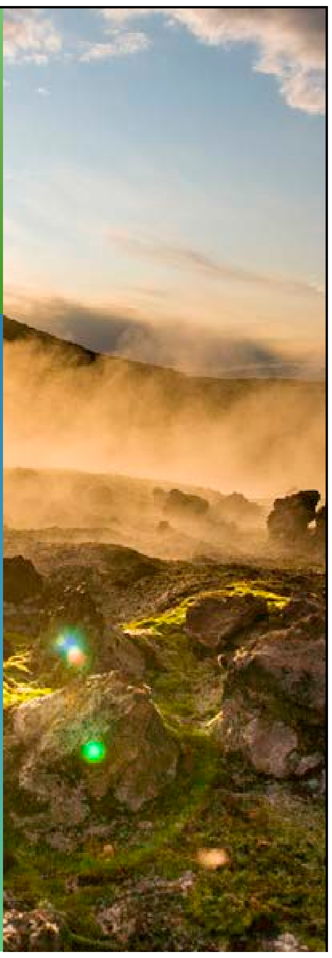
Við leitum að talnaglöggum einstaklingi til starfa við losunarbókhald Íslands, einkum í sambandi við losun frá landbúnaði og landgræðslu.

Sérfræðingur í viðskiptakerfi ESB

Við leitum að skipulögðum einstaklingi til að sjá um viðskiptakerfi ESB með losunarheimildir gróðurhúsalofttegunda frá iðnaði og flugi.

Teymi loftslags og loftgæða er þverfaglegt teymi sérfræðinga í loftslagsmálum. Bæði störfin fela í sér mikil samskipti og samstarf við evrópskar og alþjóðlegar stofnanir.

Upplýsingar um störfin og hæfniskröfur sem gerðar eru er að finna á starfatorg.is og á umhverfisstofnun.is



Financial Analyst

Fjármálasvið Össurar leitar að metnaðarfullum greiningaraðila innan Corporate Development, Investor Relations og Treasury. Corporate Development stýrir verkefnum tengdum yfirtökum á öðrum félögum (M&A) og aðstoðar við stefnumótandi verkefni. Investor Relations ber ábyrgð á efni tengdu markaðstilkynningum félagsins og sér um samskipti við hluthafa, fjárfesta og greiningaraðila. Treasury ber ábyrgð á lausafjárstýringu og fjármögnun félagsins auk áhættustýringar á þeim sviðum. Starfinu geta fylgt ferðalög vegna samskipta við fjárfesta á meginlandi Evrópu og í Bandaríkjunum.

STARFSSVIÐ

- Greina fjárhagsgögn, útbúa fjárhagsáætlanir, aðstoða við verðmatsútreikninga á væntanlegum yfirtökum og útbúa kynningarefni
- Undirbúa markaðstilkynningar og kynningarefni um árshlutauppgjör og ársskýrslu félagsins með tilheyrandi greiningum á rekstrarniðurstöðum Össurar
- Undirbúa hluthafafundi og skipuleggja fjárfestaviðburði
- Aðstoð við arðgreiðslur, eigin viðskipti Össurar, stefnumótandi verkefni og önnur tilfallandi verkefni á sviði fjárstýringar
- Tilfallandi greiningarvinna innan fjármálasviðs og í tengslum við stefnumótandi verkefni

HÆFNISKRÖFUR

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, svo sem á sviði viðskipta-, hag- eða verkfræði
- 2-3 ára reynsla af störfum við fjárhagsgreiningu, fjármál fyrirtækja og gerð kynningarefnis
- Reynsla af verðmatsgerð er kostur
- Mjög góð enskukunnátta, dönskukunnátta er kostur
- Mjög góð tök á Excel og PowerPoint
- Framúrskarandi samskipta- og tjáningarhæfni í bæði ræðu og riti
- Góð skipulagsfærni, frumkvæði, sjálfstæði og nákvæmni í vinnubrögðum

Dynamics NAV/Business Central

Össur leitar að sérfræðingi til þess að taka þátt í hönnun og þróun ERP lausna fyrirtækisins. Framundan er metnaðarfull innleiðing á nýjum og núverandi kerfum, sem hefur það að markmiði að auka skilvirkni og vöxt fyrirtækisins á alþjóðavísu. Tækni og kerfi spila þar stórt hlutverk, ekki síður en fólk og ferlar.

STARFSSVIÐ

- Þátttaka í kröfugreiningu og hönnun lausna
- Ráðgjöf við hina ýmsu verkefnahópa

HÆFNISKRÖFUR

- Háskólamenntun og/eða góð reynsla sem nýtist í starfi
- Þekking á Dynamics NAV/Business Central
- Mjög góð enskukunnátta
- Góð skipulagsfærni, frumkvæði, sjálfstæði og nákvæmni í vinnubrögðum

---

Umsóknarfrestur er til og með 25. nóvember 2019.
Sótt er um starfið á vef Össurar, ossur.is/mannaudur. Athugið að velja viðeigandi starf.
For English version please see the above webpage.
Nánari upplýsingar veitir mannauðsdeild í síma 515 1300.

JAFNLAUNAMERKIÐ

Össur er leiðandi alþjóðlegt fyrirtæki á sviði stoð- og stuðningstækja.
Hjá félaginu starfa um 3.500 manns í 26 löndum.
Gildi félagsins eru: Heiðarleiki – Hagsýni – Hugrekki.

WWW.OSSUR.COM

Forstöðumaður rannsókna

Hefur þú gaman af rannsóknum sem tengjast verkefnum Vegagerðarinnar?
Leitað er eftir forstöðumanni rannsókna Vegagerðarinnar. Starfið er hægt að vinna á flestum stærri starfsstöðvum Vegagerðarinnar um allt land. Um er að ræða áhugavert starf fyrir dugmikinn einstakling.

VEGAGERÐIN

ÖRYGGI
FRAMSÝNI
ÞJÓNUSTA
FAGMENNSKA

Starfssvið

Meðal helstu markmiða með rannsóknasjóði Vegagerðarinnar er að unnið sé að rannsóknaverkefnum sem stuðla að því að Vegagerðin geti sinnt hlutverki sínu og uppfyllt markmið sem sett eru fram á hverjum tíma. Auglýst er eftir umsóknum til rannsóknasjóðs í upphafi hvers árs. Forstöðumaður rannsókna hefur meðal annars umsjón með mati á umsóknum og úthlutun á rannsóknafé, fylgist með framgangi verkefna og hefur samskipti við stofnanir í rannsóknum innanlands og utan. Hann gerir tillögur um skipulagningu rannsóknastarfs og tekur þátt í stefnumótun á því sviði. Þá gerir hann tillögur um kynningu og nýtingu niðurstaða rannsóknaverkefna í starfsemi Vegagerðarinnar.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, framhaldsmenntun æskileg
- Þekking á starfsemi Vegagerðarinnar
- Reynsla af vinnu við rannsóknaverkefni
- Framúrskarandi samskiptafærni og rík þjónustulund
- Frumkvæði, metnaður og árangursdrifni
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Góð kunnátta í talaðri og ritaðri íslensku, ensku og norðurlandatungumáli

Vegagerðin er eftirsóknarverður vinnustaður sem hentar jafnt báðum kynjum.
Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.
Umsóknarfrestur er til og með 2. desember 2019.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Jónas Snæbjörnsson framkvæmdastjóri þróunarsviðs, netfang: jonas.snaebjornsson@vegagerdin.is, sími: 522 1000
Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem fram kemur rökstuðningur um hæfi til að gegna umræddu starfi. Umsóknir berist Vegagerðinni á netfangið: starf@vegagerdin.is
Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

REYKJALUNDUR
endurhæfing

FYRIRMYNDAR STOFNUN 2019

Hjúkrunarfræðingur á hjartasviði

Laus er til umsóknar 60% staða hjúkrunarfræðings á hjartasviði. Um er að ræða tímabundna ráðningu til eins árs og veitist staðan frá 1. desember 2019 eða eftir nánara samkomulagi.

Gerð er krafa um íslenskt hjúkrunarleyfi og þarf viðkomandi að búa yfir þekkingu á hjartasjúkdómum og meðferð þeirra ásamt ríkri hæfni í mannlegum samskiptum og sjálfstæðis í starfi.

Á Reykjalundi er unnið í þverfaglegri teymisvinnu þar sem áhersla er lögð á skjólstæðingsmiðaða nálgun og heildræna sýn.

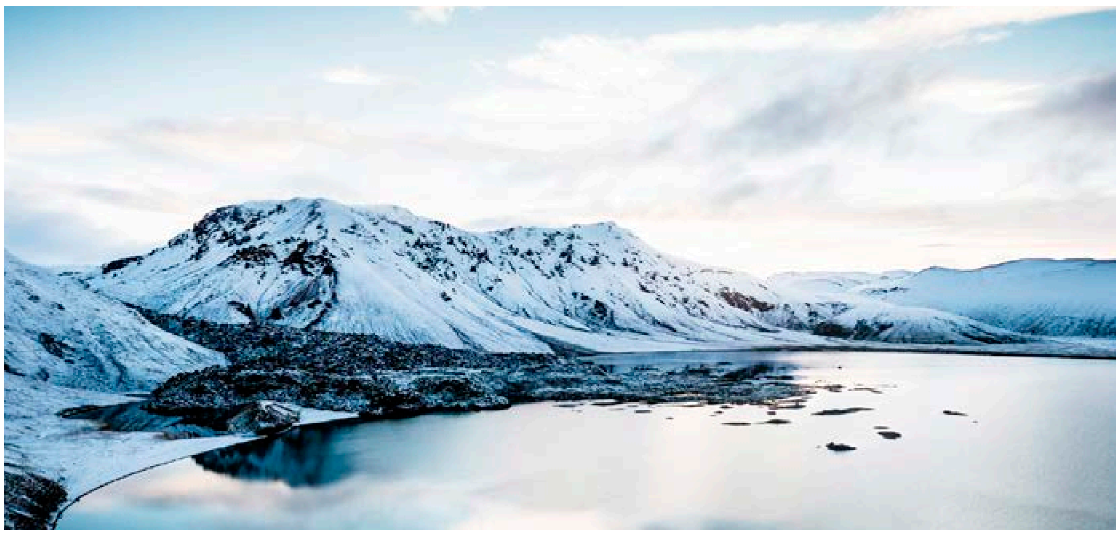
Laun byggja á kjarasamningi Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og fjármálaráðherra auk stofnanasamnings Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og Reykjalundar.

Upplýsingar um starfið veita Þórunn Guðmundsdóttir hjúkrunarstjóri í síma 585-2000, netfang; thorunng@reykjalundur.is og Guðbjörg Gunnarsdóttir mannauðsstjóri í síma 585-2143, netfang; gudbjorg@reykjalundur.is

Umsóknarfrestur er til 1. desember 2019.

Umsóknarform og upplýsingar um Reykjalund má finna á heimasíðunni www.reykjalundur.is

Reykjalundur, endurhæfingarmiðstöð SÍBS.
Sími 585 2000 – www.reykjalundur.is



Framkvæmdastjóri fjármálasviðs

FESTI hf. leitar að traustum og metnaðarfullum einstaklingi í starf framkvæmdastjóra fjármálasviðs. Framkvæmdastjóri er öflugur og framsækinn leiðtogi sem er bæði fyrirmynd og ábyrgur í hópi jafningja við stjórnun félagsins.

Við leitum að einstaklingi sem er tilbúin(n) í krefjandi verkefni, með afburða hæfileika í mannlegum samskiptum, greiningum og samningum.

Ábyrgðarsvið:

- Reikningshald
- Gagnavinnsla og greiningar
- Áhættu- og fjárstýring
- Áætlanagerð og eftirfylgni
- Fjárhagsleg greining og eftirlit
- Samskipti við lánastofnanir og fjárfesta ásamt forstjóra

Menntunar og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði fjármála eða viðskipta sem nýtist í starfi
- Þekking og reynsla af stjórnun fjármála er skilyrði
- Sjálfstæði í starfi og öguð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Frumkvæði, drifkraftur og lausnamiðuð hugsun
- Löggiltur endurskoðandi er kostur

Nánari upplýsingar um starfið veita Eggert Þór Kristófersson, eggert@festi.is og Kolbeinn Finnsson, kolbeinn@festi.is.

Umsóknir óskast fylltar út á **https://festi.is/atvinna** ásamt starfsferilskrá og kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með **3. desember**.
Öllum umsóknum verður svarað og fullum trúnaði heitið.
Við hvetjum fólk af báðum kynjum til að sækja um starfið.

Framúrskarandi fyrirtæki 2019 · JAFNLAUNAVOTTUN 2017 - 2020 · SIÐFERÐISGÁTTIN

Festi hf. er eignarhaldsfélag sem í dag rekur fimm rekstrarfélög, N1, Krónuna, Elko, Bakkann vöruhótel og Festi fasteignir. Dagleg starfsemi félagsins skiptist annars vegar í rekstur stoðþjónustu fyrir rekstrarfélögin og hins vegar í fjárfestingarstarfsemi.

FESTI

LAUS STÖRF
HJÁ HAFNARFJARÐARBÆ

Fjölskyldu- og barnamálasvið
- Verkefnastjóri stuðningsþjónustu

Grunnskólar
- Faggreinakennari á yngsta stigi - Víðistaðaskóli
- Frístundaleiðbeinendur - Öldutúnsskóli
- Frístundaleiðbeinendur - Áslandsskóli
- Frístundaleiðbeinendur í 50% starf - Skarðshlíðarskóli
- Skólaliði í 50% starf - Skarðshlíðarskóli
- Textílkennari í 50-70% starf - Öldutúnsskóli
- Umsjónarkennari - fjölgreinadeild í Menntasetrinu við Lækinn

Leikskólar
- Aðstoð í eldhúsi - Norðurberg
- Deildarstjóri - Álfasteinn
- Deildarstjóri - Hlíðarberg
- Deildarstjóri - Hraunvallaleikskóli
- Deildarstjóri - Skarðshlíðarleikskóli
- Leikskólakennari - Hraunvallaleikskóli
- Leikskólakennari - Stekkjarás
- Þroskaþjálfi - Hraunvallaleikskóli
- Þroskaþjálfi - Stekkjarás

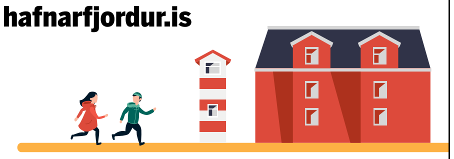
Málefni fatlaðs fólks
- Hlutastörf á heimili

Mennta- og lýðheilsusvið
- Fagstjóri frístundastarfs

Þjónustu- og þróunarsvið
- Verkefnastjóri viðburða og kynningarmála á Bókasafni Hafnarfjarðar

Vakin er athygli á stefnu Hafnarfjarðarbæjar að jafna hlutfall kynjanna í störfum hjá bænum og að vinnustaðir bæjarins endurspegli fjölbreytileika samfélagsins.

Nánar á **hafnarfjordur.is**



HAFNARFJÖRÐUR · 585 5500 **hafnarfjordur.is**

Starfsmaður í bókhald

Bókvís ehf – bókhaldsþjónusta, óskar eftir að ráða starfsmann til bókhaldsstarfa frá og með næstu áramótum.

Æskilegt er að umsækjandi hafi reynslu af færslu bókhalds, uppgjörsvinnslum og skattauppgjörum.
Möguleiki er á hlutastarfi.

Bókvís ehf er bókhaldsstofa í eigu Búnaðarsambands Eyjafjarðar og er staðsett á Óseyri 2 á Akureyri og annast bókhald, launavinnslur og skatta- og ársuppgjör fyrir bændur, einkahlutafélög og félagasamtök.

Fyrirspurnir og umsóknir skal senda á Bókvís ehf, Óseyri, 603 Akureyri eða netföngin
jhs@bugardur.is eða sigurgeir@bugardur.is **fyrir 1. des. n.k.**

Atvinnueign
FASTEIGNAMIÐLUN

Óskum eftir löggiltum fasteignasala eða aðstoðarmanni fasteignasala

Atvinnueign auglýsir eftir sjálfstæðum og árangursdrifnum löggiltum fasteignasala og eða aðstoðarmanni fasteignasala til starfa, til að annast sölu og leigu á fasteignum. Mikil eftirspurn og næg verkefni fyrir duglega einstaklinga.

Fagmennska, góð þjónustulund og áræðni eru afar mikilvægir kostir.

Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál.
Umsóknir berist á netfangið atvinnueign@atvinnueign.is

Nánari upplýsingar veitir Halldór Már í síma 898 5599

Atvinnueign ehf - Síðumúla 13 - s: 577 5500 - www.atvinnueign.is

---

Safnstjóri Listasafns Reykjanesbæjar

Reykjanesbær leitar að öflugum safnstjóra fyrir Listasafn Reykjanesbæjar.

Við leitum að kraftmiklum einstaklingi sem er sjálfstæður í vinnubrögðum, skipulagður og býr yfir gagnrýnni hugsun. Viðkomandi þarf að vera skapandi og hafa framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.

Helstu verkefni

- Mótar stefnu um starfsemi safnsins
- Skipuleggur og sinnir daglegum rekstri
- Stýrir undirbúningi og uppsetningu á sýningum
- Sér um umsýslu og útlán safngripa
- Þáttaka í stefnumótun málaflokksins
- Markaðssetning og samvinna við aðrar stofnanir

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Víðtæk þekking á innlendri og alþjóðlegri myndlist
- Góð þekking á stjórnun og rekstri
- Sannfærandi stjórnenda- og leiðtogahæfileikar, frumkvæði og skipulagshæfni
- Þekking og reynsla á markaðsstörfum er mikill kostur
- Góð tungumálakunnátta og hæfni til að setja fram mál í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Góð tölvufærni

Listasafn Reykjanesbæjar starfar eftir safnalögum og telst viðurkennt safn í samræmi við skilyrði safnaráðs.

Safnið er staðsett í Duus safnahúsum og skipar mikilvægan sess í menningarlífi bæjarins.

Gildi Reykjanesbæjar eru framsækni, virðing og eldmóður og viljum við að nýr safnstjóri endurspegli þá eiginleika.

Frekari upplýsingar um starfið veitir Þórdís Ósk Helgadóttir, thordis.o.helgadottir@reykjanesbaer.is
Umsóknarfrestur er til 3. desember 2019.

Reykjanesbær er fjórða stærsta sveitarfélags landsins með rúmlega 19 þúsund íbúa. Hjá Reykjanesbæ starfar samhentur hópur starfsmanna sem hefur það að leiðarljósi að þjónusta við íbúa bæjarfélagsins sé eins og best verður á kosið hverju sinni. Við bjóðum góða starfsaðstöðu og jákvætt andrúmsloft.

Framtíðarsýn Reykjanesbæjar: *Fjölskylduvænn bær sem þroskar og nærir hæfileika allra í gegnum öflugt skóla-, íþrótta-, og menningarstarf. Íbúar sinna fjölbreyttum störfum í vistvænu fjölmenningarsamfélagi.*

RÁÐGJAFI

á sviði starfsendurhæfingar

VIRK Starfsendurhæfingarsjóður í samvinnu við BHM, KÍ og SSF leitar að ráðgjafa í 100% ótímabundna stöðu í starfsstöð BHM sem sinnir öllum háskólamenntuðum á höfuðborgarsvæðinu. Um er að ræða mjög krefjandi og fjölbreytt starf og einstakt tækifæri til þátttöku í þróun og þjónustu á sviði starfsendurhæfingar á vinnumarkaði.

Helstu verkefni

- Ráðgjöf, stuðningur og hvatning við einstaklinga með skerta starfsgetu
- Upplýsingaöflun, skráning og mat samkvæmt gildandi verkferlum
- Umsjón og eftirfylgd með einstaklingsbundnum áætlunum sem gerðar eru í samvinnu við þverfaglegt teymi VIRK
- Vinnur í nánu samstarfi við sérfræðinga VIRK, fagaðila í starfsendurhæfingu og vinnustaði
- Samskipti við stéttarfélög og atvinnurekendur

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun á sviði heilbrigðis- eða félagsvísinda, s.s. á sviði félagsráðgjafar, hjúkrunar, sálfræði, iðju- þroska eða sjúkraþjálfunar
- Víðtæk reynsla og þekking á sviði einstaklingsráðgjafar og/eða starfsendurhæfingar
- Framúrskarandi samskiptahæfni, jákvætt viðmót og þjónustulund
- Sveigjanleiki og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Skipulagshæfni og kostnaðarvitund
- Góð þekking á vinnumarkaði
- Gott vald á íslensku og ensku, bæði í ræðu og riti

Ráðgjafar VIRK starfa hjá BHM samkvæmt samningi við VIRK. Að VIRK standa öll helstu samtök launamanna og atvinnurekanda á vinnumarkaði. Hlutverk VIRK er að efla starfsgetu einstaklinga í kjölfar veikinda eða slysa með árangursríkri starfsendurhæfingarþjónustu.

VIRK hefur í samstarfi við fagaðila, fyrirtæki og stofnanir skilað samfélagslegum ávinningi með aukinni þátttöku einstaklinga á vinnumarkaði og er leiðandi í rannsóknum og þróun á sviði starfsendurhæfingar.

Nánari upplýsingar um BHM er að finna á https://www.bhm.is/
og um VIRK á virk.is.

Við hvetjum karla jafnt sem konur til að sækja um störf.

Upplýsingar veitir:
Geirlaug Jóhannsdóttir
geirlaug@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is
Umsóknarfrestur er til 24. nóvember 2019.

Umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá og einnar blaðsíðu kynningarbréf þar sem á kerfisbundinn hátt er gerð grein fyrir því hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur starfsins.

Bandalag háskólamanna | KENNARASAMBAND ÍSLANDS | SAMTÖK STARFSMANNA FJÁRMÁLAFYRIRTÆKJA | VIRK STARFSENDURHÆFINGARSJÓÐUR

Lögfræðingur á skrifstofu vinnumarkaðar og starfsendurhæfingar

Félagsmálaráðuneytið auglýsir laust til umsóknar starf lögfræðings á skrifstofu vinnumarkaðar og starfsendurhæfingar. Meginhlutverk skrifstofunnar er að undirbyggja stefnumarkandi ákvarðanir ráðherra og að hafa heildarsýn yfir þá málaflokka sem falla undir málefnasvið skrifstofunnar sem og önnur viðfangsefni sem undir ráðuneytið heyra, eftir því sem við á. Enn fremur er það hlutverk skrifstofunnar að hafa yfirsýn yfir framkvæmd stefnu stjórnvalda á málefnasviði skrifstofunnar og fylgja henni eftir, meðal annars með gerð lagafrumvarpa, þingsályktunartillagna og reglugerða sem og með þátttöku í nefndarstörfum innanlands og erlendis. Lögð er áhersla á gott samráð og samstarf við önnur ráðuneyti og stofnanir, svo sem Vinnumálastofnun og Vinnueftirlit ríkisins, sem og Alþingi og ýmsa hagsmunaaðila.

Leitað er eftir einstaklingi sem er reiðubúinn að takast á við krefjandi, áhugaverð og fjölbreytt verkefni á sviði vinnumarkaðar og starfsendurhæfingar þar sem reynir á öguð vinnubrögð, ábyrgð og sjálfstæði í starfi. Um er að ræða fullt starf.

Helstu verkefni og ábyrgð
Helstu verkefni tengjast löggjöf á málefnasviði skrifstofunnar, svo sem um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, atvinnuleysistryggingar, vinnumarkaðsaðgerðir, atvinnuréttindi útlendinga, Ábyrgðasjóð launa og fæðingar- og foreldraorlof.

Kröfur um menntun og hæfni
- Fullnaðarpróf í lögfræði með embættis- eða meistaraprófi.
- Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Sveigjanleiki og samstarfshæfni.
- Skipulagshæfni.
- Mjög gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð kunnátta í ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Þekking og starfsreynsla á sviði opinberrar stjórnsýslu æskileg.
- Kunnátta í einu Norðurlandamáli æskileg.

Frekari upplýsingar um starfið
Um launakjör fer samkvæmt kjarasamningi fjármála- og efnahagsráðherra og Félags háskólamenntaðra starfsmanna Stjórnarráðsins.

Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir þær kröfur um menntun og hæfni sem gerðar eru. Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út, sbr. reglur nr. 464/1996, um auglýsingar á lausum störfum, með síðari breytingum. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Ráðuneytið hvetur karla jafnt sem konur til að sækja um starfið. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Upplýsingar um starfið veitir Bjarnheiður Gautadóttir, skrifstofustjóri, í síma 545-8100, bjarnheidur.gautadottir@frn.is.

Umsóknarfrestur er til 2. desember 2019. Umsóknir skulu fylltar út á Starfatorgi, **www.starfatorg.is.**

Félagsmálaráðuneytið, 15. nóvember 2019.

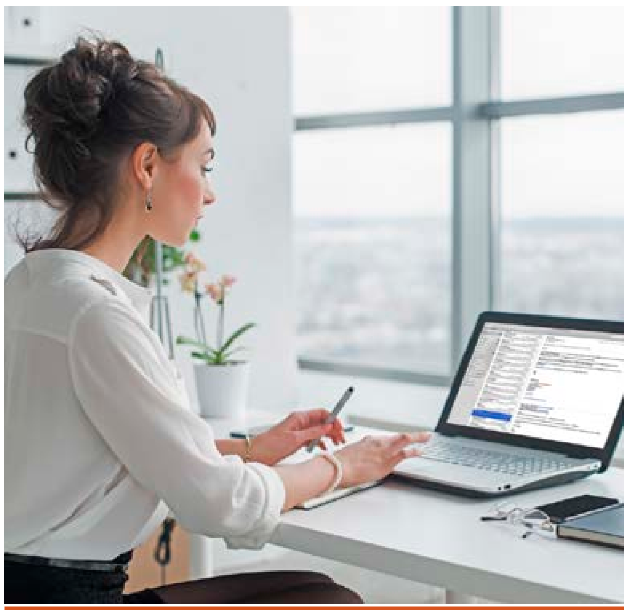
Stjórnarráð Íslands
Félagsmálaráðuneytið

Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

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

Capacent_

capacent.is



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

Vantar þig starfsfólk?

HAGVANGUR

hagvangur.is

Rafeindavirki eða vélvirki

Sindri leitar að rafeindavirkja og/eða vélvirkja.
Starfið felur í sér í þjónustu á rafmagnsverkfærum.

Hæfniskröfur:
- Rík þjónustulund og nákvæmni
- Öguð vinnubrögð
- Frumkvæði og metnaður í starfi
- Góð enskukunnátta
- Góð tölvukunnátta
- Reynsla af sambærilegum störfum kostur

Menntun:
Rafeindavirki og/eða vélvirki með þekkingu á rafmagni og vélum.

Upplýsingar um starfið veitir Kristján Páll Hrafnkelsson í síma 575 0000 eða kristjan@sindri.is.

Umsóknum skal skilað fyrir 1. desember.

Sindri er verslunar- og þjónustufyrirtæki á sviði byggingalausna, festinga, véla, verkfæra og vinnufatnaðar. Fyrirtækið var stofnað árið 1933 og er hluti af Johan Rönning hf.

Hjá félaginu starfa rúmlega 120 starfsmenn í Reykjavík, Kópavogi, Fjarðarbyggð, Reykjanesbæ, Hafnarfirði, Selfossi, Grundartanga og á Akureyri.

Johan Rönning hefur í 8 ár í röð verið valið fyrirmyndarfyrirtæki VR og hlotið nafnbótina fyrirtæki ársins.

VR FYRIRTÆKI ÁRSINS 2018

| Verslanir | Véladeild | Þjónustudeild |

Sími 575 0000 • www.sindri.is

SINDRI

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Deildarstjóri bókhaldsdeildar	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201911/1904
Lögfræðingur	Félagsmálaráðuneytið	Reykjavík	201911/1903
Kennari í íslensku	Flensborgarskólinn	Hafnarfjörður	201911/1902
Sérfræðingur viðskiptakerfi ESB	Umhverfisstofnun	Ýmiss	201911/1901
Sérfræðingur á sviði loftslagsmála	Umhverfisstofnun	Ýmiss	201911/1900
Lektor, fiskeldis-/fiskalíffræðideild	Háskólinn á Hólum	Sauðárkrókur	201911/1899
Rannsóknarlögr.maður tæknideild	Lögreglustjórinn á höfuðborgarsv.	Reykjavík	201911/1898
Lögreglufulltrúi kynferðisbrotadeild	Lögreglustjórinn á höfuðborgarsv.	Reykjavík	201911/1897
Lífeindafræðingur	Heilbrigðisstofnun Suðurnesja	Reykjanesbær	201911/1896
Verkefnastjóri	Nýsköpunarmiðstöð Íslands	Sauðárkrókur	201911/1895
Lögfræðingur	Úrskurðarnefnd umhv./auðlindamála	Reykjavík	201911/1894
Ráðgjafi í ráðgjafadeild	Lánasjóður íslenskra námsmanna	Reykjavík	201911/1893
Lektor í félagsráðgjöf	Háskóli Íslands, Félagsvísindasvið	Reykjavík	201911/1892
Verkefnastjóri á launadeild	Háskóli Íslands	Reykjavík	201911/1891
Aðstoðarverslunarstjóri	ÁTVR, Vínbúðin	Húsavík	201911/1890
Starfsmaður	ÁTVR, Vínbúðin	Grindavík	201911/1889
Þjónustustjóri Sögu	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201911/1888
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, skilunardeild	Reykjavík	201911/1887
Hjúkrunarfræðingur	Sjúkrahúsið á Akureyri	Akureyri	201911/1886
Gæsluliði	Sjúkrahúsið á Akureyri	Akureyri	201911/1885
Verkefnisstjóri	Háskóli Íslands, Þroskaþjálfabraut	Reykjavík	201911/1884
Forstöðumaður rannsóknarsjóðs	Vegagerðin	Reykjavík	201911/1883
Sérfræðingur	Byggðastofnun	Sauðárkrókur	201911/1882
Sérfræðingur í upplýsingatækni	Útlendingastofnun	Kópavogur	201911/1881
Forstöðum. Landgræðsluskólans	Landbúnaðarháskóli Íslands	Reykjavík	201911/1880
Sjúkraliði	Heilbrigðisstofnun Suðurlands	Selfoss	201911/1879
Sjúkraliði	Heilbrigðisstofnun Suðurlands	Vestm.eyjar	201911/1878
Hjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Suðurlands	Vestm.eyjar	201911/1877
Sjúkraliði	Sjúkrahúsið á Akureyri	Akureyri	201911/1876
Táknmálstúlkur	Samskiptamiðstöð heyrnarlausra	Reykjavík	201911/1875
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, bráðageðdeild	Reykjavík	201911/1874
Hjúkrunarnemi/hlutastarf	Landspítali, bráðageðdeild	Reykjavík	201911/1873
Sjúkraliði	Landspítali, lungnadeild	Reykjavík	201911/1872
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, lungnadeild	Reykjavík	201911/1871
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, barnadeild	Reykjavík	201911/1870
Sjúkraliði	Landspítali, bráðamóttaka barna	Reykjavík	201911/1869
Umsjón endurhæfingaraðstöðu	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Sauðárkrókur	201911/1868
Hjúkrunarfræðingur	Sjúkrahúsið á Akureyri	Akureyri	201911/1867
Kennari í jarðfræði	Menntaskólinn á Ísafirði	Ísafjörður	201911/1866
Verkefnastjóri í geðheilsuteymi	Heilbrigðisstofnun Vestfjarða	Ísafjörður	201911/1865
Fjármálastjóri	Sinfóníuhljómsveit Íslands	Reykjavík	201911/1864
Rekstrarstjóri	Heilbrigðisstofnun Vestfjarða	Patreksfjörður	201911/1863
Hjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Vestfjarða	Patreksfjörður	201911/1862

Styrkir til menningarsamstarfs milli Noregs og Íslands

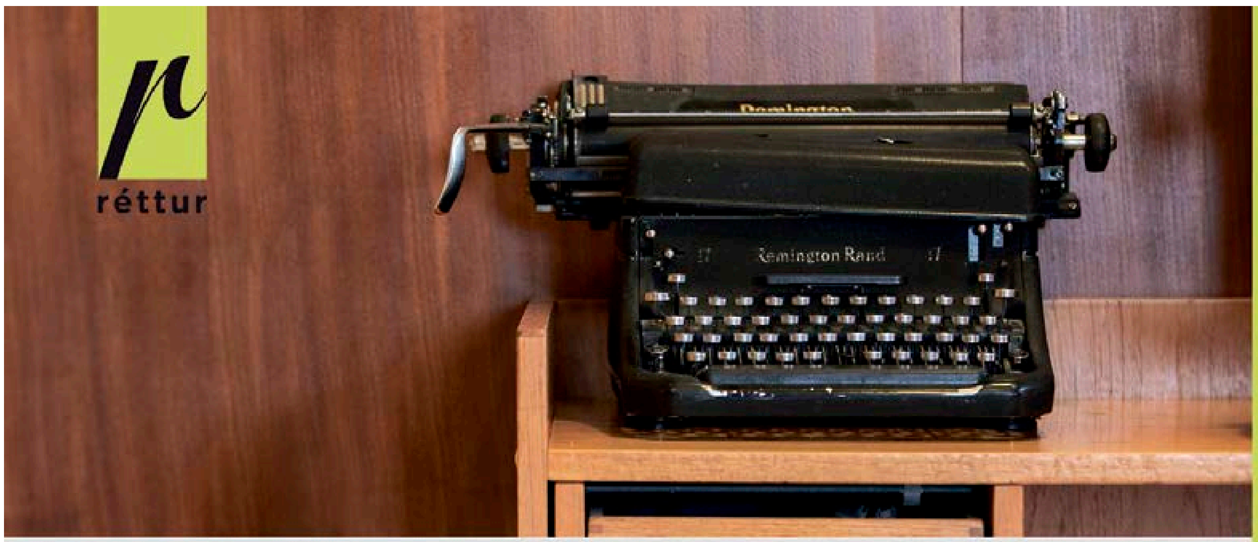
Norsk stjórnvöld leggja árlega til framlag til norsks-íslensks menningarsamstarfs. Markmið framlagsins er að stuðla að fjölbreyttu menningarsamstarfi milli Noregs og Íslands.

Umsækjendur verða að fylla út umsóknareyðublað á vef norska menningarráðsins (Norsk kulturråd) : https://www.kulturradet.no/stotteordning/-/vis/norsk-islandsk-kultursamarbeid

Æskilegt er að umsóknir séu skrifaðar á norsku, dönsku, sænsku eða ensku.
Umsóknarfrestur um styrki rennur út þann **3. desember nk.**

Nánari upplýsingar er að finna á vefsíðu mennta- og menningarmálaráðuneytis:
menntamálaráðuneyti.is

Stjórnarráð Íslands
Mennta- og menningarmálaráðuneytið



LÖGLÆRÐUR FULLTRÚI

Réttur – Aðalsteinsson & Partners leitar að skapandi og sjálfstæðum löglærðum fulltrúa til starfa. Á Rétti starfa 9 lögmenn á flestum sviðum lögfræðinnar, þar á meðal fjármunaréttar, hugverkaréttar og mannréttinda. Við leitum að einstaklingi sem deilir metnaði okkar til þess að veita framúrskarandi lögfræðilega ráðgjöf og þjónustu.

Umsækjandi þarf að hafa lokið meistaranámi í lögfræði og æskilegt er að viðkomandi hafi hdl-réttindi og starfsreynslu, en það er ekki skilyrði.

Við tökum á móti umsóknum á netfangið **info@rettur.is** til **25. nóvember 2019**.
Fullum trúnaði heitið.

JÓLAMARKAÐUR – GÓÐ SÖLUAÐSTAÐA Í BOÐI!

Erum að leitast eftir þáttökuaðilum á jólamarkað sem verður inní húsnæði á Strandgötu, besta stað í Hafnarfirði opnar á sama tíma og jólamarkaður Hafnarfjarðar.
Búið er að fylla 60% rýmisins, nokkur laus pláss eftir opið verður alla daga og helgar fram að jólum.
Aðili getur valið hvort hann komi með starfsmann eða látið okkur um söluna. Markaðurinn verður mikið auglýstur m.a. á RÚV og öðrum miðlum

Áhugasamir sendið inn fyrir kl.16:00 miðvikudaginn 20. nóvember. Merkt **„Jólamarkaður"** á atvinna@frettabladid.is

FORVAL

Ný verkefni í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Bryggjuhverfi vestur. Gatnagerð og lagnir – Hönnun.** EES Forval nr. 14622.

Nánari upplýsingar er að finna á
www.reykjavik.is/utbod

Reykjavíkurborg
Innkaupaskrifstofa
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1111
Netfang: utbod@reykjavik.is

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinna gjalda að gera skil nú þegar eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 15. nóvember 2019, virðisaukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 5. nóvember 2019 og önnur gjaldfallin álögð gjöld og ógreiddar hækkanir er fallið hafa í eindaga til og með 15. nóvember 2019, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisaukaskatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengisgjaldi, bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, olíugjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendri framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, árgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteignagjöldum, skipulagsgjaldi, skipagjöldum, jarðarafgjaldi, sektum skattrannsóknarstjóra, ofgreiddri uppbót á eftirlaun, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi handhafa markaðsleyfis, veiðigjaldi og álögðum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt álagi á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, útvarpsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldraðra, slysatryggingagjald vegna heimilisstarfa, auðlegðarskattur og viðbótar auðlegðarskattur, fjármagnstekjuskattur ásamt álagi á ógreiddan fjármagnstekjuskatt, ógreiddur tekjuskattur af reiknuðu endurgjaldi ásamt álagi, búnaðargjald, sérstakur fjársýsluskattur, sérstakur skattur á fjármálafyrirtæki, jöfnunargjald alþjónustu, ofgreiddar barnabætur og ofgreiddar vaxtabætur.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjárnámsgjald í ríkissjóð er allt að 25.000 kr. fyrir hvert fjárnám. Þinglýsingargjald er 2.500 kr. auk útlagðs kostnaðar eftir atvikum. Eru gjaldendur hvattir til að gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað.

Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, afdreginn fjármagnstekjuskatt, áfengisgjald, fjársýsluskatt, gistináttaskatt og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrirvara, þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og kílómetragjald mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögveð fylgir mega búast við að send verði út sérstök greiðsluáskorun fyrir gjaldföllnum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuúrræði þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 16. nóvember 2019

Ríkisskattstjóri	Sýslumaðurinn á Norðurlandi vestra	Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sýslumaðurinn á Vesturlandi	Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra	Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Vestfjörðum	Sýslumaðurinn á Austurlandi	Sýslumaðurinn á Suðurnesjum

ÚTBOÐ

Útboð nr. 21065 – Sérhæfð akstursþjónusta í Hafnarfirði

Ríkiskaup, fyrir hönd Innkaupadeildar Hafnarfjarðarbæjar óska eftir tilboðum í sérhæfða akstursþjónustu í Hafnarfirði. Verk það sem hér um ræðir er akstur með fatlaða einstaklinga sem búa í Hafnarfirði, jafnframt aldraða einstaklinga sem sannanlega þarfnast sértækrar akstursþjónustu skv. reglum um sérhæfða akstursþjónustu í Hafnarfirði. Einnig er um að ræða akstur með fatlaða leik- og grunnskólanemendur. Aksturinn nær til alls höfuðborgarsvæðisins, þ.e. frá Hafnarfirði í suðri að Grundahverfi á Kjalarnesi í norðri.

Útboðsgögn verða aðgengileg á útboðsvefnum TendSign **miðvikudaginn 20. nóv. n.k.**

Allar nánari upplýsingar um útboðið er að finna í útboðskerfi Ríkiskaupa á www.tendsign.is
Leiðbeiningar:
https://www.rikiskaup.is/is/utbodsthjonusta/leidbeiningar-fyrir-tendsign

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP

ÚTBOÐ

HSN - Sjúkrahúsið á Húsavík Nýtt stigahús
ÚTBOÐ NR. 21084

Framkvæmdasýsla ríkisins, fyrir hönd heilbrigðisráðuneytisins óskar eftir tilboðum í byggingu Nýs stigahúss við Sjúkrahúsið á Húsavík, Auðbrekku 4, Húsavík. Stigahúsið er fjögurra hæða, alls um 120 m2. Um er ræða fullbúið hús að innan og utan, þ.m.t. jarðvinna, uppsteypa og allur fullnaðarfrágangur.

Helstu magntölur:

Múrbrot og förgun – um	80 m²
Gröftur og fylling – um	440 m³
Veggjamót – um	360 m²
Plötumót og stigar - um	100 m²
Múrfrágangur, um	280 m²
Málun veggja, um	450 m²

Útboðsgögn verða aðgengileg á útboðsvefnum TendSign miðvikudaginn 20. nóv. n.k.
Tilboðum skal skila inn á TendSign fyrir **3. des. 2019.**
Verkinu skal vera að fullu lokið 31. júlí 2020.
Útboðsgögn eru í rafræna útboðskerfinu TendSign og skal tilboðum skilað þar inn.
Nánari upplýsingar og kröfur til verksins í útboðskerfi Ríkiskaupa www.tendsign.is
Leiðbeiningar: https://www.rikiskaup.is/is/utbodsthjonusta/leidbeiningar-fyrir-tendsign

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP

Grenimelur 8
107 Reykjavík
Efri hæð í tvíbýlishúsi

Stærð: 140 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 1946
Fasteignamat: 64.250
Bílskúr: Já

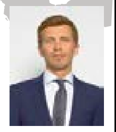
RE/MAX Senter

Opið hús á sunnudag 17. nóvember kl. 13:30-14:00

Verð: 76.900.000

Glæsileg 115 fm, efri sérhæð í reisulegu og fallegu tvíbýlishúsi í hjarta Vesturbæ við Grenimel 8, 107 Reykjavík. Íbúðin er 115,5 fm, ásamt 24,5 fm bílskúr eða samtals 140 fm. Tvö svefnherbergi, hol, rúmgott eldhús, baðherbergi, tvær samliggjandi stofur (í annarri stofunni var áður þriðja herbergið). Bílskúr er með rafmagni og hita ásamt heitu og köldu vatni. Bæði bílskúrshurð og gönguhurð eru á bílskúr ásamt gluggum á einni hlið.
Í kjallara er sér svo geymsla sem fylgir íbúðinni og sameiginlegt þvottahús og þurrkherbergi í kjallara. Stór gróinn garður er allt í kringum allt húsið.

Eignin hefur verið endurnýjuð töluvert af núverandi eiganda. Það liggja fyrir samþykktar teikningar á stækkun á eigninni, þ.e leyfi til að lyfta þaki hússins og setja upp svalir á suðurhlið hússins.



Guðlaugur Jónas
Lögg. fasteignasali
661-6056
gulli@remax.is

Ásgarður 141
Staður..
Fyrirsögn..

Stærð: 109,3 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 1961
Fasteignamat: 48.500.000

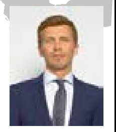
RE/MAX Senter

Opið hús á sunnudag 17. nóvember kl. 12:00 - 12:30

Verð: 51.900.000

Gott og vel skipulagt fjögurra herbergja 109,3 fm tveggja hæða raðhús með sérinngang, kjallara og garð með verönd sem snýr í suður.

Sérinngangur með forstofu. Eldhús er með parket á gólfi, hvítri eldhúsinnréttingu, uppþvottavél fylgir. Stofa og borðstofa í opnu rými með eldhúsi, parket á gólfi. Gluggar og svaladyr með útgengi út í garð með verönd sem snýr í suður. Steyptur stigi upp á 2. hæð með Sisal teppi. Tvö barnaherbergi með dúk á gólfi. Rúmgott hjónaherbergi með fataskápum og gluggum með fallegu útsýni í suður, dúkur á gólfi. Baðherbergi með flísum á gólfi og upp meðfram baðkari, þakgluggi og upphengt salerni. Hvít baðinnrétting með handlaug og spegill þar fyrir ofan. Steyptur stigi er svo frá 1. hæð niður í kjallara, í dag notað sem geymsla með glugga, plastparket á gólfi (var áður notað sem sjónvarpsherbergi/vinnuaðstaða og svefnaðstaða)
Inn af því rými er svo þvottahús með máluðu gólfi og glugga.



Guðlaugur Jónas
Lögg. fasteignasali
661-6056
gulli@remax.is

Brattahlíð 40
270 Mosfellsbær
Sérhæðir í fjórbýli

Stærð: 111,4 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2019
Fasteignamat: 36.100.000

RE/MAX Senter

OPIÐ HÚS sunnudag 17.nóv frá kl.16.00-16.30

Verð: 58.900.000

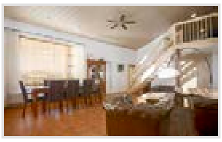
RE/MAX Senter og Kristín Ósk lgf.sími 822-6800 kynna; Virkilega góðar og vandaðar sérhæðir á vinsælum stað í Mosfellsb. Fjórar einstaklega skemmtilegar íbúðir með sérinngangi í fjögurra íbúða húsi í lokaðari götu við Brattahlíð í Mosfellsbæ. Neðri hæðum fylgja sérafnotaréttir 23m2 og efri hæðum svalir. Tvö bílastæði fylgja hverri íbúð. Eignin telur andyri með flísum og fataskáp. Eldhús með fallegri viðarinnréttingu með góðu skápa og borðplássi frá Brúnás. Heimilistæki frá Simens og ofn í vinnuhæð. Stofa og borðstofa í alrými ásamt eldhúsi með útgengi á svalir eða hellulagða verönd. Þrjú svefnherbergi, öll með fataskápum sem ná upp í loft. Baðherbergi með innréttingu, sturtu og vegghengdu salerni ásamt innréttingu fyrir þvottavél og þurrkara. Hreinlætistæki frá Grohe. Allir gluggar og hurðir eru úr áli. Sameiginleg vagna/hjólageymsla á fyrstu hæð. Graslagður garður, nema framan við hús er upphituð hellulögn. Búið er að leggja fyrir rafmagni við bílastæði en ekki ídregin. Öll þjónusta er í næsta nágrenni ásamt skólum og leikskólum, sundlaug og golfvöllur í göngufæri.

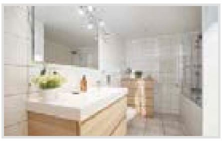
Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is

Hrafnshöfði 2
270 Mosfellsbær
Raðhús ásamt bílskúr

Stærð: 179,6 fm
Fjöldi herbergja: 6
Byggingarár: 1999
Fasteignamat: 67.800.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Senter





Bókið skoðun í síma 822 6800

Verð: 77.900.000

Fallegt endaraðhús ásamt bílskúr á vinsælum stað í Mosfellsbæ. Eldhús er með ágætri viðarinnréttingu (hlynur) ásamt eyju með gaseldavél. Stofa og borðstofa með útgengi út á stóran sólríkan sólpall. Hjónaherbergi er rúmgott með fataherbergi (walk in closet). Herbergi II er í góðri stærð með fataskáp. Herbergi III voru tvö en hafa verið sameinuð í eitt stórt bjart herbergi. Baðherbergið var endurnýjað að mestu 2014. Sjónvarpsstofa er á efri hæð. Þvottahús. Innangengt í bílskúr sem er 29,6m2.

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is

Álfhella 8
221 Hafnarfjörður
Stórt atvinnuhúsnæði til leigu!

Stærð: 900 fm
Fjöldi herbergja: 0
Byggingarár: 2019
Fasteignamat: 0

RE/MAX Senter

Til sölu eða leigu, 900-1800fm

Verð: 0

RE/MAX SENTER KYNNIR: Nýtt atvinnuhúsnæði til sölu eða leigu við Álfhellu í Hafnarfirði, húsið er uppbyggt með stálgrind og klætt að utan með yleiningum.

Um er að ræða ca. 900fm (750 fm grunnflötur og 150 fm milliloft)
Eignin skiptist í stóran sal og skrifstofu rými á jarðhæð.
Lofthæðin í salnum er ca.10m þar sem hæst er og innkeyslu hurðarnar eru 4,5m á hæð.
Gott útpláss fylgir eigninni.
Afhending er áætluð í maí 2019
Tilboð óskast í leigu eða sölu.

Allar upplýsingar veitir Ástþór Reynir í síma 899-6753 eða á arg@remax.is

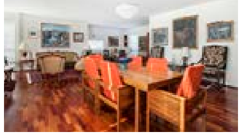
Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
899 6753
arg@remax.is

RE/MAX Senter

Ertu í söluhugleiðingum ?

Vertu í sambandi og ég sel fyrir þig.
Sími **695-3502**

Sigrún Matthea Sigvaldadóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími: 695 3502
sms@remax.is



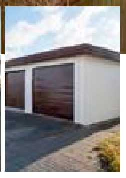
Vel skipulögð og vel umgengin 168,1 fermetra 4ra herbergja endaíbúð á 2. hæð, innangengt beint úr lyftu í íbúðina.

- Húsið er byggt af ÍAV og hannað með þægindi íbúa í huga af Ingimundi Sveinssyni arkitekt.
- Íbúðinni fylgir sérstæði í bílgeymslu.

Verð: **74,5 millj.**

Nánari upplýsingar veitir:
Páll Þórólfsson lögg. fasteignasali
pall@miklaborg.is **sími:** 893 9929

MIKLABORG **569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar



Fallegt 169 fm raðhús á einni hæð í Hraunbæ

- Bílskúrinn með gryfju 25,7 fm.
- Skjólgóður afgirtur suður garður með verönd.
- Snjóbræsla í stétt og í garði undir hellum.
- Stórar bjartar stofur.
- Frábær staðsetning, stutt í skóla, verslun og þjónustu.
- Einstök aðstaða til útivistar og íþróttaiðkunar.

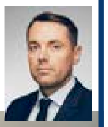
Verð: **73,9 millj.**

Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

MIKLABORG **569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

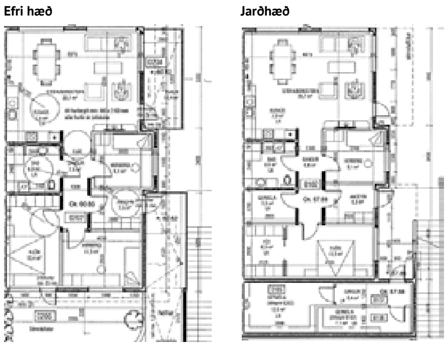
EIGNAMIÐLUN
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

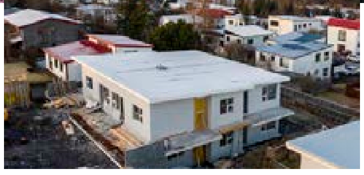
GARÐHÚS 12, 122 m²
REYKJAVÍK, 46,7 mkr.
OPIÐ HÚS **Sunnudaginn 17. nóv. frá kl. 13:00 – 13:30**



Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9098
hilmar@eignamidlun.is

Góð fimm herbergja 122 fm íbúð á tveimur hæðum, (efstu) við Garðhús 12 í Grafarvogi. Fjögur svefnherbergi, baðherbergi, snyrting, eldhús, stofa, þvottahús og geymslur. Stórar suður svalir eru út frá stofu neðri hæðar. Efri hæðin er töluvert undir súð þannig að gólfflötur er mun stærri en gefið er upp hjá fasteignaskrá.





Í byggingu 108 - 120 fm íbúðir í nýju fjórbýlishúsi

- Rúmgóðar og vel skipulagðar 3ja - 4ra herbergja íbúðir
- Eftirsóttur staður við Álfhólsveg með góðu útsýni
- Íbúðirnar skilast fullbúnar án aðal gólfefna
- Sér inngangur í allar íbúðir

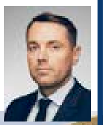
Verð frá: **67,9 millj.**

Nánari upplýsingar veitir:
Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is **sími:** 899 1178

MIKLABORG **569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

EIGNAMIÐLUN
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

GERPLUSTR 17 - ***ÍBÚÐ 402,*** **157,6 m²**
270 MOSFELLSBÆR, 74.900.000 kr.
OPIÐ HÚS **Sunnudaginn 17. nóv. frá kl. 12.00-12.30.**



Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9098
hilmar@eignamidlun.is

ÍBÚÐ MEÐ ÚTSÝNI !
Stórglæsileg fullbúin fimm herbergja íbúð á efstu hæð með stæðri í bílgeymslu í ný álklæddu húsi. Tvö baðherbergi, vandaðar innréttingar, gólfhiti, innfelld ljós, aukin lofthæð og 19 fm svalir Íbúð með útsýni!

HELGAFELL
FASTEIGNASALA
s: 566-0000 • helgafellfasteignasala.is

Gunnar Sv. Friðriksson
löggiltur fasteignasali
S: 842 2217

79 fm íbúð við Kleppsveg 62 í Reykjavík
Samkomusalur á 2. hæð hússins.
Stutt á Hrafnistu þar sem sækja má ýmsa þjónustu svo sem hádegis – og kvöldmat.
Bókið skoðun hjá Gunnari í síma 842 2217.

Reykjaból,
Hrunamannahreppi

FASTEIGNAMIÐSTÖÐIN
Magnús Leópoldsson lögg. fasteignasali

Um er að ræða jörðina Reykjaból landnúmer 166814, upphaflega úr landi Reykjadals í Hrunamannahreppi. Landstærð er um 92 hektarar, skv. fasteignaskrá Þjóðskrár að mestu gróið heiðarland en skv. þjóðskrá eru 9,8 ha. ræktað land. Á jörðinni er 2 ha. lóð undir sumarhús og er leigusamningur um hana til 2024. Borhola er á jörðinni og töluverður jarðhiti er á svæðinu sem gefur margvíslega möguleika.
Tilboð óskast.

Nánari upplýsingar veitir Magnús Leópoldsson lögg. fast. í s: 892-6000 og magnus@fasteignamidstodin.is

job *Finnum draumastarfið saman*

Kristján
hdl., lögg. fasteignasali,

Guðbjörg G.
lögg. fasteignasali,

Garðar B.
Lögg. fasteignasali

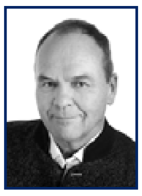
Bára
Skrifstofustjóri

Sólveig
Lögg. fasteignasali

Garðar Hólm
Löggiltur fasteignasali

Gylfi
hdl., lögg. fasteignasali

Matthías
Lögg. fasteignasali


Garðar K.
Í námi til lögg. fasteignas.

Styrmir
Löggiltur fasteignasali.

Jóna
Löggiltur fasteignasali.

Gunnar
Löggiltur fasteignasali.

Einar
Í námi til lögg. fasteignas.

Guðbjörg Helga
Lögg. fasteignasali

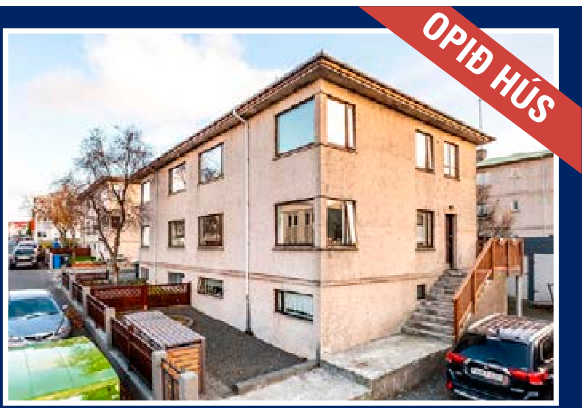
Kristín María
Lögfræðingur.

Nanna Dröfn
Löggiltur fasteignasali

TRAUSTI
fasteignasala

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

VIÐ ERUM TRAUSTI



Suðurgata 81
220 Hafnarfjörður

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 17. NÓV. KL. 15:00 - 15:30
Vel skipulögð 3ja herbergja 84,4 fm íbúð á 2. hæð, geymsla í kjallara. Aukaherbergi í kjallara sem er tilvalið til útleigu. Íbúðinni fylgir 41,25 fm óskráður bílskúr sem er ekki inni í fermetrafjölda eignar. Nánari uppl. veita Einar s: 823-4969 einaro@trausti.is og Kristján s: 867-3040 kristjan@trausti.is **Verð: 43,5 millj.**

Boðaþing 3
203 Kópavogur

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 17. NÓV. KL. 15:00 - 15:30
Einstaklega björt og rúmgóð 2ja herberga íbúð á 2. hæð og bílastæði í bílakjallara í góðu lyftuhúsi. Suðursvalir. Mjög falleg íbúð með vönduðum innréttingum og glæsileg í alla staði. Eignin er skráð alls 91,1 fm. Nánari uppl. veita Garðar s: 853-9779 gardar@trausti.is og Garðar Hólm s: 899-8811 gh@trausti.is **Verð: 45,9 millj.**

Ástu-Sólliljugata 2-4
270 Mosfellsbær

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 18. NÓV. KL. 17:30 - 18:00
Einkar glæsileg 5 herbergja efri hæð með sérinngangi í nýju fjórbýli. Um er að ræða 140,7 fm íbúð ásamt 29,1 fm bílskúr. Eignin skiptist í anddyri, hjónaherbergi, 3 önnur mjög rúmgóð svefnherbergi, baðherbergi, gestasnyrtingu, stóra stofu, rúmgott eldhús. Nánari uppl. veitir Garðar B. s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: 74,8 millj.**

Efstaland 4
108 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 18. NÓV. KL. 17:30 - 18:00
Rúmgóð og björt 3ja-4ra herbergja 80 fm íbúð á 2. hæð. Húsið hefur fengið gott viðhald í gegnum árin og verið er að ljúka framkvæmdum á ytra byrði hússins sem seljandi greiðir fyrir. Sérmerkt bílastæði fylgir íbúð. Rúmgóðar suðursvalir með fallegu útsýni. Nánari uppl. veitir Styrmir s: 846-6568 styrmir@trausti.is **Verð: 43,9 millj.**

Marteinslaug 7
113 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 18. NÓV. KL. 17:30 - 18:00
Einstaklega rúmgóð og björt 4ra herbergja íbúð á 3. hæð í góðu lyftuhúsi með bílastæði í bílakjallara. Suðursvalir. Fallegt útsýni. Gott aðgengi fyrir hjólastóla. Húsið er klætt að utan og gluggar úr ál/timbur. Eignin er skráð alls 130,1 fm og er geymsla skráð 7,5 fm. Nánari uppl. veitir Guðbjörg Gerður s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is **Verð: 56,5 millj.**

Naustabryggja 33
110 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 18. NÓV. KL. 18:30 - 19:00
Falleg og rúmgóð 122,2 fm 4ra herbergja þakíbúð á 4. (efstu) hæð í góðu lyftuhúsi í Bryggjuhverfi Grafarvogs. Íbúðin er á tveimur hæðum með tvennum svölum. Fallegt útsýni er til norðurs m.a. yfir Esjuna. Sérmerkt stæði í bílageymslu fylgir íbúðinni. Nánari uppl. veitir Guðbjörg Gerður s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is **Verð: 58,9 millj**

Jötunsalir 2
201 Kópavogur

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 19. NÓV. KL. 17:30 - 18:00
Einstaklega rúmgóð og björt 4ra herb. íbúð í lyftuhúsi auk bílastæði í bílakjallara. Gott aðgengi er að húsinu, rafmagnshurðir í sameign og gott hjólastólaaðgengi. Eignin er skráð alls 124,5 fm þar af er 6,7 fm geymsla. Nánari uppl. veita Guðbjörg Gerður s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is og Styrmir s: 846-6568 styrmir@trausti.is **Verð: 51,9 millj.**

Birkiberg 38
221 Hafnarfjörður

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 19. NÓV. KL. 17:30 - 18:00
Fallegt einbýlishús á tveimur hæðum innarlega í botnlanga í fallegu og grónu hverfi. Eignin er skráð 234,3 fm en þar af er bílskúr skráður 55,7 fm. Stór garður með suðvestur sólpalli og heitum potti. Um er að ræða fallegt og reisulegt hús á þessum vinsæla stað. Nánari uppl. veitir Garðar B. s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: 89,5 millj.**

Lækjasmári 15
201 Kópavogur

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 19. NÓV. KL. 17:30 - 18:00
Rúmgóð og björt 4ra herbergja íbúð á 3. hæð með rúmgóðu bílastæði í bílakjallara í góðu fjölbýli. Góðar suðursvalir. Sumarið 2019 var húsið múrviðgert og málað að utan. Eignin er skráð alls 101,7 fm þar af er 8,4 fm geymsla. Nánari uppl. veitir Guðbjörg Gerður s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is **Verð: 48,5 millj.**

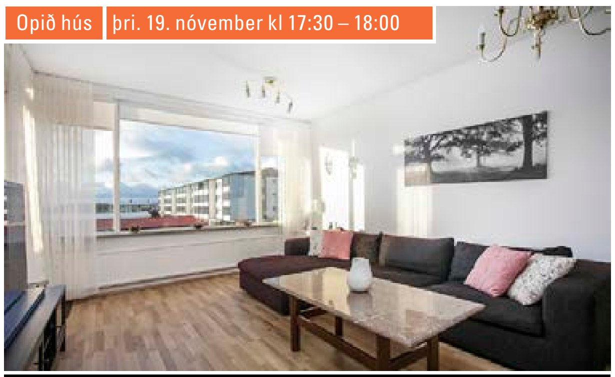
BORG
FASTEIGNASALA

519 5500
SÍÐUMÚLA 23 • 108 REYKJAVÍK • FASTBORG.IS

Opið hús | lau. 16. nóvember kl 15:00 – 15:30

GERPLUSTRÆTI 17-19 — 270 MOSFELLSBÆR

FJÖLBÝLISHÚS	5 HERBERGI	110 m²
VERÐ FRÁ 51.9M	GLÆSILEGAR MEÐ STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882



Opið hús | þri. 19. nóvember kl 17:30 – 18:00

HRAUNBÆR 106, ÍBÚÐ 0303 — 110 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS	3 HERBERGI	91,7 m²
VERÐ 36.5M	FALLEG ÍBÚÐ Á 3JU HÆÐ Í ÁRBÆ	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

Opið hús | Sun. 17. nóvember kl 14:00 – 15:00

LAUTARVEGUR 38-44 — 108 REYKJAVÍK

TVÍBÝLISHÚS	3-4 HERBERGI	166,7 m²
VERÐ 77.5 - 91.5M	NÝJAR OG STÓRGLÆSILEGAR EIGNIR	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN

KIRKJUTEIGUR 9 — 105 REYKJAVÍK

EINBÝLISHÚS	9 HERBERGI	347,1 m²
TILBOÐ ÓSKAST	FALLEGT EINBÝLISHÚS MEÐ AUKA ÍBÚÐ	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

Opið hús | Lau. 16. nóvember kl 14:00 – 14:30

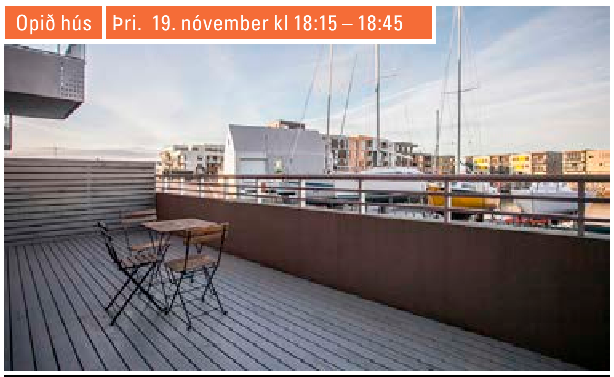
HÖRÐALAND 16 — 108 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLI	2 HERBERGI	52 m²
VERÐ: 35.8M	FALLEG ÍBÚÐ Á JARÐHÆÐ	
	BRANDUR GUNNARSSON	S. 8971401

BÓKIÐ SKOÐUN

LÆKJARMELUR 12 — 116 REYKJAVÍK

	ATVINNUHÚSNÆÐI	219 m²
VERÐ: 42.9M	GÓÐ LOFTHÆÐ	
	BRANDUR GUNNARSSON	S. 8971401



Opið hús | Þri. 19. nóvember kl 18:15 – 18:45

NAUSTAVÖR 6, 0104 — 200 KÓPAVOGI

FJÖLBÝLISHÚS	3 HERBERGI	114 m²
VERÐ: 65.9M	GLÆSILEG ÍBÚÐ, ÚTSÝNI YFIR FOSSVOG	
	GUNNLAUGUR S. 8446447 OG ÚLFAR S. 7889030	

Opið hús | Mán. 18. nóvember kl. 17.30-18.00

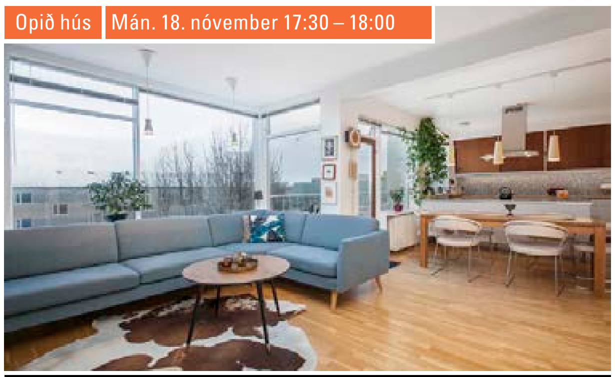
SOGAVEGUR 156 — 108 REYKJAVÍK

EINBÝLISHÚS	9 HERBERGI	265 m²
VERÐ: 92.9M	GLÆSILEGT FJÖLSKYLDUHÚS MEÐ BÍLSKÚR	
	GUNNLAUGUR S. 8446447 OG ÚLFAR S. 7889030	

Opið hús | Mið. 20. nóvember kl 18:00 – 18:30

HOLTSVEGUR 29 — 210 GARÐABÆ

FJÖLBÝLISHÚS	5 HERBERGI	159,3 m²
VERÐ: 79.9M	GLÆSILEG ÍBÚÐ, 3 SVEFNHERB, BÍLAGEYMSLA	
	GUNNLAUGUR S. 8446447 OG ÚLFAR S. 7889030	



Opið hús | Mán. 18. nóvember 17:30 – 18:00

LAUGARNESVEGUR 94 — 105 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS	4 HERBERGI	92,2 m²
VERÐ: 44.9M	VINSÆL STAÐSETNING, TVENNAR SVALIR	
	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON S. 6604777	

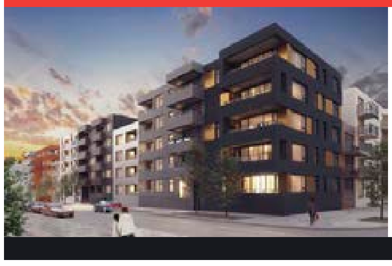
Skoða má allar íbúðirnar á **102reykjavik.is** og **miklaborg.is**

Fullbúin sýningaríbúð

OPIÐ HÚS

Sunnudaginn 17. nóv.
frá kl 14:00 til 15:00

- Glæsilegar 2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja íbúðir í 102 Reykjavík.
- Vandaðar ítalskar innréttingar, fataskápar ná allir upp í loft, innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgir öllum íbúðum.
- Húsin liggja umhverfis garð í miðjunni og þar undir er tveggja hæða bílakjallari.
- Lögð er megin áhersla á litlar og meðalstórar vandaðar íbúðir, innréttaðar á hagkvæman og þægilegan máta.
- Skoða má íbúðirnar á vefsíðunni www.102reykjavik.is



Lítið við og fáið nánari upplýsingar.

FASTEIGNASALAN
MIKLABORG
Lágmúla 4, 108 Reykjavík
Sími 569 7000 | miklaborg.is

Reykjaból, Hrunamannahreppi

Um er að ræða jörðina Reykjaból landnúmer 166814, upphaflega úr landi Reykjadals í Hrunamannahreppi. Landstærð er um 92 hektarar, skv. fasteignaskrá Þjóðskrár að mestu gróið heiðarland en skv. þjóðskrá eru 9,8 ha. ræktað land. Á jörðinni er 2 ha. lóð undir sumarhús og er leigusamningur um hana til 2024. Borhola er á jörðinni og töluverður jarðhiti er á svæðinu sem gefur margvíslega möguleika. **Tilboð óskast.**

Nánari upplýsingar veita
Hallgrímur Óskarsson , löggiltur fasteignasali í síma 845-9900, halli@log.is
Sigurður Sigurðsson, löggiltur fasteignasali í síma 690-6166, sigurdur@log.is

LÖGMENN SUÐURLANDI FASTEIGNASALA

Sigurður Sigurðsson löggiltur fasteignasali | Sími 690-6166 | Netfang sigurdur@log.is

HELGAFELL FASTEIGNASALA
s: 566-0000 • helgafellfasteignasala.is

Gunnar Sv. Friðriksson
löggiltur fasteignasali
S: 842 2217

79 fm íbúð við Kleppsveg 62 í Reykjavík

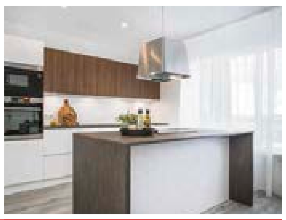
Samkomusalur á 2. hæð hússins.
Stutt á Hrafnistu þar sem sækja má ýmsa þjónustu svo sem hádegis – og kvöldmat.
Bókið skoðun hjá Gunnari í síma 842 2217.

job Finnum draumastarfið saman

BERGLIND HÓLM
Löggiltur fasteignasali
GSM: 694 4000
berglind@fstorg.is

ÞORSTEINN GÍSLASON
Löggiltur fasteignasali
GSM: 6944700
steini@fstorg.is

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali



OPIÐ HÚS

Sunnud. 17. nóv. kl.14:00-15:00
Mánud. 18. nóv. kl.17:00-18:00

Verð: 43.9-139 milljólnir

GLÆSILEGT OG VANDAÐ 11 HÆÐA HÚS!
ÚTSÝNIS ÍBÚÐIR

- Glæsilegar og einstaklega vandaðar 2ja -4ra herb. íbúðir
- Allar svalir með svalalokum
- Vandaðar Ítalskar innréttingar frá Parka
- Innbyggður ísskápur, uppþvottavél og spanhelluborð.
- Stæði í bílageymslu fylgir öllum íbúðum nema 2ja herbergja
- Húsið hlaut Hönnunarverðlaun Kópavogsbæjar 2019

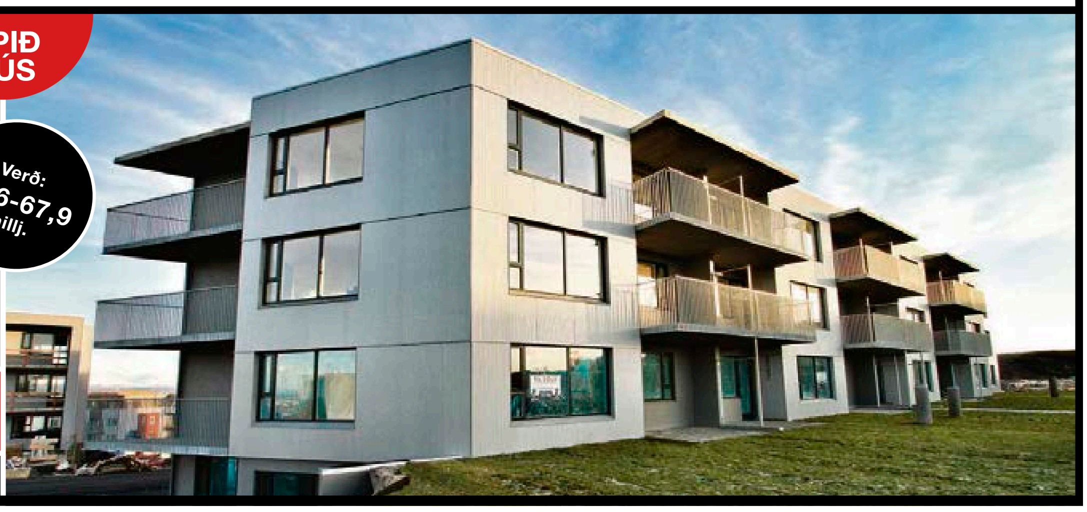
SJÓNARVEGUR 5

OPIÐ HÚS

NÝJAR OG GLÆSILEGAR ÍBÚÐIR TIL SÖLU Á FRÁBÆRUM ÚTSÝNISSTAÐ VIÐ SJÓNARVEG 5 EFST Í URRIÐAHOLTI Í GARÐABÆ.

Verð: 51,6-67,9 millj.

Um er að ræða 14 íbúða hús sem skiptist í 3 fjögurra herbergja íbúðir og 11 þriggja herbergja íbúðir. Stæði í bílageymslu fylgir 7 íbúðum. Sér inngangur er í tvær íbúðir og sérinngangur af svölum í aðrar. Vandað efnisval s.s. Parka innréttingar, eldhústæki frá Ormsson, blöndunartæki frá Tengi.
Traustur byggingaraðili.



OPIÐ HÚS sunnud. 17. nóv. kl.12:00-13:00

Tvennar svalir með öllum óseldum íbúðum | Mikið útsýni | Stæði í bílageymslu

Komdu og skoðaðu Efstaleitið

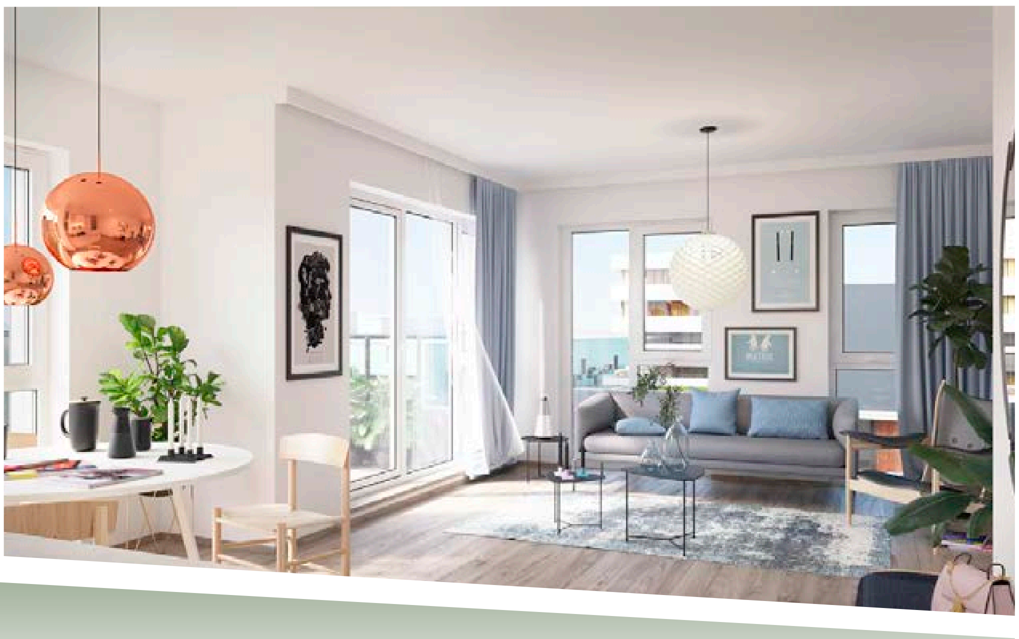
Kynning laugardag og sunnudag kl. 13–14

Nú er lokaáfangi þessa nýja og eftirsótta íbúðasvæðis kominn í sölu. Kynning verður í sýningarsal Efstaleitis laugardag og sunnudag 16. og 17. nóvember 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.

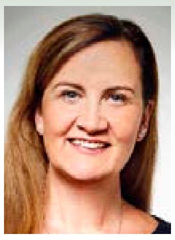


Guðlaugur
864 5464
gudlaugur@eignamidlun.is

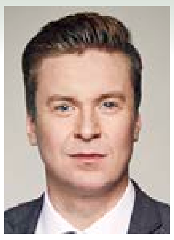
Þórarinn
899 1882
thorarinn@eignamidlun.is

Ármann
847 7000
armann@eignamidlun.is

Bjarni
895 9120
bjarni@eignamidlun.is


Herdís
694 6166
herdis@eignamidlun.is

Hrafnhildur
862 1110
hrafnhildur@eignamidlun.is


Hreiðar
661 6021
hreidar@eignamidlun.is

EIGNAMIÐLUN

www.eignamidlun.is
eignamidlun@eignamidlun.is
588 9090

VIÐ BJÓÐUM VELKOMNA

Vera Sigurðardóttir löggiltur fasteignasali hefur hafið störf hjá LIND fasteignasölu.

Hún hefur unnið við sölu á fasteignum um árabil með frábærum árangri.

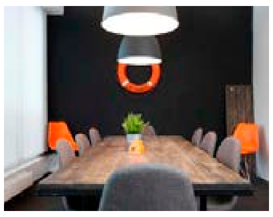
Framúrskarandi þjónusta, heiðarleiki og vönduð vinnubrögð.

LIND FASTEIGNASALA

DOMUSNOVA Fasteignasala

Nýbýlavegur 8, 2. hæð
200 Kópavogur
domusnova@domusnova.is
Sími 527 1717

TIL LEIGU NÝBÝLAVEGUR 8, KÓPAVOGI



Domusnova fasteignasala kynnir í LEIGU Nýbýlaveg 8 í Kópavogi um er að ræða uþb 400-500 fm á 2. hæð á góðum stað í Kópavogi - Hentar vel fyrir allan rekstur.

Um er að ræða 400 - 500 fm sem hægt er að skipta uppí 2 hluta eða nýta sem eina heild eins og gert er að núverandi leigutaka. Sérinngangur er inní báða hlutanna sem eru á sömu hæð.

Allar upplýsingar gefur Óskar Már lgf í síma 615 8200 eða á oskar@domusnova.is

www.domusnova.is

AÐALGATA 14
Ólafsfirði

Verð: 55.000.000
Stærð: 792,5 m²

Aðalgata 14 er virðulegt steinsteypt hús með háu risþaki í miðbæ Ólafsfjarðar - 792,5 m²

Húsið skiptist í kjallara, tvær hæðir og ris og í húsinu er lyfta. Húsið var byggt árið 1982 fyrir Sparisjóð Ólafsfjarðar sem síðar varð að Arion banka hf.

Húsið er fallegt og nokkuð áberandi í miðbæjarkjarna Ólafsfjarðar og gæti því hentað fyrir margvíslega starfsemi.

NÁNARI UPPLÝSINGAR GEFA:

EIGNAMIÐLUN

Guðlaugur I. Guðlaugsson
löggiltur fasteignasali
sími: 864 5464
gudlaugur@eignamidlun.is

HVAMMUR FASTEIGNASALA
466 1600 www.kaupa.is

Björn Davíðsson
löggiltur fasteignasali
sími: 862 0440
bubbi@kaupa.is

GRUNDARGATA 30
GRUNDARFIRÐI

Verð: 29.000.000
Stærð: 446,7 m²

EIGNAMIÐLUN OG FASTEIGNASALA SNÆFELLSNESS KYNNA:

Grundargata 30, 446.7 fm atvinnuhúsnæði í miðbæ Grundarfjarðar. Húsnæðið hýsti áður útibú Arionbanka. Góð bílastæði og ágætt ástand.

Húsnæðið skiptist í afgreiðslusal, þrjú skrifstofuherbergi, kaffistofu og salerni. Í kjallara er eldtraust geymsla og geymsluherbergi.

NÁNARI UPPLÝSINGAR GEFA:

EIGNAMIÐLUN

Kjartan Hallgeirsson
löggiltur fasteignasali
sími: 824 9093
kjartan@eignamidlun.is

FASTEIGNASALA SNÆFELLSNESS

Pétur Kristinsson
löggiltur fasteignasali
sími: 438 1199
pk@simnet.is

HLÍÐIN OG MIÐBORGIN

33 nýjar íbúðir við Fálkahlíð 6 og Smyrilshlíð 10 komnar í sölu á hlidin.is

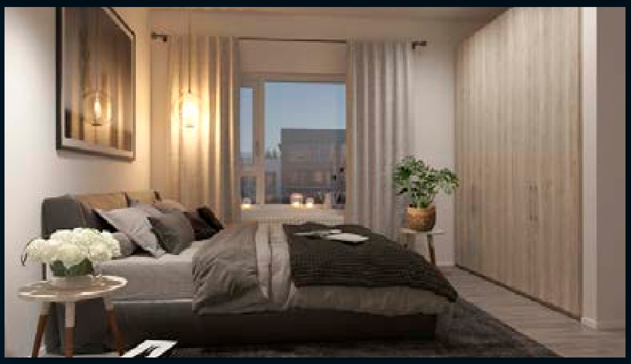
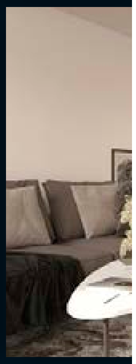
– Frábær staðsetning milli Öskjuhlíðar og lystisemda miðborgarinnar.
– Stæði í glæsilegu bílahúsi undir byggingunni fylgja öllum íbúðum.
– Fullbúnar íbúðir með parketi og flísum á gólfum allra íbúða.
– Nýju íbúðirnar eru 2ja – 4ra herbergja, 52,4-165,4 m².
– Fyrstu íbúðir þessa áfanga verða afhentar í mars 2020.

OPIÐ HÚS

Sunnudaginn 17. nóv. kl. 13:00-15:00

Steinar S. Jónsson, Garðatorgi eignamiðlun, sími: 898 5254, steinar@gardatorg.is
Haraldur Björnsson, Garðatorgi eignamiðlun, sími: 787 8727, haraldur@gardatorg.is

Úr nýju vel útbúnu Hlíðaríbúðunum á Hlíðarendareitnum er innan við 5 mínútna gangur í fallega náttúruna og aðeins lítið eitt lengra að ströndinni í Nauthólsvíkinni. Í hinni áttinni bíða svo lystisemdir miðborgarinnar, menningin, maturinn, skemmtunin, kaffihúsin og iðandi mannlífið. Í göngufæri eru svo einnig einhverjir stærstu vinnustaðir landsins s.s. Landsspítalinn og háskólarnir

Arkitektúr: **Arkþing**
Byggingaraðili: **Reir verk ehf.**

Skoðaðu íbúðirnar á:
hlidin.is

TRAUSTI fasteignasala

Garðar Hólm
Fasteignasali
Sími: 899 8811
gh@trausti.is

GARÐATORG EIGNAMIÐLUN

Steinar S. Jónsson
Löggiltur fasteignasali
Sími: 898 5254
steinar@gardatorg.is

ALLT SEM ÞÚ ÞARFT AÐ VITA UM

FASTEIGNAKAUP Á SPÁNI

OPNIR KYNNINGARFUNDIR

Kynntu þér nýjan lífsstíl á Spáni á opnum kynningarfundum um helgina Grand Hótel, Gallerí sal

Laugardagur frá 13 til 18 | Sunnudagur frá 11 til 16

ALLIR VELKOMNIR

Bókið skoðunarferð til Spánar eða einkaviðtal
í síma 690 2665 eða kristjan@euromarina.es

FASTEIGNASALA REYKJAVÍKUR
SKEIFAN 17

euromarina
SÍÐAN 1972

Mikilvægt að meðhöndla kvíða og svefntruflanir

Sefitude frá Florealis er eina viðurkennda lyfið við svefntruflunum og vægum kvíða sem fæst án lyfseðils á Íslandi.

Einn af hverjum þremur Íslendingum þjáist af svefnleysi og einn af hverjum sjö þjáist af langvarandi svefnleysi. Margar ástæður geta legið þar að baki eins og til dæmis álag, áhyggjur, verkir, barnauppeldi, vaktavinna eða sjúkdómar. Skammdegið getur einnig haft áhrif. „Margir eiga erfitt með svefn í skammdeginu, bæði vegna mikils álags í atvinnulífi og skólum á þessum árstíma og vegna breytinga á birtustigi sem geta ruglað svefninn,“ segir Sandra Mjöll Jónsdóttir, doktor í líf- og læknavísindum og vörustjóri hjá Florealis, en samkvæmt nýlegri rannsókn eru svefntruflanir algengar meðal þeirra sem upplifa skammdegisþunglyndi*. „Svefntruflanir hafa strax áhrif á líðan okkar og frammistöðu. Fólk finnur fyrir þreytu yfir daginn, verri einbeitingu, eirðarleysi og er ekki eins vel í stakk búið til að takast á við dagleg verkefni. Langvarandi svefnskortur hefur sérstaklega slæm áhrif á heilsuna og eykur líkur á depurð, þunglyndi og kvíða. Það kemur alltaf að skuldadögum fyrr eða síðar og því mikilvægt að huga vel að svefninum og grípa fljótt inn í ef hann fer úr skorðum,“ segir Sandra.

Sandra Mjöll Jónsdóttir, doktor í líf- og læknavísindum og vörustjóri hjá Florealis.

Eina lyfið án lyfseðils við svefntruflunum og kvíða

Sefitude frá Florealis er eina lyfið á Íslandi við svefntruflunum og vægum kvíða sem fæst án lyfseðils í apótekum. Sefitude er notað til að draga úr vægum kvíða, auðvelda svefn og bæta svefngæði. Lyfið inniheldur útdrátt úr garðabrúðurót (Valeriana) en róandi áhrif jurtarinnar hafa lengi verið viðurkennd og staðfest í klínískum samanburðarrannsóknum. „Sefitude er tekið inn að kvöldi til að hjálpa viðkomandi að róast og sofna. Það getur dregið úr því að fólk vakni oft á nóttunni og stuðlað að samfelldum svefni. Áhrif Sefitude aukast með notkun í nokkrar vikur og það er hvorki sljóvgandi né ávanabindandi. Sefitude er mikilvægur valmöguleiki, má nota allt frá 12 ára aldri og er mjög aðgengilegt í apótekum landsins,“ bætir Sandra við.

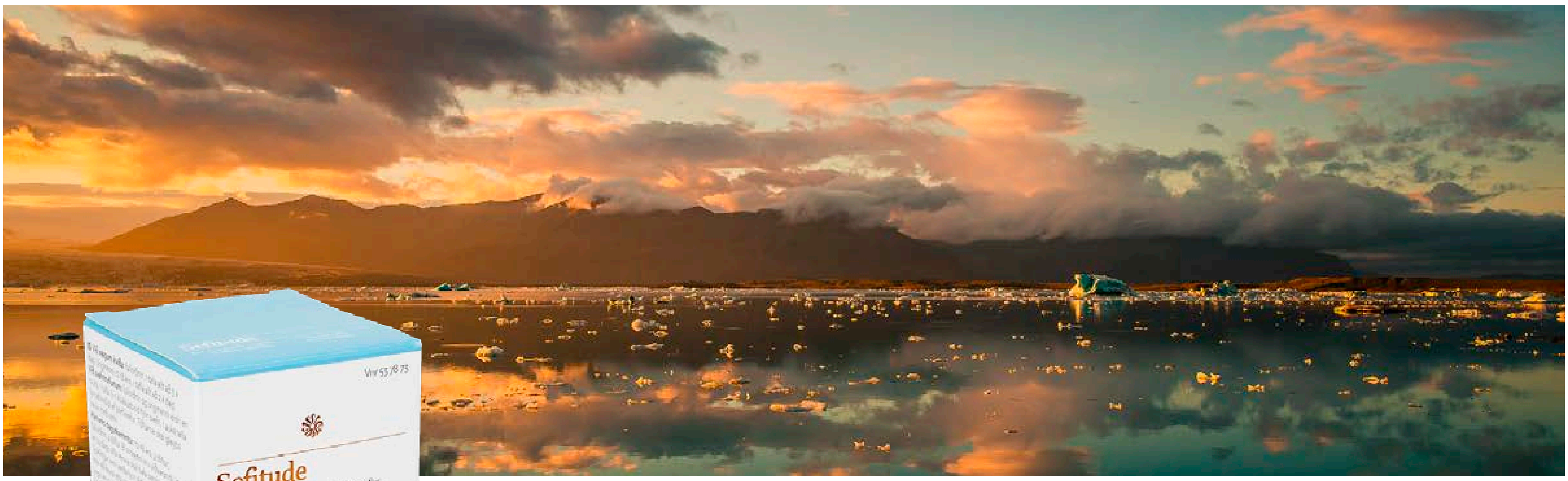
Gagnlegar upplýsingar

Sefitude fæst án lyfseðils í öllum apótekum. Notkun við svefntruflunum: 1 tafla ½-1 klst. fyrir svefn fyrir fullorðna og ungmenni eldri en 12 ára. Notkun við vægum kvíða: 1 tafla 1-3 sinnum á dag fyrir fullorðna og 1 tafla 1-2 á dag fyrir ungmenni 12-18 ára. Ekki ráðlagt börnum yngri en 12 ára, þunguðum konum eða konum með barn á brjósti. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun. Leitið læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkun.

Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is

*Sandman, N. (2016). J. Sleep. Res.,25, 612-619. DOI: 10.1111/jsr.12416

FLOREALIS



Er erfitt að sofna?

Sefitude er notað til að draga úr kvíða, bæta svefngæði og auðvelda svefn

Notkun við svefntruflunum: 1 tafla ½-1 klst fyrir svefn fyrir fullorðna og ungmenni eldri en 12 ára. Notkun við vægum kvíða: 1 tafla 1-3 sinnum á dag fyrir fullorðna og 1 tafla 1-2 á dag fyrir ungmenni 12-18 ára. Ekki ráðlagt börnum yngri en 12 ára, þunguðum konum eða konum með barn á brjósti. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkun. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.

Fæst án lyfseðils í öllum apótekum www.florealis.is

Heimagerðar súkkladibitakökur eru uppskrift að hamingju.

Sæluvaldandi smákökur með súkkulaðibitum

Rétt rúmar fimm vikur til jóla og tími til að gera sér glaðan dag yfir eins og einni sort af smákökum um helgina. Það standast fáir mjúkar súkkulaðibitakökur sem bráðna í munni og bökunarilmurinn um húsið gerir alla sæla. Hér er ljúffeng uppskrift:

125 g hálfbrætt smjör
150 g púðursykur
60 g sykur
2 msk. síróp
2 tsk. vanilludropar
1 egg
200 g hveiti
¼ tsk. matarsódi
⅓ tsk. salt
150 g saxað súkkulaði eða súkkulaðidropar

Hitið smjör í potti og látið bráðna til hálfs. Hrærið vel saman smjöri, púðursykri og sykri þar til liturinn er rjómakenndur. Hrærið þá vel saman við sírópi, eggi og vanilludropum. Bætið því næst við hveiti, matarsóda og salti og hrærið. Súkkulaðið fer síðast saman við deigið. Búið til litlar kúlur og setjið á bökunarpappír á plötu. Bakið við 175°C í 10 til 12 mínútur og látið kökurnar kólna í um hálftíma.

Sambúðin, samstarfsverkefni nokkurra verslana, er staðsett í Sundaborg 1.

Sambúðin opnuð í Sundaborg

Um helgina verður Sambúðin, ný verslun, opnuð í Sundaborg 1. Sambúðin er sameiginlegt verkefni fjögurra netverslana, Menu, Lauuf, Hríslu og Modibody en þær verslanir, ásamt fleirum, hafa átt í farsælu samstarfi undanfarin misseri. Verslanirnar eiga það allar sameiginlegt að bjóða upp á umhverfisvænar vörur og því ekki úr vegi fyrir áhugasama að gera sér ferð og kynna sér úrvalið en meðal þess sem hægt er að festa kaup á eru lífrænar snyrtivörur, umhverfisvæn leikföng, túrnærbuxur og ýmsar hönnunarvörur.

Leiksýning og umræður

Leikhópurinn RaTaTam frumsýnir um helgina verkið SUSS! SUSS! Verkið er unnið upp úr viðtölum við fórnarlömb og gerendur í heimildisofbeldismálum á Íslandi. RaTaTam og SUSS eru hluti af Evrópuverkefninu Shaking The Walls og munu árið 2020 halda í víking til Póllands og Tékklands.

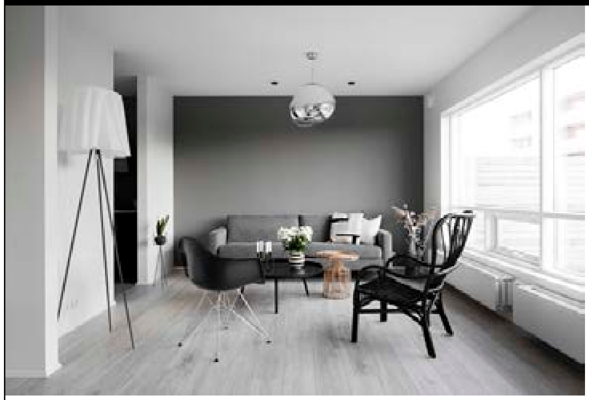
Sýningarnar í nóvember eru hluti af Shaking The Walls. Að lokinni hverri sýningu verða umræður með fagaðilum sem hafa með málaflokkinn að gera.

Í dag, 16. nóvember, og mánudaginn 18. nóvember verða sýningarnar á íslensku. Á morgun, 17. nóvember, og mánudaginn 25. nóvember verða sýningarnar á ensku. Með því vonast leikhópurinn til að ná til innflytjenda, og allra þeirra sem hafa ekki þau tök á íslensku að þau treysti sér í leikhús. Ókeypis er inn á allar sýningarnar.

Sýningarnar verða í Borgarleikhúsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Nýtt í sölu! Bjarkardalur 4-6 Reykjanesbæ

Fullbúnar 3ja herbergja íbúðir með bílskúr. Frábær hönnun!



Lind fasteignasala kynnir í einkasölu nýjar og glæsilegar, fullbúnar þriggja herbergja íbúðir í fjórbýlishúsi að Bjarkardal 4-6 í Reykjanesbæ.

Íbúðirnar eru einstaklega vandaðar og skilast með gólfefnum á öllum rýmum, fallegum innréttingum, ísskáp m. frysti, uppþvottavél og smekklegri lýsingu frá Lumex. Íbúðirnar eru með bílskúr, sér inngangi og þvottahúsi. Verð frá 44,9 milljónir.

3 herbergja neðri hæð 108,4 m²

Innangengt er úr bílskúr í gegnum þvottahús, þá fylgir eigninni 113 m² sér afnotareitur á baklóð hússins með timburverönd.

3 herbergja efri hæð 130,3 m²

Aukin lofthæð, auka baðherbergi inn af svefnherbergimeð 40m² svölum til suðurs.

Allar upplýsingar veita

Helga Pálsdóttir lögg. fasteignasali
Sími 822 2123 helga@fastlind.is

Þorsteinn Yngvason lögg. fasteignasali
Sími 696 0226 thorsteinn@fastlind.is

LIND FASTEIGNASALA

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

SPARI bíll

Nýr 18 manna BUS. Til afhendingar strax. 4.970 þús. án vsk. Um 1,8 milljón undir listaverði !

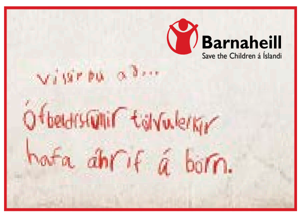
Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Bílar til sölu

Mercedes Benz Sprinter flokkabíll, 7 manna með sturtupalli og verkfærageymslu Árgerð 2014 Ekinn 190.000 kr. Kr 3.700.000,- án/vsk Uppl. í síma 892-1882

Scania G400 krókheysisbíll m/palli Árgerð 2011 Ekinn 297.000 km Kr 9.500.000,- án/vsk Upplýsingar í síma 892-1882

Hitachi hjólaskófla Árgerð 2017 Verð kr 5.500.000,- án/vsk Upplýsingar í síma 892-1882



Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

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

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Málarar

REGNBOGALITIR EHF.
Alhliða málningarþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna löggilltra fagmanna. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

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

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

HÚSAVIÐHALD, GET BÆTT VIÐ MIG VERKUM .
Þak viðgerðir, gluggar og hurða ísetning,sumarhús. sökklar,uppslátt. get tekið að mér Byggingarstjórn. samlestur á teikningum. tilboð tímavinna.
upplýsingar í síma:
893-5374 eða
nybyggd@gmail.com

Fyrirtæki til sölu

Heildsölufyrirtæki sem selur sportvörur og fleira er til sölu.
Fyrirtækið er í eigin húsnæði og er tilbúið að leiga væntanlegum kaupanda húsnæðið á hagstæðu verði.
Fyrirtækið býður upp á mikla möguleika, er með umboð fyrir heimsþekkt vörumerki og góðan aðgang að framleiðendum í Asíu og víðar.
Þessi rekstur myndi henta mjög vel fyrir samstæð hjón.

Þeir sem áhuga hafa vinsamlegast sendið upplýsingar á netfangið smaar@frettabladid.is fyrir 30.nóvember merkt **„Spennandi fyrirtæki"**

Leitum að öflugum sölumanni

Óska eftir öflugum sölumanni til starfa hjá heildsölufyrirtæki, sem selur allskonar sportvörur og vörur fyrir ferðamenn.
Væntanlegur sölumaður þarf að geta unnið sjálfstætt.
Möguleikar eru að réttur aðili geti fengið reksturinn keyptan og tekið við rekstrinum á næsta ári.
Við erum tilbúin að leigja húsnæði fyrirtækisins á hagstæðu verði.

Þeir sem áhuga hafa tilgreini aldur og fyrri störf í umsókn sinni sem þeir senda á netfangið smaar@frettabladid.is fyrir 26. nóvember, merkt **„Öflugur sölumaður"**

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

Ótrúleg verð – komdu og kíktu við !

VW Multivan Startline
Árgerð 2015. Markísa m. fortjaldi, hjólagrind, útdraganleg geymsluskúffa í lest, má breyta sætum í rúm, 220 V tengi, blindgluggatjöld í framrými, 2 kapteinstólar ofl. ofl.
Ótrúlegt verð: 2.890.000.

Dethleffs Trend A 6977
Árgerð 2015. Truma Combi 6, bakkmyndavél, samlit áklæði á framsætum, kapteinstólar, rafdrifin trappa, stór sjálfvirkur ísskápur með sér frystihólfi, stór lest, hjólagrind, flugnanet í hurð ofl. ofl.
Ótrúlegt verð: 4.990.000.

Sunlight T 60
Árgerð 2017. Markísa, hjólagrind, silfurgrár hliðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, samlit áklæði á framsætum, stór geymsla aðgengileg beggja vegna ofl. ofl.
Ótrúlegt verð: 7.670.000.

Sunlight T 58
Árgerð 2017. Markísa, hjólagrind, silfurgrár hliðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, samlit áklæði á framsætum, gott geymslupláss ofl. ofl.
Ótrúlegt verð: 7.830.000.

Sunlight T 68
Árgerð 2017. Markísa, hjólagrind, álfelgur, silfurgráar hliðar, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 8.890.000.**

Sunlight T 69 L
Árgerð 2017. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, fellirúm í toppi, hjónarúm með aðgengi báðum megin, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gírar, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. ofl. **Ótrúlegt verð: 8.990.000.**

LMC Breezer H 737 G
Árgerð 2017. Markísa, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur, bakkmyndavél o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 9.590.000.

Dethleffs Trend T 6757 DBM Árgerð 2019. Sjálfskiptur.
Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, breið inngangshurð með samlæsingu, rafmagnsdrifið fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 12.990.000.**

OPIÐ UM HELGINA FRÁ 12-16

P. KARLSSON EHF.

P. Karlsson ehf | Smiðjuvöllum 5a, 230 Reykjanesbæ |517 5200

www.pkarlsson.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur.

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is

HÚSAVIÐGERÐIR.
Smíðavinna-múrvinna-málningarvinna ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna. Reynsla og fagleg vinnubrögð.
Upplýsingar í síma: 767-7230 eða netfang xaxols22@inbox.lv

HÚSAVIÐGERÐIR
ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI
- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is
Eind ehf

Nudd

NUDD - NUDD
Úrvals nudd í miðbæ Kópavogs, sími 888 6618 og 788 6609 Elísabet.

Viðgerðir

VERKTAKAÞJÓNUSTA ÍSLANDS
Glerjun og gluggaviðgerðir. Allt viðhald á einum stað S: 766-0656 eða verktakais@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18 og á laugardögum í desember 10-16.

mýranaut
Gæða ungnautakjöt í 10 ár beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Vélar og verkfæri

VERKFÆRI TIL SÖLU
Esab argon rafsuðuvél 180. Gírkassatjakkur, Hjólatjakkur. Lítil loftpressa. Naglabyssa fyrir timbur 75 mm. Ýmis loftverkfæri. Olíuþrýstimælasett, gíroliudæla o.fl. Uppl. í s: 893-3475

Heimilið

Barnavörur

VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA
Verð frá 99.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

Atvinna

Atvinna óskast

ÞORLÁKSHÖFN
64 ára reynslumikill smiður og byggingafr. óskar eftir starfi. Starf á höfuðb.svæðinu kemur vel til greina. Sími: 661-7955 eða póstfang: gudni1955@gmail.com

Húsnæði

Húsnæði í boði

Herb. til leigu á svæði 201. Með aðgangi að eldh., baðherb. og þvottavél. Uppl. í síma 893 3475

Til leigu 3ja herb. Íbúð, 95 fm. Í Hafnarfirði. Ekkert dýrahald leyft. Laus nú þegar. Uppl. í s: 893-9777

Til leigu 3ja herb. Íbúð, 78 fm. í 230 Reykjanesbæ. Laus nú þegar. Ekkert dýrahald leyft. Uppl. í s: 893-9777

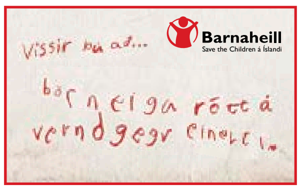
Sumarbústaðir

Sumarhús/Gestahús 25 fm Kr 4.900.000.- án/vsk Upplýsingar í síma 892-1882

Gámahús með 2 herbergjum. 3 stk Kr 1.100.000.- án/vsk pr.stk Upplýsingar í síma 892-1882

Geymsluhúsnæði

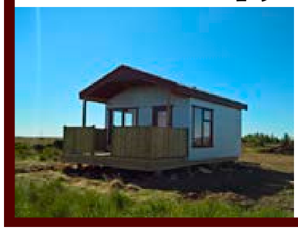
GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is



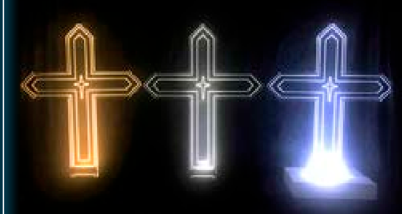
Þjónustuauglýsingar

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

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.
PREKTÆKI

LED leiðiskrossar

- Gengur fyrir rafhlöðum eða tengist rafmagni.
- Rafhlaða endist um það bil í einn mánuð.

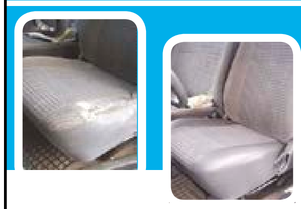
Upplýsingar í s. 699 6869 og rafeindir.is

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

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?


Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótorhjóla og snjósleðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.
Formbólstrun
Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

viftur.is

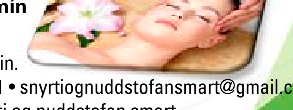
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

VIÐHALD FYRIR HÚSFÉLÖG

ER KOMINN TÍMI Á VIÐHALD?
- Gluggar og gler
- Inni- og útihurðir
- Rennur og niðurföll
- Klæðningar
- Svalalokanir
- Þök og þakkantar

Veldu skipulag og fáðu betri þjónustu.
Erum byrjuð að bóka á 2020.
HAFÐU SAMBAND
8 59 59 00 | husihus@husihus.is | www.husihus.is
HÚS Í HÚS

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

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?

HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ
FRÉTTABLAÐIÐ
Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is

Frumkvöðlasamfélagið stendur í þakkarskuld við alla sem hafa gert Startup Reykjavík að einni helstu lífæð sprotastarfs hérlendis og að veigamikilli uppsprettu nýsköpunar.

Sá ótrúlegi árangur sem hefur náðst má ekki tapast.

Við viljum því þakka heilshugar fyrir allt þetta góða starf og hvetja alla aðstandendur Startup Reykjavík og aðra velunnara nýsköpunar til dáða.

Saman látum við gott af okkur leiða fyrir íslenskt samfélag!

Þessi auglýsing er kostuð af grasrót og stuðningsneti íslensks sprotasamfélags.

Startup Reykjavík
Arion banki
Icelandic Startups

Sjálfstæði Namibíu, Ísland og Samherjamálið

1990
Namibía öðlast sjálfstæði. Namibísk stjórnvöld leita til íslenskra stjórnvalda eftir hjálp við að byggja upp sjálfbært sjávarútvegskerfi.
Þróunarsamvinnustofnun Íslands hefur starfsemi í Namibíu. Útvegar mannskap til hafrannsókna og átti á næstu árum eftir að aðstoða Namibíumenn við að byggja upp fiskiðnað sem var lítill eða enginn fyrir, þá átti ÞSSÍ þátt í að koma á fót sjómannaskóla í landinu. Þróunaraðstoðin stóð yfir til ársins 2010. Niðurstaða þróunarvinnunnar var að tekist hefði að byggja upp fiskveiðistjórnunarkerfi sem átti að skila landinu störfum og skatttekjum.

18. maí 2007
Greint frá kaupum Samherja á Sjólaskipum sem gerð voru út frá Kanaríeyjum. Útgerðin er nefnd Katla Seafood. Samherji hefur starfsemi í Namibíu og tryggir sér rétt til að veiða.

2010
Ísland hættir þróunarsamvinnu í Namibíu vegna slæmrar ríkisfjárstöðu eftir hrun.

Febrúar 2012
Íslenska útgerðarfélagið Samherji festir kaup á 30.000 tonna fiskikvóta af tveimur kvótahöfum í Namibíu og hefur veiðar á brynstirtlu (hrossamakríl).

12. nóvember 2019
Kveikur og Stundin opinbera viðskiptahætti Samherja í Namibíu á síðustu árum og hvernig fyrirtækið sölsaði undir sig verðmætan brynstirtlukvóta í landinu með mútugreiðslum til ráðamanna sem námu yfir einum milljarði króna. Wikileaks birtir 30 þúsund skjöl í tengslum við málið. Í skjölunum er að finna tölvupósta, skýrslur innan fyrirtækisins, töflur, kynningar og ljósmyndir. Wikileaks hefur boðað frekari birtingu eftir tvær til þrjár vikur.

13. nóvember 2019
Bernhard Esau, sjávarútvegsráðherra Namibíu, og Sacky Shanghala, dómsmálaráðherra landsins, segja af sér embætti vegna uppljóstrana um að þeir og fleiri aðilar þeim tengdir hafi þegið greiðslur frá dótturfélögum Samherja til að greiða fyrir því að félögin fengju eftirsóttan kvóta.

14. nóvember 2019
Þorsteinn Már Baldvinsson, forstjóri Samherja, segir að honum hafi blöskrað umræðan undanfarna daga og þess vegna hafi hann ákveðið að stíga til hliðar tímabundið. Björgólfur Jóhannsson, fyrrverandi forstjóri Icelandair Group, tekur tímabundið við stöðu forstjóra.

Vakning fyrir íbúa Namibíu

Hjónin Leilanie og Reginald eru Íslendingar en fædd og uppalin í Namibíu. Þau lýsa sýn sinni á fréttir vikunnar af viðskiptaháttum Samherja í Namibíu. Þau eru sammála um það að uppljóstrunin muni leiða gott af sér og að líklega muni fleira koma í ljós á næstu vikum.

Leilanie Lurina Farao er fædd og uppalin í Namibíu en flutti til Íslands árið 2004. Ástin dreif hana hálfa leið yfir hnöttinn en í Namibíu kynntist hún sjómanni sem vann hjá útgerðinni Sea Flower. Hún er nú gift í annað sinn, Reginald Scott Farao, sem er líka frá Namibíu. „Ég lít á Ísland sem mitt heimaland. Mér finnst gott að búa hér en auðvitað fylgist ég svolítið með fréttum frá Namibíu,“ segir hún.

Leilanie vinnur í mötuneyti fyrir eldri borgara á Hjallabraut í Kópavogi. „Þau vilja vita hvað mér finnst,“ segir hún. Fáir Namibíumenn búa hér á landi. „Ég veit ekki um nema nokkra og þeir tengjast flestir fjölskyldu minni,“ segir hún.

Fréttir af mútugreiðslum og spillingu komu henni ekki á óvart. „Það er mikil og viðvarandi spilling í landinu sem hefur reynst erfitt að uppræta,“ segir Leilanie sem segir það þó jákvætt merki að ráðherrarnir hafi sagt af sér. Henni finnst þó ósanngjarnt að einblína á spillingu í fæðingarlandinu. „Við á Íslandi þurfum líka að taka á spillingu,“ segir Leilanie.

Leilanie segir Namibíu eiga möguleika á betri framtíð. „Margir tala um fátækt Namibíu en það er hins vegar auðugt af náttúruauðlindum. Ef spillingin væri ekki svona mikil væru möguleikarnir meiri,“ segir hún en úti fyrir 1.500 kílómetra strandlengju landsins eru einhver auðugustu fiskimið jarðar. Auðlindirnar hafa hins vegar ekki skilað miklum arði til íbúa landsins vegna rányrkjuveiða.

Eiginmaður Leilanie, Reginald Scott Farao tekur undir með henni og segir fréttir af spillingu ekki hafa komið á óvart. „Nei, þvert á móti. Íbúar Namibíu eru vanir umræðu um spillingu ráðamanna en þjóðin er hins vegar að opna augun. Ég held það sé gott að þetta mál hafi komið upp, eflaust á fleira eftir að koma í ljós sem tengist öðrum fyrirtækjum á svæðinu,“ segir Reginald. „Eins og konan mín sagði líka þá er Namibía sérlega auðug af auðlindum og þess vegna ásælast önnur ríki þær. Það reynist þeim líklega auðveldara vegna þess hve stjórnkerfið er veikburða og spilling víða. En svo er þetta líka flókið því núna sækir líka Kína að ríkjum Afríku og ásælist einnig auðlindir okkar,“ segir hann.

Reginald segir flesta Namibíubúa standa í þakkarskuld við Íslendinga vegna þeirrar uppbyggingar sem þeir hafa staðið fyrir frá árinu 1990. „Íslendingar gerðu ótal margt gott fyrir Namibíu og stórfyrirtækið hefur ekki áhrif á það að Namibíumenn eru þakklátir fyrir það. Mörg störf og uppbygging í iðnaði eru Íslendingum að þakka.“
– kbg

Reginald og Leilanie eru bæði fædd og uppalin í Namibíu en hafa búið í meira en áratug á Íslandi.

Bað um punkta um starfsemi Samherja í Afríku

Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunnar, segir að það hafi aldrei verið ætlunin með tölvupóstsamskiptum sínum við stjórnendur Samherja að blekkja neinn. Líkt og greint var frá í blaðinu í gær sendi Gunnþór tölvupóst í lok apríl árið 2014 á Aðalstein Helgason, Jóhannes Stefánsson og mann hjá Samherja sem hefur netfangið siggi@samherji.is. Þar óskar hann eftir tilbúnum punktum þar sem „einhverjir heimamenn“ séu að þykjast fara í uppbyggingu á Austur-Grænlandi til að komast yfir veiðiheimildir og velvild.

„Sælir félagar. Þannig er mál með vexti að vinur okkar í Grænlandi, Henrik Leth, var að biðja mig að setja niður fyrir sig hvað þyrfti til í fjárfestingum, veiðum, vinnslu og hafnarmannvirkjum ef menn myndu vera setja upp fiskimjöls og uppsjávarverksmiðju í Ammasalik austurströnd Grænlands,“ útskýrir Gunnþór. „Hann er ekki að hugsa um að setja neitt upp, heldur eru einhverjir heimamenn í Grænlandi með einhverja með sér í því að reyna ná kvótum og goodwill af stjórnvöldum með því að þykjast vera fara byggja upp á Austur Grænlandi,“ undirstrikar Gunnþór. „Eigið þið ekki tilbúna einhverja svona punkta þó svo að þeir eigi við um Afríku?“

Jóhannes svarar. „Það er kannski spurning um að taka frá Marokkó, hvað segirðu um það?“ spyr Jóhannes í svarskeyti og beinir þá spurningunni til Sigga.

„Gunnþór, ertu að leitast eftir einhverju ýtarlegu eða bara í kynningarformi?“ spyr hann síðan stjórnanda Síldarvinnslunnar.

Gunnþór svarar þá: „Nei, bara punktum hvað þarf.“

Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Fréttablaðið hafði samband við Gunnþór á fimmtudag og tjáði honum að daginn eftir yrði birt frétt um tölvupóstsamskipti hans sem væru að finna í skjölum Wikileaks tengdum Samherja. Vildi hann ekki tjá sig eða svara spurningum á þeim tímapunkti. Bað hann um að hringt yrði í sig daginn eftir.

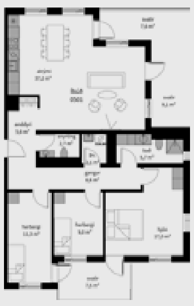
Eftir að fréttin birtist vísaði Gunnþór því alfarið á bug að það hafi verið ætlunin að blekkja Grænlendinga, ekki hafi verið alvara að baki póstinum. Hann segist vera sleginn yfir umfjöllun Kveiks og ekki hafa hugmynd um hvað Samherji hafi verið að gera í Afríku, þó hann hafi verið að biðja um punkta sem eigi við starfsemi Samherja í Afríku.

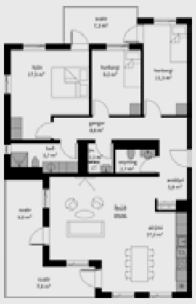
Síldarvinnslan sendi frá sér yfirlýsingu í gær þar sem segir að Henrik Leth hafi haft samband við Gunnþór og tjáð honum að á Grænlandi væri í umræðunni að einhverjir áformuðu að koma upp fiskimjöls- og uppsjávarvinnslu í Ammassalik á austurströnd landsins. Segir einnig að Henrik hafi talið áformin mjög óraunhæf og talið þau lið í að ná kvóta hjá grænlenskum stjórnvöldum. Hann hafi þá leitað til Gunnþórs til að fá nánari upplýsingar um tæknileg málefni og kostnað við uppbygginguna eins og þessa. Þá hafi Gunnþór leitað til Samherji því hann vissi að Samherji hefði nýlega látið gera áætlanir um slíka uppbyggingu í Marokkó.
– gar, ab, oæg

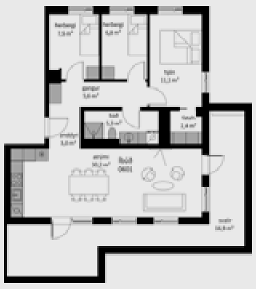
MIKLABORG

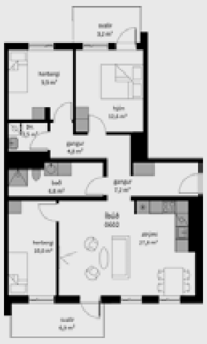
Opið á laugardögum frá kl. 10-14

Síðustu íbúðirnar við Sunnusmára 16-18









Íbúð 501
4ra herb endaíbúð á 5. hæð
Tvennar svalir
Sér þvottahús innan íbúðar,
Alls 125,9 fm að stærð
Verð **69,9 millj.**

Íbúð 506
4ra herb endaíbúð á 5. hæð
Tvennar svalir
Sér þvottahús innan íbúðar,
Alls 125,5 fm að stærð
Verð **69,9 millj.**

Íbúð 601
4ra herb endaíbúð á efstu hæð
17 fm svalir, sólar allan daginn
Mjög vel skipulögð, 95,5 fm
Hjónaherbergi með fataherb.
Verð **62,9 millj.**

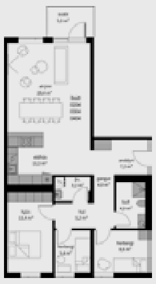
Íbúð 604
4ra herb endaíbúð á efstu hæð
29 fm þaksvalir
Mjög vel skipulögð, 101,4 fm
Hjónaherbergi með fataherb
Verð **62,9 millj.**

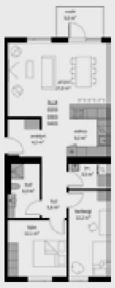
Tryggðu þér fullbúna íbúð á besta stað í Smáranum

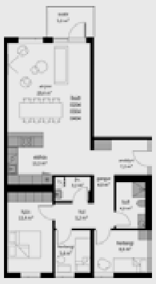
- Öllum íbúðum fylgir stæði í bílgeymslu m. hleðslustæði.
- Íbúðir eru búnar nýjustu snjalllausnum sem miða að hagkvæmni og þægindum. Snjallsímastýrður mynddyrasími, hitastýringar og margt fleira.
- Vandaðar ítalskar innréttingar.
- Til afhendingar strax !

Einnig í boði nokkrar 3-4ra herb á öðrum hæðum.
Öllum íbúðum fylgir bílastæði.
Verð frá **45,9 millj.**

Síðustu íbúðirnar við Sunnusmára 20-22







Íbúð 04
Fáanleg frá 1-4 hæð
100-112 fm
4ra herb íbúð
Sér þvottaherbergi
Opið eldhús m. miklu skápaplássi
Kvöldsólarsvalir
Verð frá **53,9 millj.**

Íbúð 03
Fáanleg á 2. og 4. hæð
Íbúð sem nær í gegn frá vestur til suðurs
3ja herb m. sér þvottaherb
Rúmgóð svefnherbergi
Rúmlega 97 fm
Kvöldsólarsvalir
Verð frá **52,9 millj.**

Íbúð 04
Fáanleg á 2. og 4. hæð
Rúmgóð 112 fm íbúð
Sér þvottaherbergi
2,5 svefnherbergi
Svalir
Verð frá **57,5 millj.**

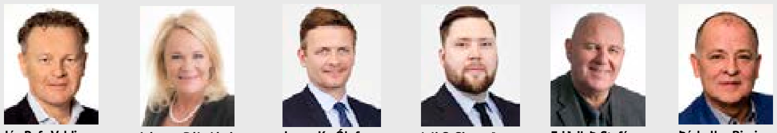
www.201.is

201 SMÁRI

Komdu í heimsókn í dag
kl. 15 - 15.45, kaffi á könnuni og sölumenn á staðnum.

Frábærar íbúðir klárar fyrir jólin.

Nánari upplýsingar veita:



Jón Rafn Valdimarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is

Friðrik Þ. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

MIKLABORG – Með þér alla leið

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

„Ég er 53 ára en líður stundum nú eins og ég sé aftur orðin 25 þegar ég hraðgeng borgina á enda milli funda, hleyp á milli lesta eða geri misheppnaðar tilraunir til að venja mig á að taka morgunhlaup meðfram Hudson,“ segir Hanna Birna. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Neistinn hefur aldrei verið stærri

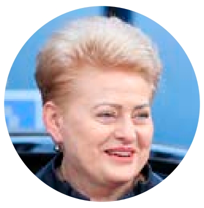
Meðal gesta á ráðstefnunni

Julia Gillard fyrrverandi forsætisráðherra Ástralíu

Christy Tanner aðstoðarforstjóri CBS News Digital

Victoria Budson frá Harvard

Anita Bhatia aðstoðarframkvæmdastjóri UN Women



Dalia Grybauskaité fyrrverandi forseti Litháen

450 kvenleiðtogar frá yfir 80 löndum eru væntanlegir til landsins vegna heimsþings sem er haldið í næstu viku. **Hanna Birna Kristjánsdóttir** segir frá verkefninu og störfum sínum fyrir UN Women í New York.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Rauði þráðurinn í hugmyndinni um Heimsþing kvenleiðtoga er að þegar við gerum hlutina saman, þá erum við sterkari,“ segir Hanna Birna Kristjánsdóttir sem er formaður stjórnar Women Political Leaders (WPL). Samtökin halda, í samstarfi við ríkisstjórn Íslands og Alþingi, Heimsþing kvenleiðtoga í Hörpu í næstu viku.

Auk þingkvenna og ráðherra víðs vegar að úr heiminum, er mikill fjöldi ráðakvenna og stjórnenda í stórfyrirtækjum á leið til landsins, meðal annars Julia Gillard, fyrrverandi forsætisráðherra Ástralíu, Dalia Grybauskaité, fyrrverandi forseti Litháen, Christy Tanner, aðstoðarforstjóri CBS News Digital, Victoria Budson, frá Harvard, og Anita Bhatia, aðstoðarframkvæmdastjóri UN Women.

Leggja á ráðin um aðgerðir

Hanna Birna, sem eins og landsmenn þekkja er fyrrverandi borgarstjóri, innanríkisráðherra og varaformaður Sjálfstæðisflokksins, starfar nú sem sérstakur ráðgjafi á aðalskrifstofu UN Women í New York ásamt því að sinna formennsku í alþjóðlegu þingkvennasamtökunum WPL.

Heimsþing kvenleiðtoga var einnig haldið hér í nóvember á síðasta ári og þá mættu líka 450 leiðtogar til þingsins. Sérstakt þema þess árs var stafræn bylting samtímans og þau tækifæri sem það gefur til að fjölga konum í leiðtogahlutverkum og tryggja jöfn tækifæri kvenna og karla til ákvarðanatöku.

„Á síðasta ári töluðum við mikið um þá staðreynd að það vantar fleiri konur í tæknigeirann. Nú erum við meira að horfa á almenna umhverfið og þá stöðu og staðreynd að við búum í veröld þar sem aðeins 7,5 prósent þjóðarleiðtoga eru konur og aðeins 5 prósent forstjóra stærstu fyrirtækja heims skráðra á markaði. Við sjáum svipaða stöðu á öllum sviðum samfélagsins og aðeins 25 prósent þingmanna í heiminum eru konur. Við ætlum að horfa á þessa staðreynd og hvað konur sem eru stjórnendur og leiðtogar geta lagt til málanna.“

Hanna Birna nefnir að á þinginu fari ekki einungis fram samtal, heldur séu lögð á ráðin um aðgerðir. „Við erum að taka verkefnið lengra og í fyrsta skipti munu margir af þeim leiðtogum sem þarna mæta gefa fyrirheit um aðgerðir með því að stíga fram og lýsa hvað til stendur að gera fyrir næsta þing að ári. Fyrirtæki og einstaklingar gefa fyrirheit. Til dæmis um að minnka launamun kynjanna, breyta stjórnendastrúktúrnum, fjölga tækifærum kvenna og svo framvegis. Þetta verður því ekki bara samtal, heldur líka raunverulegar aðgerðir,“ segir hún frá.

„Við viljum að Heimsþingið sé ekki bara einstakur viðburður heldur viðvarandi verkefni um hvernig við fjölgum konum í ákvarðanatöku og sem leiðtogum.“

Forréttindi að halda heimsþing

Hún segir það hafa reynst vel að halda heimsþingið á Íslandi. „Það eru einstök forréttindi að fá að halda þingið hér. Íslendingar eru einfaldlega heimsins bestu gestgjafar og þeir kvenleiðtogar sem hingað koma finna allir hversu stolt við erum öll af góðri stöðu Íslands þegar kemur að jafnrétti.

Að auki kallar Ísland fram í leiðtogunum tilfinningu fyrir því að þetta sé hægt. Þær koma sumar úr umhverfi þar sem þær hafa verið einu konurnar við borðið. Þó að við Íslendingar séum langt frá því að búa í fullkomnu jafnréttissamfélagi, þá er hvatningin héðan mikil og þær sem hingað koma fá jákvæð skilaboð frá öllu samfélaginu um að það sé hægt að breyta hlutum.“

Hanna Birna hætti í stjórnmálum eftir kosningar haustið 2016. Hún hætti sem innanríkisráðherra í lok árs 2014 í kjölfar lekamálsins. Árið 2015 ákvað hún að hætta sem varaformaður Sjálfstæðisflokksins.

„Ég elskaði að starfa í stjórnmálum, var afar þakklát og stolt af því trausti sem ég naut en fannst ég hafa upplifað allt litrófið á þeim vettvangi og kominn tími á breytingar. Þegar ég ákvað að hætta þá skar ég í raun alveg á öll flokkspólitísk afskipti, enda vildi ég aldrei verða stjórnmálamaðurinn sem hætti en teldi mig enn vita best og þurfa að skipta mér af þeim sem á eftir komu. Ég reyni hins vegar að styðja allar konur í stjórnmálum, í öllum flokkum og hvar sem er. Ég bý að reynslu sem vil ég gjarnan deila og finnst það skylda mín að gefa til baka.

Það voru jafnréttismálin sem leiddu mig inn í stjórnmálin og alla tíð eru það þau sem hafa kveikt á mínum vilja til afskipta. Þau þokast svo hægt í rétta átt. Sorglega hægt. Eftir því sem maður eldist og uppgötvar hversu ólíklegt það er að maður sjálfur eða börnin okkar munu nokkurn tíma lifa í heimi fulls jafnréttis þá færist í mann meiri kraftur. Maður verður að nýta tímann vel. Og þessi neisti sem ég hef alltaf verið með, hann hefur aldrei verið stærri og öfugt við það sem ég taldi þegar ég var yngri verð ég meiri og meiri femínisti eftir því sem ég eldist.“

Ævintýri að búa í New York

Hanna Birna segir lífið í New York hrista upp í tilverunni. Hún segist samt ekki alflutt til borgarinnar þó að hún hafi þar aðsetur. „Ráðning mín hjá UN Women er til tveggja ára og verkefni mín hjá WPL fara vel saman við það starf. Að vinna með og finna leiðir til að hækka hlutfall kvenna í leiðtogastörfum.

Að búa í New York er ný upplifun. Ég hef alltaf sótt kraft og næringu til þessarar stóru borgar. Ég get ekki talið hversu oft ég hafði farið þangað áður en ég flutti þangað. Ég sótti í kraftinn í borginni en það er öðruvísi að búa þar. Maður verður fljótt hluti af hraðanum og suðupottinum sem borgin er. Ég er 53 ára en líður stundum nú eins og ég sé aftur orðin 25 þegar ég hraðgeng borgina á enda milli funda, hleyp á milli lesta eða geri misheppnaðar tilraunir til að venja mig á að taka morgunhlaup meðfram Hudson,“ segir Hanna Birna. „Þetta er bara ævintýri!“

Hanna Birna býr neðarlega á Manhattan en ferðast líka mikið um heiminn vegna starfa sinna. „Fjölskyldan mín reynir að vera með mér eins mikið og hægt er. Og ég reyni að vera hér á Íslandi eins mikið og mögulegt er, enda kallar það líka á mikla innlenda vinnu að tryggja að Heimsþing kvenleiðtoga standi undir nafni ár hvert. Þetta líf kallar á ansi mörg ferðalög,“ segir Hanna Birna og segir það vel þess virði.

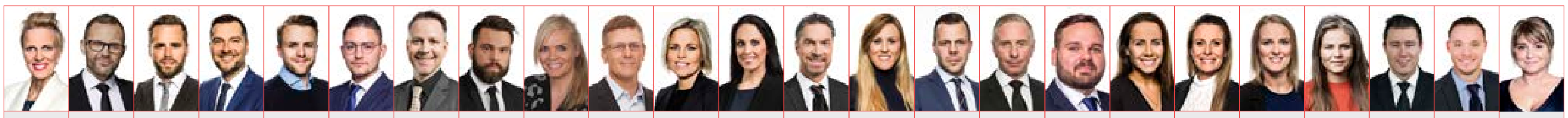
„Mér finnst það svo mikil forréttindi að fá að vinna við þá áskorun sem ég held að geti haft svo mikil áhrif til góðs fyrir alla – sem er jafnrétti kynjanna. Heimsþingið er hluti af því, það tekur allt árið að undirbúa það en við erum með starfsfólk hér heima og erlendis sem sér um undirbúning og framkvæmd.

Ég finn fyrir raunverulegum og einlægum áhuga hjá öllum þátttakendum á að ná árangri og vinna að því að ná fram breytingum og tryggja aðkomu bæði kvenna og karla að forystu. Og það sem mestu skiptir er að ég trúi því að Ísland geti gegnt algjöru lykilhlutverki í þeim breytingum, tekið forystu og haft mikil áhrif til góðs þegar kemur að því að gera líf fólks um allan heim betra með tilkomu aukins jafnréttis. Og það er frábært að fá að taka örlítinn þátt í því,“ segir hún en eins og áður segir er þingið haldið í samstarfi við ríkisstjórn Íslands og Alþingi og hefst í Hörpunni næsta þriðjudag.

LIND FASTEIGNASALA

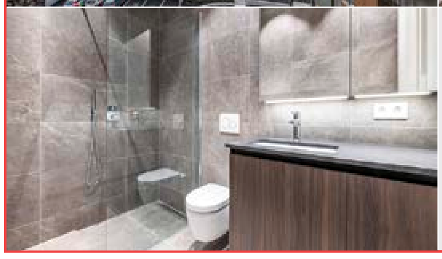
510 7900

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	Vera
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	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI

BÓKIÐ SKOÐUN



Sunnusmári 26, íb 602

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 121,3 fm **FJÖLBÝLI** **HERB:** 3

Ný og glæsileg þakíbúð með mikilli lofthæð og einstöku útsýni til sjávar. Sér bílastæði í bílakjallara. Húsið er álklætt og ál-tré gluggar og viðhaldslítið. Allir innveggir hlaðnir.

Heyrumst

Hannes › 699 5008 **73.500.000 KR**

Löggiltur fasteignasali

BÓKIÐ SKOÐUN

Bæjarlind 5

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 64-240 fm **FJÖLBÝLI** **HERB:** 2-4

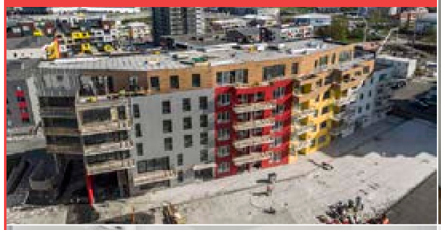
Húsið er 12 hæðir auk bílageymslu og eru útsýnisíbúðir í boði frá 6.hæð. Húsið er allt klætt, ál-tré gluggar, teiknað af Hornsteinum og lýsing hönnuð af Lumex.

Heyrumst

Stefán › 892 9966 **Verð frá 43.9 M KR**

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 16. nóv 13:30 - 14:00



Álalind 4-8

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 102-251 fm **FJÖLBÝLI** **HERB:** 3-5

Fullbúnar og vandaðar íbúðir í nýju lyftuhúsi að Álalind 4-8. Íbúðirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum, innbyggðum kæliskáp og uppþvottavél, innfelld lýsing og önnur ljós fylgja. Upphitað bílastæðahús.

Heyrumst

Stefán › 892 9966 **55.9 - 109.9 M KR**

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 17. nóv 15:30 - 16:00

Hlíðarhjalli 72

200 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 253 fm **TVÍBÝLI** **HERB:** 8

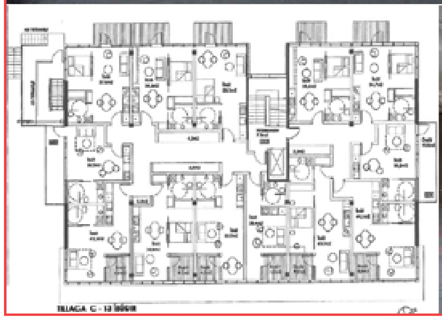
Vönduð eign á útsýnisstað í suðurhlíðum Kópavogs. Húsið var byggt árið 1987. Fjölskylduvæn eign með tvöföldum bílskúr. Húsið stendur innst í botnlanga með gróinn Kópavogdalinn í næsta nágrenni.

Heyrumst

Hannes › 699 5008 **89.900.000 KR**

Löggiltur fasteignasali

ÍBÚÐAVERKEFNI TIL SÖLU



Grensásvegur 10

108 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 1558,9 fm

LIND Fasteignasala kynnir til sölu íbúðarverkef-ni við Grensásveg 10 - Skrifstofuhúsnæði þar sem fyrir liggur samþykki á skráningu "Íbúða" á sér fastanúmerum.

Skv tillögum af teikningum nýtast 1.428,1 m2 í birta íbúðarfermetra sem skiptist í 39 íbúðir.

Lyfta er í stigagangi og þarf ekki að gera sérstakar breytingar á sameignarrými. Gögn og teikningar liggja fyrir á skrifstofu.

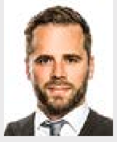
Laust til afhendingar við kaupsamning og hægt að hefja framkvæmdir strax en búið er að hreinsa út að mestu innan úr húsnæðinu en eftir standa einungis salerniskjarnar hverrar hæðar ásamt burðarveggjum um stigana.

Heilar hæðir á 2-4 hæð, hér kynntar til sölu.

Góð bílastæði aftan við húsið en þar er einnig aðalinngangur hússins.

Nánari upplýsingar á skrifstofu LIND S:510-7900 eða stefan@fastlind.is

460.000.000 KR



Heyrumst

Stefán Jarl Martin
Löggiltur fasteignasali
Löggiltur leigumiðlari
› **892 9966**
› **stefan@fastlind.is**

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

Móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Sumarrós (Rósa) Garðarsdóttir,
prestsfrú frá Akureyri,

lést mánudaginn 11. nóvember.
Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju
mánudaginn 18. nóvember kl. 13.30.

Jóhanna Erla, Birgir Snæbjörn og fjölskyldur.

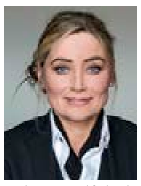
Ástkær eiginmaður minn,
faðir okkar, sonur og tengdasonur,

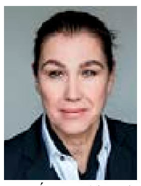
Gunnar Tryggvi Reynisson
Andrésbrunni 2,
113 Reykjavík,

lést á Landspítala við Hringbraut
þann 6. nóvember. Útförin verður gerð frá
Guðríðarkirkju mánudaginn 25. nóvember kl. 13.00.

Ingibjörg S. Frostadóttir
Björg Valdís Gunnarsdóttir
Ísak Logi Gunnarsson
Tristan Freyr Gunnarsson
Björg R. Thomassen **Reynir Ásgeirsson**
Björg V. Hansdóttir **Frosti Gunnarsson**

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA


Kristín Ingólfsdóttir

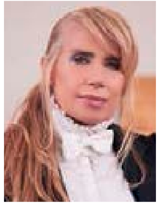
Sverrir Einarsson

Margrét Ásta Guðjónsdóttir

Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

Nærgætni, hlýja og virðing · Við andlát ástvinar

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353


Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

ÚTFARARSTOFA ÚTFR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

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

Viktor er barnabarnabarn píanóleikarans Fritz Weisshappel sem hingað fluttist 1927. Listrænn eins og langafinn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Viktor bjartasta vonin

Viktor Weisshappel Vilhjálmsson var valinn bjartasta von Evrópu á hönnunarhátíðinni Art Directors Club of Europe, fyrir verkefnið Útmeð'ða sem hann vann fyrir RKÍ.

Þetta er skemmtilegur titill og mikill heiður að vera valinn," segir Viktor Weisshappel Vilhjálmsson, grafískur hönnuður, sem kosinn var bjartasta von Evrópu á evrópskri hönnunarhátíð, ADC*E, í Barcelona um fyrri helgi. Hann hlaut þá upphefð fyrir verkefnið Útmeð'ða sem var unnið fyrir Rauða krossinn.

Útmeð'ða snerist um að velja orð yfir ástand eða erfiðar tilfinningar sem fólk er gjarnt á að fela, setja þau á peysur og bera með stolti. Alls voru ellefu útgáfur af bótum, með hugtökum á borð við kvíða, reiði og þunglyndi, búnar til og hægt var að raða þeim á flíkur eftir vild. „Þessar bætur vöktu athygli. Geðhjálp var að selja þær á sínum tíma og Húrra Reykjavík tók þær inn í búðina sína. Þær seldust upp," segir Viktor. Hann telur vinsældir bótanna og jafnvel viðurkenninguna á hönnunarhátíðinni mega að einhverju leyti rekja til taktsins í samfélaginu. „Fólk er farið að opna meira á tilfinningar sínar en áður og bæturnar áttu að ýta undir það." Þess má geta að verkefnið Útmeð'ða fékk líka silfur á hátíðinni í Barcelona í flokknum Graphic Design undir Graphic Communication.

Viktor útskrifaðist úr grafískri hönnun við Listaháskólann árið 2015. „Það var mjög góð undirstaða," segir hann og heldur áfram: „Eftir það vann ég hjá Döðlum í ár og flutti svo til Stokkhólms og vann hjá Essen International. Ég hef starfað hjá Jónsson & Lemacks frá 2017 en er nú að opna nýja hönnunarstofu með Albert Muñoz. Hún heitir Ulysses. Við ætlum að sérhæfa okkur í mörkun og skapa grípandi ásýnd fyrir okkar viðskiptavini. Við deilum þaki með Aton.JL á Laugavegi 26, en með okkar eigin stofu og mörkunarverkefni." Hvað varðar næstu skref kveðst hann ætla að hlúa að fyrirtækinu. „Það er það sem er í hausnum á mér þessa dagana," segir hann. „Ég er mjög spenntur fyrir framhaldinu."

Hann er ekki óvanur því að fá viðurkenningar. Hefur hlotið verðlaun hjá ADC*E áður og líka frá Félagi íslenskra teiknara. Spurður hvort hann ætli ekki að búa til bót með áletruninni Bjartasta vonin og festa á peysuna sína svarar Viktor í spaugi: „Það er ágætis hugmynd."

gun@frettabladid.is

Faðir okkar,

Gunnar Gunnarsson
Höfða, Akranesi,

lést sunnudaginn 3. nóvember.
Útförin fer fram í kyrrþey að ósk
hins látna.

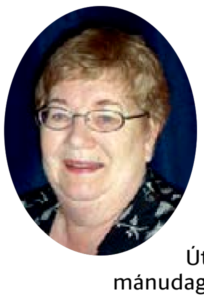
Gunnar H. Gunnarsson
Ragnar Gunnarsson

Listamaðurinn

Nonni Ragnarsson

verður jarðsunginn
frá Fríkirkjunni í Reykjavík
þriðjudaginn 19. nóvember kl. 16.00.

Aðstandendur og vinir NONNA.

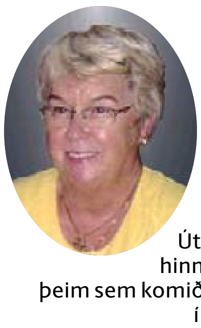


Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Gréta Jónsdóttir
Reynimel 50, Reykjavík,

lést sunnudaginn 3. nóvember
á Hjúkrunarheimilinu Sóltúni.
Útförin fer fram frá Fossvogskapellu
mánudaginn 18. nóvember kl. 13.00.

Sigurður Erling Baldursson
Þuríður Ellisif Baldursdóttir **Jóhann S. Erlendsson**
Ingi Þór Vöggsson
Baldur og Freyr Jónssynir
Baldur Erling, Margeir Jón, María Sif og Hulda Hrönn Sigurðarbörn,
Arnar Páll og Jóhann Baldur Jóhannssynir
og langömmubörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og systir,

Margrét Guðmundsdóttir

lést á líknardeild Landspítalans í
Kópavogi 6. nóvember.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk
hinnar látnu. Aðstandendur þakka öllum
þeim sem komið hafa að umönnun og aðhlynningu
í veikindum hennar.

Ingibjörg White **Duncan Wills**
Guðmundur Ómar Þráinsson **Bergþóra Haraldsdóttir**
Hulda Þyri Þráinsdóttir **Helgi Kristinn Hannesson**
Margrét Þráinsdóttir **Héðinn Kjartansson**
Lúðvík Þráinsson **Berglind Hafþórsdóttir Byrd**
Jón Guðmundsson
barnabörn og langömmubörn.

25% afsláttur
af öllu frá SADOLIN
Miðað við almennt verð

Sadolin

7.496 ~~9.995,-~~

Mött innimálning 10, 10 l
Mött, svansmerkt gæðainnimálning. Auðveld í notkun, slitsterk og þolir hnjask og endurtekin þrif vel.

Sadolin

7.496 ~~9.995,-~~

Innimálning hálfmött 20, 10 l
Gljástig 20. Hentar vel þar sem þörf er á sterku, slitsterku og auðþrífanlegu svæði. Hvít og hægt að blanda í fleiri litum.

MIDNIGHT SUN B6.30.40
VIOLET DUST Y6.08.34
TWILIGHT GREY ON.00.33
NORDIC BEACH D4.04.71
FROZEN R9.06.73
ROSY MIST CN.01.83
FRENCH PINK A8.07.78
PEACH PASSION D6.24.75

Tilboðið gildir frá fimmtudeginum 14.nóvember til og með sunnudeginum 17.nóvember.

Jólaljósin og málninguna færðu í BAUHAUS!

11.995,-

Jólatrésljós, þráðlaus
30 stk. 9 x 1,5 cm. Hlýleg hvít LED-ljós. Fást silfur- og gulllituð, rauð, hvít með steinum og kremuðu. Rafhlöður fylgja. Til notkunar innanhúss.

295,-

Ljósasería 20
Með 20 hlýlega hvítum LED-perum. Lengd 150 cm. Glær. 3 x AA-rafhlöður fylgja ekki. Til notkunar innanhúss.

495,-

Motiv LED-ljósasería
Fæst með mörgum mism. myndum. Með 10 LED-perum. Rafhl. fylgja ekki. Til notkunar innanhúss.

MARKSLÖJD SWEDEN

Saturnus pappastjarna
Þv. 45 cm. Ljósapera fylgir ekki. Hvít. Til notkunar innandyra.

1.995,-

BAUHAUS®

BAUHAUS REYKJAVÍK - Lambhagavegur 2–4 - 113 Reykjavík - 515-0800 - info@bauhaus.is - www.bauhaus.is

Okkar innilegustu þakkir færum við öllum þeim er sýndu okkur samúð, hlýju og vinarhug við andlát og útför eiginmanns míns, bróður okkar og mágs,

Snorra Þorsteins Pálssonar

frá Dagverðartungu,
Fjólugötu 13.

Sérstakar þakkir til Heimahlynningar á Akureyri fyrir kærleiksríka umönnun.

Nittaya Nonghee
Gylfi Pálsson **Rósa María Björnsdóttir**
Ragna Pálsdóttir **Ævar Ragnarsson**
Gísli Pálsson **Stefanía Þorsteinsdóttir**
Snjólaug Pálsdóttir **Þorsteinn Sigurðsson**

Þökkum auðsýnda samúð og stuðning við andlát og útför okkar elskulega eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

Reynis Guðbjartssonar

Kjarlaksvöllum.

Helga Björg Sigurðardóttir
Úlfar Reynisson **Svanborg Einarsdóttir**
Sigurður Reynisson
Þröstur Reynisson
Hugrún Reynisdóttir **Guðmundur Gunnarsson**
Bjarki Reynisson **Þórunn Þórðardóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Elsku hjartans mamma okkar, amma, tengdamamma, langamma og langalangamma,

Sólveig Guðmundsdóttir

frá Eyrarhúsum í Tálknafirði,

lést 11. nóvember sl. á Hrafnistu í Hafnarfirði.
Útför mun fara fram föstudaginn 22. nóvember kl. 13.00 frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði.

Sigríður Einarsdóttir **Þórir Úlfarsson**
Gunnar Einarsson **Sigríður Erla Guðmundsdóttir**
Sigurveig Sjöfn Einarsdóttir **Kristján Sigurðsson**
Þór Jakob Einarsson **Margie Sarcilla Rociento**
Halldóra Einarsdóttir **Guðmundur Sveinbjörnsson**
Málfríður Hrund Einarsdóttir
ömmubörnin, langömmubörnin og langalangömmubarn.

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð, vináttu og hlýju vegna andláts og útfarar ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa, langafa og langalangafa,

Þórarins Brynjars Þórðarsonar

Pósthússtræti 3, Keflavík,

Jóhanna Valtýsdóttir
Þóranna Þórarinsdóttir **Kristmann Klemensson**
Valdís Þórarinsdóttir
Kristján Þórarinsson **Erla Sólbjörg Kjartansdóttir**
Brynjar Þórarinsson **Hulda Guðlaug Sigurðardóttir**
Ásta Þórarinsdóttir **Árni Þór Árnason,**
Sigurþór Þórarinsson **Inga Sif Gísladóttir**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Katrín Eðvaldsdóttir

áður til heimilis
að Heiðargerði 94 í Reykjavík,

lést á Hrafnistu sunnudaginn 10. nóvember síðastliðinn. Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju þriðjudaginn 19. nóvember kl. 11. Blóm og kransar eru vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á að láta Hrafnistu njóta þess. Hjartans þakkir færum við starfsfólki Hrafnistu, Sólteigi-Mánateigi, fyrir einstaklega hlýja umönnun.

Kristín Oktavía Árnadóttir **Hafsteinn Viðar Ásgeirsson**
Ingibjörg Sigríður Árnadóttir **Jón Baldursson**
Kristín Oktavía Hafsteinsd. **Kristjón Daníel Bergmundss.**
Katrín Ásta Hafsteinsdóttir **Björg Haraldsdóttir**
Árni Jónsson **Kolbrún Ýr Guðmundsdóttir**
Guðný Jónsdóttir **Símon Guðmundsson**
Sófus Árni Hafsteinsson **Ella Navarro**
og langömmubörn.

Garðálfarnir kampakátir á sviðinu er úrslitin voru ráðin. Tinna er önnur frá vinstri. MYND/KRISTINN INGVARSSON

Garðálfar Legomeistarar

Garðálfarnir úr Garðaskóla, Garðabæ sigruðu í árlegri tækni- og hönnunarkeppni First Lego League um liðna helgi og tryggðu sér rétt til þátttöku í Norðurlandakeppni.

Ef það væri í þínum höndum að byggja betri heim, hvernig yrði hann?“ var þema stóru Legokeppninnar í ár og snerist um borgarhönnun. Þátttakendur voru um 140 á aldrinum 10 til 16 ára og fjöldi leiðbeinenda hefur unnið með þeim frá því í ágúst við undirbúning.

Það var lið Garðaskóla í Garðabæ, sem kallaði sig Garðálfana sem fór með sigur af hólmi. Í því liði var Tinna Maren Þórisdóttir. Hún segir keppnina hafa verið valgrein sem hún hafi merkt við með hálfum huga. „Ég átti ekki von á að verkefnið yrði skemmtilegt en reyndin varð önnur og ég kynntist fullt af krökkum sem ég hafði aldrei talað við. Svo vissi ég að ég væri dálítið góð í forritun og hönnun.“

Tinna segir mest unnið í tölvum. „Við byggðum róbót úr Legokubbum og þurftum að forrita hverja einustu hreyfingu hans. „Þemað var borgin og hvað við vildum bæta. Unglingum er mikið skutlað til og frá og því fylgir umferð, bensíneyðsla og mengun svo við hönnuðum geymslur fyrir rafmagnshlaupahjól sem væru settar fyrir framan skóla, íþróttahús, sundlaugar og bíó. Við öfluðum okkur upplýsinga frá fullt af fólki um efni og rafhlöður sem við ættum að nota og hver kostnaðurinn gæti orðið og völdum efni sem væri ekki bara gott heldur fallegt líka, þannig að um nokkurs konar listaverk yrði að ræða.“

Nú hyggst liðið skella sér til Hróarskeldu í lok nóvember til að keppa fyrir Íslands hönd í Norðurlandakeppni í Lego. gun@frettabladid.is

Ástkær móðir okkar,

Unnur G. Proppé

sjúkraliði,
Hæðargarði 33, Reykjavík,

lést á Landspítalanum 6. nóvember sl. Bálför fór fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu. Þeim sem vilja minnast hennar eru vinsamlegast bent á líknarstofnanir.

Sævar G. Proppé
Fríða Proppé
Ragna Björk Proppé
Auður B. Proppé Bailey

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðrún Kristinsdóttir

áður til heimilis
að Mávabraut 10b, Keflavík,

lést á Hrafnistu Nesvöllum, þriðjudaginn 12. nóvember. Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju, fimmtudaginn 21. nóvember kl. 13.00.

Hilmar Pétursson
Kristinn Hilmarsson **Sara Bertha Þorsteinsdóttir**
Aðalheiður Héðinsdóttir
Hörður Hilmarsson **Guðrún Finnsdóttir**
ömmu- og langömmubörn.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Ragna H. Hjartar

lést á líknardeild Landspítalans þann 11. nóvember sl.
Útförin fer fram frá Fossvogskirkju föstudaginn 22. nóvember kl. 15.00.
Blóm og kransar afþökkuð en þeim sem vildu minnast hennar er bent á líknarfélög.

Hjörtur J. Hjartar **Jakobína Sigtryggsdóttir**
Friðrik J. Hjartar **Anna Nilsdóttir**
Rúnar J. Hjartar **Áslaug Arndal**
barnabörn og langömmubörn.

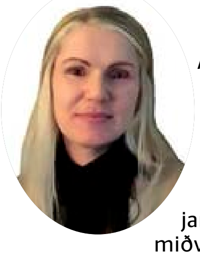
Okkar ástkæra

Erla Björnsdóttir

netagerðarkona frá Akureyri,

lést á dvalarheimilinu Hlíð þann 7. október sl. Útför fór fram í kyrrþey að hennar ósk. Hjartans þakkir fyrir hlýju og samhug. Sérstakar þakkir til starfsfólksins á Hlíð fyrir alúð og góða umönnun.

Ólafur Þór Kristjánsson **Gunnar Björn Ólafsson**
Anna Lind Traustadóttir **Guðmundur Þór Vilhjálmsson**
og fjölskylda.



Ástkær eiginkona mín, mamma okkar, dóttir, systir, mágkona og frænka,

Jónanna Bjarnadóttir

sem lést í Barcelona, Spáni, miðvikudaginn 30. október, verður jarðsungin frá Vídalínskirkju, Garðabæ, miðvikudaginn 20. nóvember klukkan 11.
Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vilja minnast hennar er bent á styrktarreikning 318-26-5005, kt: 090874-4899.

Arnar Óskar Þór Stefánsson
Hugrún Greta Arnarsdóttir **Hjördís Emma Arnarsdóttir**
Hugrún H. Sigurbjörnsdóttir **Ragnar Hauksson**
Bjarni L. Thorarensen **Sigríður Magnúsdóttir**
Stefán Thorarensen
Elvar Thorarensen **Hrafnhildur Haraldsdóttir**
Ragnar Hólm Ragnarsson **Karen Jóhannsdóttir**
Alexandra Ýr, Júlíus Fannar, Elvar Hólm, Hrannar Ingi, Felix, Hekla, Katla og Lilla.

Ástkær sonur okkar, unnusti, bróðir, mágur og frændi,

Birgir Örn Björnsson

Kleppsvegi,
Reykjavík,

lést á Landspítalanum Fossvogi þriðjudaginn 12. nóvember.
Útförin fer fram frá Guðríðarkirkju í Grafarholti, föstudaginn 22. nóvember kl. 13.00.
Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Ás styrktarfélag.

Lilja Guðmundsdóttir **Björn Jóhannesson**
Ingibjörg Sæmundsdóttir
Jóhannes Björnsson
Gyða Björnsdóttir **Sigurður Gunnarsson**
Bragi Björnsson
Björn Þór Björnsson
og frændsystkin.

„BESTA BÓK RAGNARS!“

ÁRNASYNIR

HVÍTI DAUÐI EFTIR RAGNAR JÓNASSON

Það standa fáir Ragnari Jónassyni á sporði við að skapa spennandi og grípandi sögu sem rígheldur lesandanum allt fram að óvæntum endalokunum.

MEST SELDA ÍSLENSKA SKÁLDSAGAN!
BÓKSÖLULISTINN Í OKTÓBER

★★★★

„Ragnar Jónasson hefur vaxið jafnt og þétt sem höfundur glæpasagna, hefur fest sig í sessi í fremstu röð og sennilega er Hvítidauði besta bók hans til þessa. Hann er á fleygiferð í annars rólegri og yfirvegaðri sögu og lesandinn er með frá upphafi til loka. Ekki er hægt að biðja um mikið meira.“

Steinþór Guðbjartsson, Morgunblaðinu

Drungi
Tilnefnd sem glæpasaga ársins í Bretlandi 2019.

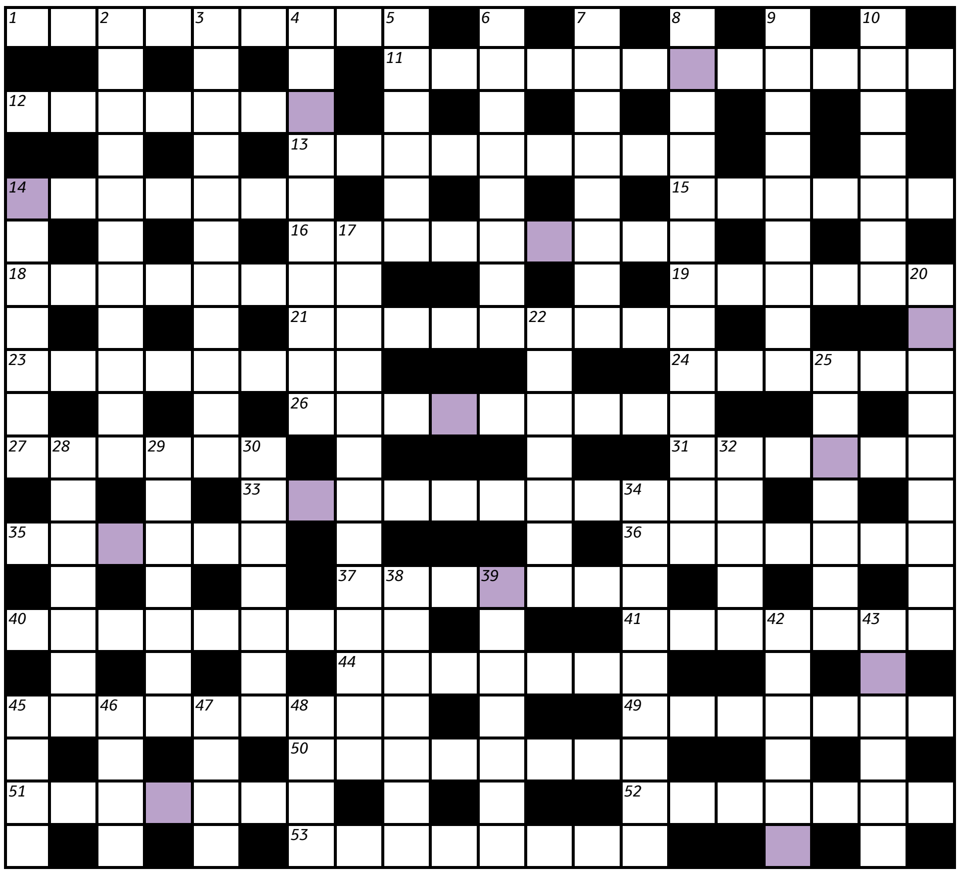
Dimma
Sunday Times valdi hana eina af hundrað bestu glæpasögum frá stríðslokum.

Snjóblinda
Blackwell's bókabúðakeðjan valdi hana eina af 100 bestu glæpasögum sem komið hafa út.

BJARTUR | VERÖLD

bjartur-verold.is

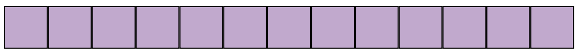
KROSSGÁTA & ÞRAUTIR

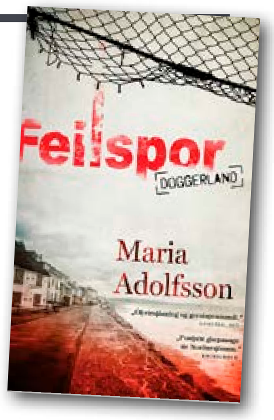


Lausnarorð síðustu viku var
NAGLAKLIPPUR

S	K	Á	L	D	F	Á	K	I	N	N		S		H		H		S	
N		F		A		T		N		E	K	K	J	U	M	A	N	N	A
A	Ð	A	L	G	A	T	A	N		F		R		G		F		Ú	
R		N		S		U		I	N	D	Í	Á	N	A	S	K	Ó	N	A
V	E	G	G	E	F	N	U	M		Ý		A		R		A		I	
I		A		T		D		E	Y	R	A	R	K	A	R	L	A	N	A
T		S	E	N	D	I	L	L		A		G		F		D		G	
L		I		I		N		T	Ó	N	F	A	L	L	S	I	N	S	
A	L	G	E	N	G	A	R	A		N		T		I			E		S
U		U		G			E	N	D	A	D	A	G		H		S		E
S	Á	R	L	A	S	I	N		Ý		R		Á	R	Á	T	T	U	M
	T		Æ				N	O	R	M	A	L	T		R		U		B
V	A	R	Ð	E	L	D	I		A		G		U	M	L	I	Ð	N	A
	K		U		Ó		B	L	A	Ð	F	A	R		I		U		L
K	A	U	P	Ó	Ð	U	R		T		Í		N	Á	T	T	M	Á	L
	L		O		L		A	F	H	E	N	D	A			Í		S	
M	A	R	K	V	Í	S	U		V			E	R	T	U	S	Ú	P	A
	U		I		N		T	J	A	L	L	I		Á		T		Ý	
Ó	S	A	N	N	A	Ð	I		R			L		T	V	I	S	T	I
	A		N		N		R	E	F	S	H	A	L	A		Ð		A	

LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist framandi sjávarfang. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 22. nóvember næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „16. nóvember".





FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Feilspor** eftir **Maríu Adolfsson** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Jón Ármann Gíslason, Kópaskeri.**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Leitum að ósönnum orðum með þessum græjum (9)
11 Stertimennið renndi sinni yfirhöfn upp á vanga (12)
12 Komast æ oftar yfir sjaldséðar bækur (7)
13 Knattkrítina gerir maður upp í heilu lagi fyrir rest (9)
14 Býð skipti á brimfaxa og beinfiski (7)
15 Feður mæðra heyja orrustu við risavaxin börn (6)
16 Í uppsprettu sápublóma má kaupa æði margt (9)
18 Leita þekktra eininga á alnetinu vegna vísna um um það (8)
19 Sóttist eftir allskonar er ég varð fullorðinn (6)
21 Þvengur og matur hrópar sá óbreytti og háværi (9)
23 Rýri timbur milli göngutúra með hundinn (8)
24 Nem þú gagnrýni mína á fróðskap (6)
26 Það er handleggur að tryggja hæfilega fjarlægð (9)
27 Barmar sér ef hann slysast ekki á rétta lausn á þessu rugli (6)
31 Grimm geta alltaf lesið um þau sem eiga erfiðara með það (6)
33 Fann snemma topp fyrir kjúklingana og sniglana (11)
35 Ástandið minnir á þveran þurs (6)
36 Hol sál með störu (7)
37 Indjánar hirða höfuðleður innflytjenda við gresjurnar (7)
40 Hér segir frá fornri – já ævafornri – hefð (9)
41 Hætt er við að þau snúist í landnorður við rannsóknina (7)
44 Ræða um annmarka á því að ég færi farm (7)
45 Hér má sjá viðvaning hjóla stjórnlaust í leikmenninna (9)
49 Kvilli hrjáir mig frá lægstu limum að hæstu hlust (7)
50 Kalli úr Hvammssveit er á niðurleið maður (8)
51 Eiga visin veðhlaupaskepnu? (7)
52 Þessi rannsakar sálarstríð (7)
53 Finnst að týpur toppi framkvæmdir (8)

LÓÐRÉTT

2 Oft tek ég slóða fram yfir stór í grannateitum (11)
3 Sótti mæðuna alla í þessa pest (11)
4 Hætt er við að ég merji merkur (10)
5 Orkubúið vestra fær nyt úr sinni rollu (6)
6 Bolli Bostonbúa geymir bófana (8)
7 Hér má sjá vin meðal manna og húmanista (8)
8 Sendum dána á álmu hinna deyjandi (13)
9 Tímaritið Glanni: Akstursmál og annað gott (9)
10 Fann kuldalegt mannvirki er hún var til sjós (7)
17 Sá spænir spaðann (13)
20 Horfa ekki í að afhenda augnablik milli eyktamarka (9)
22 Stríða fyrir stressaða (7)
25 Féll þar Íslendingur fyrir hægfara útlending? (7)
28 Skutla þú sprækum kjaftakindum til síns heima (7)
29 Týpísk sturturöðd að syngja um snyrtivöru (7)
30 Unnur er nískupúki og glæpsamlegt vinnudýr (7)
32 Sami hundur hefur oft sést með Kára litla (5)
34 Þurrar á manninn en þó giska villtar (9)
38 Söngur um sauðamergi og líkamsvöxt (7)
39 Sjónvarpsþáttur rak sögu sjóræningja (7)
42 Sjáum eftir seinum (6)
43 Sjá ruglaðan roðann að utan (6)
45 Sætti mig við lélega limi (4)
46 Móta það minnsta aftanfrá (4)
47 Af fjörlegum flugskeytum (4)
48 Bæti Arnari frænda í vinahópinn (4)

LÉTT

8	3							
		5	4	3	7	1	2	
			5		9			3
				5	8	3	7	
9	8			6				
2		7	9					
		1					6	4
	2				5	8		
	6				1	7		

MIÐLUNGS

		4	3	7	5	9		6
		9				3		4
6	2			9		7		
	8					6		
		7	5		3			2
		1	6			5		
		5		4			7	
2					9			3
4					8			

ÞUNG

		5						6
						4		1
			4		9			
	1	3		8	5			7
				7		2		
6				9	2			3
3		1	5	9				
	9		7		6	3		2
			8			5		

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.

9	1	4	6	2	5	8	3	7
6	2	7	8	3	4	1	9	5
3	5	8	9	7	1	6	4	2
5	3	2	1	8	7	9	6	4
8	4	9	3	6	2	5	7	1
7	6	1	4	5	9	2	8	3
1	8	5	7	4	6	3	2	9
2	7	3	5	9	8	4	1	6
4	9	6	2	1	3	7	5	8

1	5	7	3	2	8	4	6	9
2	6	3	9	7	4	5	8	1
4	8	9	6	5	1	2	7	3
6	2	4	1	8	7	9	3	5
9	7	1	2	3	5	6	4	8
8	3	5	4	6	9	7	1	2
3	9	8	5	4	6	1	2	7
5	4	2	7	1	3	8	9	6
7	1	6	8	9	2	3	5	4

1	7	3	5	9	6	8	2	4
4	6	8	7	1	2	5	9	3
2	5	9	3	4	8	7	6	1
9	2	6	4	3	7	1	5	8
3	8	7	6	5	1	9	4	2
5	1	4	8	2	9	6	3	7
8	3	1	9	6	4	2	7	5
6	4	2	1	7	5	3	8	9
7	9	5	2	8	3	4	1	6

Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik

Lein átti leik gegn Daives í New York árið 1986.

1. Rxg5+! Dxg5 2. Bc2+ Kh8 3. He8+ Hxe8 4. Dxe8+ Bf8 5. Dxf8+ Dg8 6. Dh6+ 1-0.

EM taflfélaga lýkur í dag í Svartfjallalandi. Í dag fer fram Íslandsmót ungmenna í Breiðabliksstúkunni í Kópavogi. Teflt er um 10 Íslandsmeistaratitla.

www.skak.is: EM landsliða.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

ERFIÐ HÁLFSLEMMA Í SÖGNUM

Íslendingar hafa verið duglegir undanfarin ár að fara til portúgölsku eyjarinnar Madeira á þessum tíma árs (undan strönd norðvesturhluta Afríkuálfu) og hafa jafnan skipt tugum, ár hvert. Á þessu ári voru Íslendingar 35 talsins. Á meðal þeirra voru hjónin Hjördís Eyþórsdóttir og Magnús Ólafsson, sem eru búsett í Bandaríkjunum. Mótið er mjög fjölmennt og voru 188 pör í tvímenningnum og 86 í sveitakeppninni. Mótshaldarar hreykja sér af því að mótið sé sterkt og sótt af mörgum þjóðum. Alls voru 18 heimsmeistarar meðal þátttakenda (Hjördís var ein þeirra). Sterka parið Sveinn Rúnar Eiríksson og Magnús Eiður Magnússon gerði sér lítið fyrir og endaði í öðru sæti í tvímenningnum. Sveinn Rúnar og Magnús Eiður hafa áður náð góðum árangri á þessu móti og unnu til dæmis sigur í tvímenningskeppninni 2017 (auk þess sem Sveinn Rúnar vann sigur í sveitakeppninni 2013). Sveinn Rúnar er einnig aðaltengiliður Íslendinga og skipuleggur för þeirra á hverju ári. Spil dagsins er frá sveitakeppninni (úr 6. umferð). Þrátt fyrir að punktarnir séu ekki margir í AV er mögulegt að standa alslemmu í spaða. Austur var gjafari og NS á hættu.

Norður
♠ 104
♥ K742
♦ D8
♣ 98643

Vestur
♠ K8632
♥ 1098654
♦ ÁK
♣ -

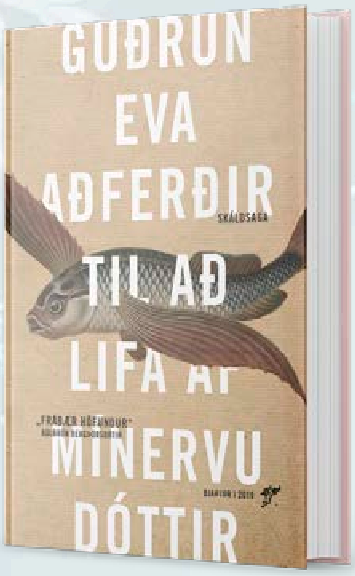
Austur
♠ ÁG95
♥ Á
♦ G10743
♣ D52

Suður
♠ D7
♥ G3
♦ 9652
♣ ÁKG107

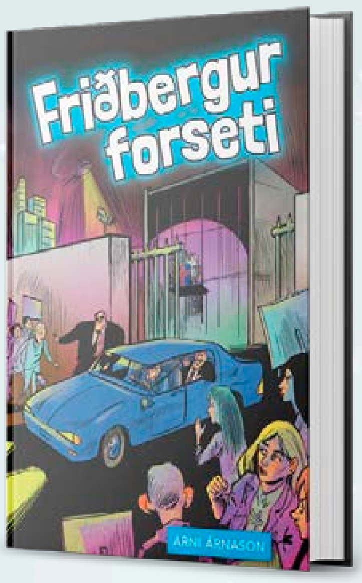
Þetta spil vakti verðskuldaða athygli, enda erfitt að ná spaðaslemmu í sögnum. Eftir líklegt sagngengi, hvað gerir vestur? Austur opnar 1♦, suður segir 2♣, vestur dobl, norður 3♣ og 2 pöss til vesturs. Hvað næst? Ef vestur velur 3♥ og austur segir frá spaðalit sínum, hvað gerir vestur þá? Einnig ef vestur velur gervisögnina 4♣ og austur segir 4♠? Vandamálið snýr helst að því að ná 6♠ í sögnum sem er auðvitað góður samningur. Margir enduðu í 4♠ í þessu spili.

nettó

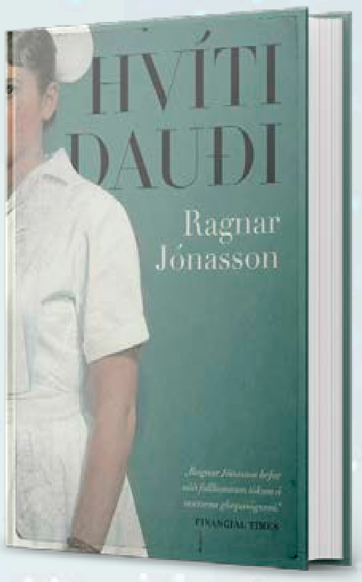
BÓKAJÓLIN BYRJA Í NETTÓ!



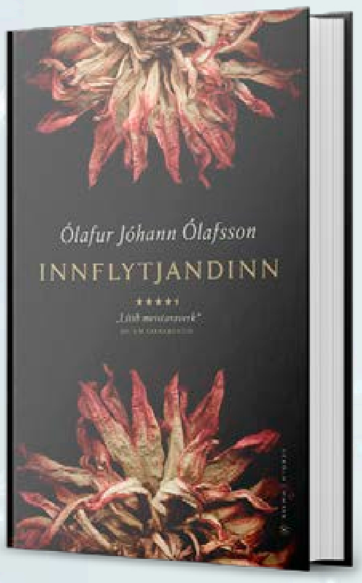
Aðferðir til að lifa af
4.549 kr.



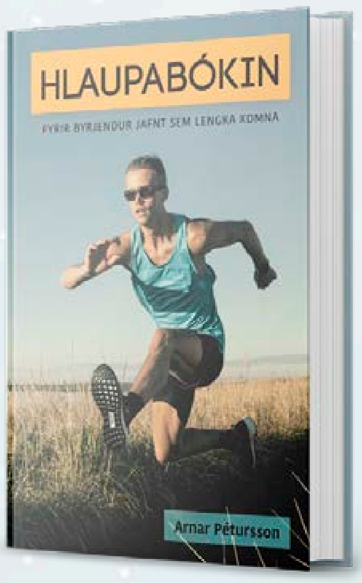
Friðbergur forseti
3.249 kr.



Hvítidauði
4.549 kr.



Innflytjandinn
4.549 kr.

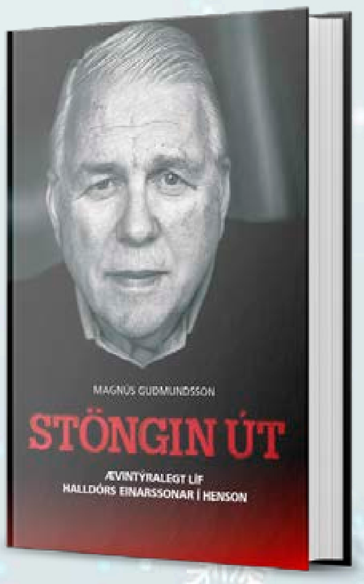


Hlaupabókin
4.549 kr.

Vængjaþytur vonarinnar
4.874 kr.

Urðarköttur
4.549 kr.

Þögn
4.549 kr.

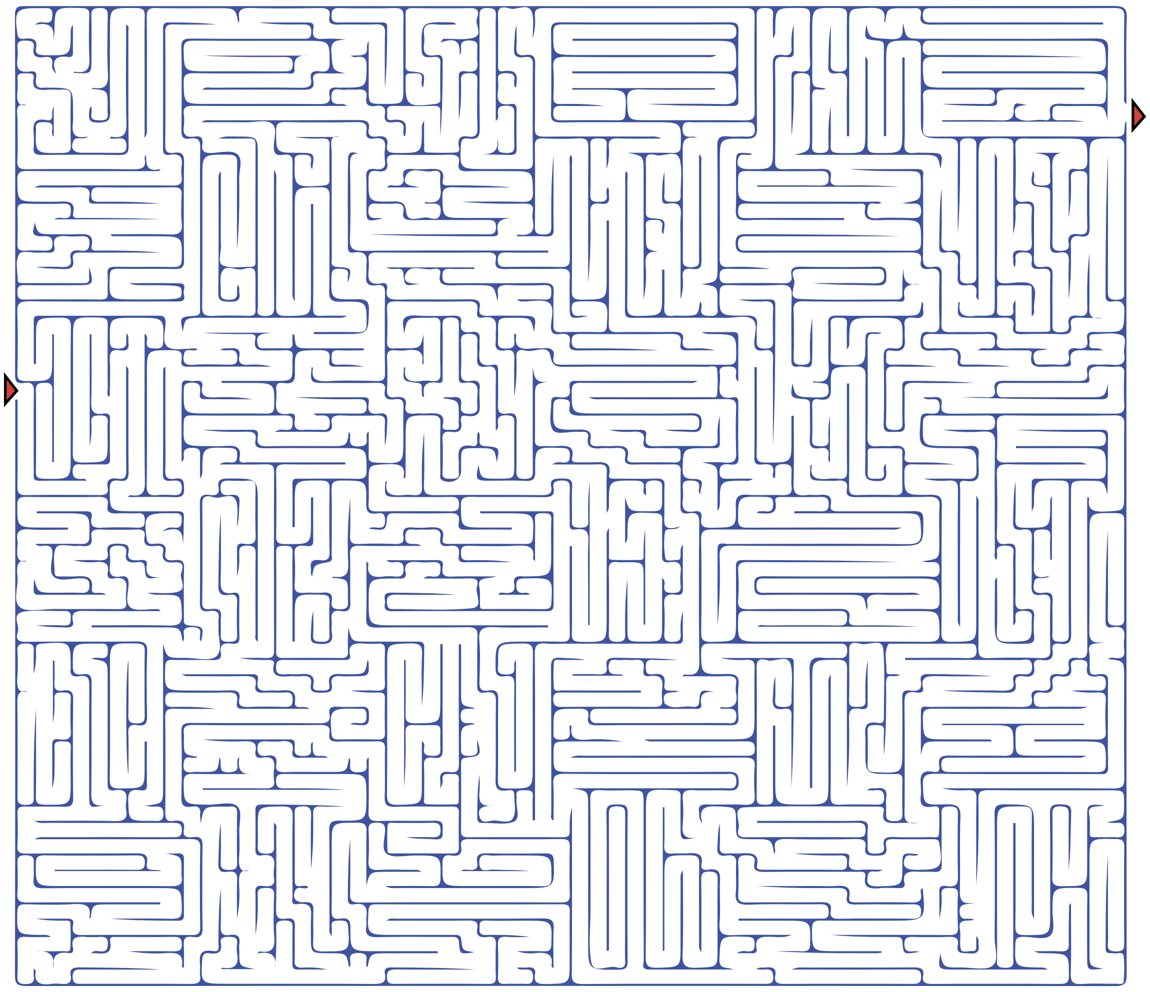


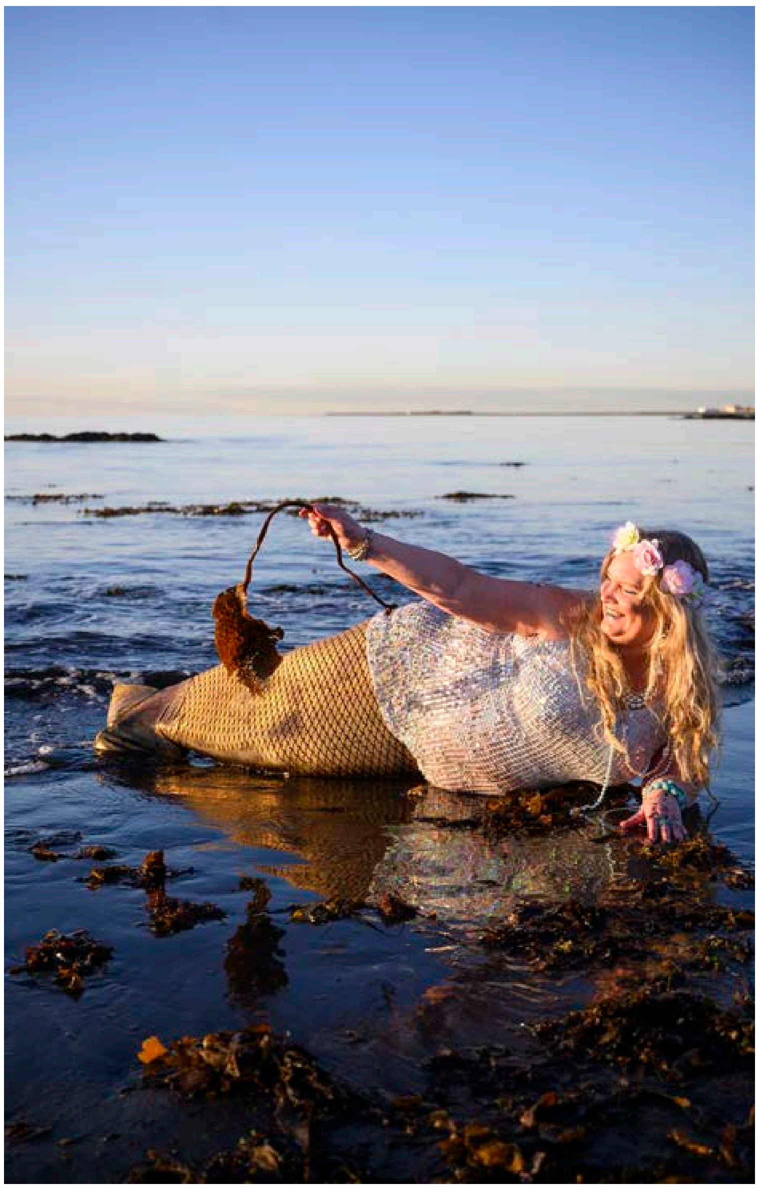
Stöngin út
4.874 kr.

Skuggasól
4.549 kr.

Tilboðsverð gilda 16. - 17. nóvember

KRAKKAR



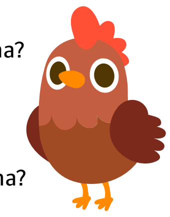


Elín í búningi Elsu hafmeyju leikur sér í flæðarmálinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Konráð og félagar á ferð og flugi 378

„Of sein, of sein,“ sagði Kata pirruð og hermdi eftir áhyggjurödd Konráðs. „Ég er búin að heyra þetta vel alveg nógu oft og nenni ekki að heyra það einu sinni í viðbót,“ bætti hún við. „En okkur liggur á,“ sagði Konráð biðjandi og bar sig aumlega. „Það gerir ekkert til að vera of sein,“ sagði Kata. „En það er gaman að reyna að komast í gegnum völundarhús,“ bætti hún við og bretti upp ermarnar. „Koma svo, inn með ykkur og reynið nú að týnast ekki. Ég finn réttu leiðina, sannið þið til,“ sagði Kata roggin um leið og hún arkaði inn í dimm göng völundarhússins.

Spurningar og svör



Af hverju fór kjúklingurinn yfir götuna? Til að komast yfir götuna.

Af hverju fór bóndinn yfir götuna? Til að leita að kjúklingnum sínum.

Af hverju fór risaeðlan yfir götuna? Það var fyrir tíma kjúklingsins.

Af hverju fór tyggjóið yfir götuna? Það var fast við fótinn á kjúklingnum.

Af hverju fór apinn yfir götuna? Það var banani hinum megin.

Af hverju fór froskurinn yfir götuna? Einhver hrekkjalómur hafði límt hann fastan við kjúklinginn.

Leikurinn

Skolli teiknar

Flestum þykir nógu erfitt að teikna með augun opin. Hvernig skyldi þá ganga þegar bundið er fyrir augun?

Þessi leikur getur verið skemmtilegur fyrir marga sem skiptast á að teikna og hinir fylgjast með. Handbrögðin geta orðið ansi forvitnileg hjá listamanninum þegar skyndilega vantar sjónina.

Nauðsynlegt er að hafa stórt blað að teikna á því ekkert má fara út fyrir.

Albest er krítartafla á vegg.

Einn er stjórnandi. Hann bindur fyrir augun á einum þátttakanda í einu og leggur fyrir hann hvað hann hann eigi að teikna. Það getur verið hús með dyrum og gluggum, reiðhjól, kisa, bókahilla, stórhyrnt naut, róla, ávaxtaskál – hvað sem er.

Hafmeyjarnar hjálpa til við björgunarstarfið

Söngleikurinn og námsefnið Ævintýri Sædísar skjaldböku er nýlega kominn út hjá Menntamálastofnun. Ævintýrið gerist í undirdjúpum sjávar. Á vefnum mms.is hafa allir aðgang að því endurgjaldslaust. Hægt er að velja „útgefið efni“ og slá nafn söngleiksins þar inn.

Barnakór Fossvogsskóla og ellefu einsöngvarar úr Fossvogs- og Snælandsskóla syngja lögin en höfundur texta og tónlistar er Elín Halldórsdóttir tónlistarkennari. Hún lýsir hér efninu í nokkrum orðum.

Sagan byrjar á því að Nonni trúðfiskur og Sædís skjaldbaka eru að leika sér í feluleik niðri í fjöru og Sædís smýgur inn í gróður. Þar festist plasthringur um hálsinn á henni og annar um fótinn. Þá hætta þau í feluleiknum og mikil barátta hefst við að losna við hringina. Þar koma margir við sögu, flestir góðir en aðrir ekki.

Hvert er hættulegasta dýrið í sjónum? Það er hákarlinn. Allir óttast Harald hákarl.

En hvert er hjálpfúsast? Nonni trúðfiskur sem er vinur Sædísar skjaldböku. Hann er alger hjálparhella og leggur mikið á sig við að reyna að bjarga henni. Hann fer í ferðalag með henni um djúpin til að leita að einhverjum sem getur losað hana úr plastinu. Þau hitta marga sem reyna að leggja þeim lið, þar eru skrautfiskar og hafmeyjar, þær eru níu talsins og eru kallaðar sírenurnar.

> HAFMEYJAR MEGA EKKI FARA UPP Í FJÖRU ÞVÍ ÞÁ GETA ÞÆR LENT Í SVO MIKLUM VANDRÆÐUM. FÓLK VILL NEFNILEGA VEIÐA ÞÆR OG RANNSAKA ÞÆR OG SUMIR VILJA SETJA ÞÆR Í BÚR.

Hvort eru hafmeyjarnar vondar eða góðar? Þær eru góðar og hjálpa til við björgunarstarfið. Elsa hafmeyja fer með Nonna og Sædísi upp í fjöru að finna Krabba kló sem getur bitið sundur plasthringina. Svo kemur pabbi hennar og sækir hana.

Af hverju kemur pabbi hennar? Hafmeyjar mega ekki fara upp í fjöru því þá geta þær lent í svo miklum vandræðum. Fólk vill nefnilega veiða þær og rannsaka þær og sumir vilja setja þær í búr.

Hver er boðskapurinn í verkinu? Hann er sá að vernda hafið og hætta að henda plasti í það svo lífverurnar þar séu ekki í hættu staddar.

Fyrsti rafdrifni jepplingurinn.
Drægi 449 km*.

Nýr 100% rafdrifinn Hyundai KONA er fyrsti rafdrifni jepplingurinn á markaðnum. *Hann hefur eitt mesta drægi bíla í þessum stærðarflokki eða 449 km samkvæmt nýjum WLTP mælingum. Meðal búnaðar í nýjum Hyundai KONA er skynvæddur hraðastillir, sjálfvirk neyðarhemlun, sjónlínuskjár sem varpar upplýsingum um hraða og leiðsögn í framrúðu, Krell hljóðkerfi og margt fleira.

Opið í dag frá 12–16

HYUNDAI

Hyundai KONA 100% rafbíll, 2WD.
Verið velkomin í reynsluakstur.

Hyundai | Kauptúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

5 ÁRA ÁBYRGÐ ÓTAKMARKAÐUR AKSTUR

8 ÁRA RAFHLÖÐU ÁBYRGÐARTRYGGING

Hyundai býður viðskiptavinum sínum upp á eina víðtækustu ábyrgð sem völ er á. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur. Að auki fylgir öllum Hyundai rafbílum 8 ára eða 200.000 km ábyrgð á aðal rafhlöðu bílsins.

ENNEMM / SÍA / NM96694

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Staður	Lágmark °C	Hámark °C	Vindátt
Reykjavík	3	4	↑
Ísafjörður	0	10	↑
Akureyri	1	5	↗
Egilsstaðir	-1	1	↑
Kirkjubæjarkl	0	1	↗
Hveravellir	-5	5	↑

Suðvestan 5-10 sunnan og vestan til, og stöku skúrir eða él. Sunnan 8-15 með rigningu fyrir austan, en úrkomuminna norðaustan til. Hiti 0 til 6 stig. Suðvestan 5-13 á morgun og dálítil él, en léttir til um landið austanvert og kólnar í veðri.

BANNER-UP STANDAR

Ódýr og einföld leið til að kynna þína vöru.

XPRENT HÖNNUN OG MERKINGAR
Sundaborg 3
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.is

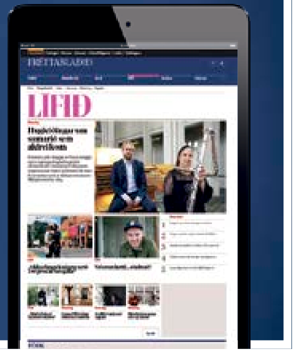
Slakaðu á með Slökun

Einkenni magnesíum-skorts
- Lítil orka
- Þróttleysi
- Veik bein
- Hormóna ójafnvægi
- Svefntruflanir
- Vöðvakrampar, kippir og spenna
- Kölkun líffæra
- Óreglulegur hjartsláttur
- Kvíði
- Streita
- Pirringur

Mamma Veit Best HREIN HEILSA
www.mammaveitbest.is

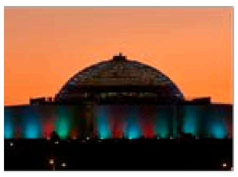
LÍFIÐ ER Á FRETTABLADID.IS

Lífið á frettabladid.is fjallar um fólk, menningu, tísku, heilsu og margt fleira.



Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook

Reykjavík

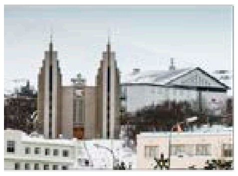


	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
°C	2 | 3	3 | 7	4 | 5	-1 | 2	0 | 3
Vindátt	→	←	←	↖	←

Ísafjörður

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
°C	-3 | 4	-3 | 2	-1 | 2	-5 | 2	-6 | 2
Vindátt	↗	↖	↑	↑	↑

Akureyri



	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
°C	-1 | 3	-11 | 1	-6 | 1	-10 | 1	-4 | 1
Vindátt	↗	↑	↑	↑	↑

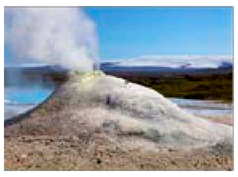
Egilsstaðir

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
°C	-3 | 4	-8 | 1	-1 | 1	-2 | 1	0 | 1
Vindátt	↑	↑	↙	↓	↑

Kirkjubæjarklaustur

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
°C	-1 | 3	2 | 7	3 | 6	-3 | 3	0 | 2
Vindátt	↘	←	↙	↘	↘

Hveravellir



	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
°C	-9 | 6	-4 | 4	-1 | 6	-8 | 3	-4 | 1
Vindátt	↑	↑	↗	→	↗

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

ego dekor

Ego Dekor - Bæjarlind 12 - www.egodekor.is - S: 544 4420
Opið mán - fös: 10.00 - 18.00. Lau: 10.00 - 16.00

ROCO VEGGHENGDAR EININGAR – 4 Litir

BREIDD: 112,5cm

KYNNINGARVERÐ: 28.000,-

BREIDD: 75cm

KYNNINGARVERÐ: 19.900,-

BREIDD: 37,5cm

KYNNINGARVERÐ: 12.900,-

ENDALAUSIR MÖGULEIKAR

INFINITY VEGGHENGDAR EININGAR FRÁ LC ITALIA
í MÖRGUM LITUM OG STÆRÐUM

VEGGEINING
Oxide og hvítt háglans
Breidd: 138cm
KYNNINGARVERÐ: 24.900,-

VEGGEINING – cement
Stærð: 55X50cm
KYNNINGARVERÐ: 18.900,-

VEGGEINING - hvítt háglans
Breidd: 210cm
KYNNINGARVERÐ: 45.000,-

OPIN BOX 2.stk sett - hnota
KYNNINGARVERÐ: 17.800,-

PLATA OFAN Á EININGU - Hnota
KYNNINGARVERÐ: 12.900,-

ORLANDO HORNSÓFI
Stærð: 314X210cm
Verð: 268.000,-

CIRO STÓLL
TILBOÐSVERÐ: 19.600,-

DELTA STÓLL
TILBOÐSVERÐ: 17.910,-

BENITO STÓLL
TILBOÐSVERÐ: 22.050,-

STÆKKANLEGT BORÐ – hnota

Stærð: 160(248)X100cm
~~Verð: 209.000,-~~
TILBOÐSVERÐ: 188.100

Stærð: 200(288)X110cm
~~Verð: 229.000,-~~
TILBOÐSVERÐ: 206.100,

Ego Dekor - Bæjarlind 12 - www.egodekor.is - S: 544 4420
Opið mán - fös: 10.00 - 18.00. Lau: 10.00 - 16.00

Ragnheiður segir algeran draum að fá að sýna í gamla Borgarbókasafninu. „Ég á svo gleðilegar minningar frá þessum slóðum.“ FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Hafði ekki séð aðra eins höll

Ragnheiður Jónsdóttir myndlistarmaður opnar sýningu í dag á verkum sínum í Villa Frida – sem er upprunalega nafnið á gamla Borgarbókasafnshúsinu við Þingholtsstræti 29a. Sýninguna kallar hún Þú vaknar að morgni.

Listakonan Ragnheiður Jónsdóttir stendur rétt innan við dyrnar á gamla Borgarbókasafninu í Þingholtunum. Hún er með vasaljós sem hún beinir að sonum sínum tveimur sem eru að koma fyrir stórri og glæsilegri mynd vinstra megin við innganginn. „Ég var með þessa mynd á fyrstu sýningunni með kolateikningum árið 1990 og hef ekki sýnt hana síðan. Hún heitir Síðasta blómið,“ segir listakonan og bætir við að verkin á þessari sýningu séu sambland frá öllum tímaskeiðum, bæði grafík og kolateikningar.

Þótt arkitektúr Einars Erlendssonar arkitekts sé samur við sig í húsinu er það allt steypugrátt að innan. Enn er eftir að tengja ljósin á neðri hæðinni þegar mig ber að garði en Ragnheiður segir þau verða komin fyrir sýningaropnun og kveðst ekki hafa hikað þegar henni bauðst að sýna í þessu flotta húsnæði, þó að það sé á byggingarstigi. Við höldum upp gamla snúna stigann með virðulegum handriðunum. Þó að Ragnheiður sé 86 ára er hún létt í spori. Staðnæmumst við tvær myndir sem hún kveðst hafa verið með á samsýningu úti í Danmörku 1969, í fyrsta skipti sem hún sýndi erlendis. „Önnur minna mynda birtist í blaði með krítík um sýninguna, ég ætlaði ekki að trúa mínum eigin augum.“ Næsta stopp er við svarthvíta grafíkmynd. „Þessi er frá 1970, þá var ég í París að læra að setja lit í grafík. Hún heitir Sumarið 70 og þarna er ég strax farin að vekja athygli á menguninni.“

Margt sem konur upplifa

Staða kvenna hefur verið Ragnheiði hugleikin. Konan með tertuna er dæmi um það. Þó að hún sé reist, þá sér hún ekkert, tertan, sem er hennar kóróna, veldur því. „Þessi mynd heitir Deluxe and delightful, upplýsir Ragnheiður. Fleiri myndir eru í sama anda. „Það er margt sem konur upplifa og kringum þessar myndir voru heilmiklar vangaveltur. Þær eru frá 1979,“ segir hún og næst snúum við okkur að seríu með bókamyndum sem gerð er með grafík. „Þessar eru frá 80 og 81. Ég spyr karlmann: Hvað er líkt með konu og bók? – Þér finnst hún álitleg, þú festir þér hana, þú strýkur hana, þú sekkur þér ofan í hana, þér finnst hún frábær, þú setur hana í efstu hillu svo allir fái að sjá hana. Svo einn góðan veðurdag finnst þér hún algerlega innantóm, andlaus skrudda og þú losar þig við hana og lánar hana öðrum.“

VÖLUSPÁ HEFUR ALLTAF HEILLAÐ MIG FRÁ ÞVÍ ÉG KYNNTIST HENNI Í SÖGUTÍMUM Í VERSLÓ. ÉG GERÐI SERÍU ÚT FRÁ HENNI 91-92, ÞAR ER MIKILL DÓMUR UPP KVEÐINN.

Ertu fráskilin? Er það fyrsta sem mér dettur í hug eftir þessar útskýringar.

„Nei, nei. Því miður dó maðurinn minn fyrir næstum sex árum, hann hét Hafsteinn Ingvarsson og var tannlæknir en hafði sönginn sem áhugamál. Hann varð 81 árs og hætti bara að vinna þremur mánuðum áður en hann dó. Varð aldrei skjálfhentur, hugsaðu þér hvað hann var lánsamur. Ég hitti hann í Versló, Þar sat hann á aftasta bekk, ári seinna vorum við orðin par og vorum saman það sem eftir var. Giftum okkur tveimur dögum eftir að við útskrifuðumst sem stúdentar, fórum í skólaferðalag, með bekknum til allra hinna Norðurlandanna, sem var líka okkar brúðkaupsferð. Fjórum mánuðum seinna fæddist fyrsti sonurinn. Þannig að maður skipulagði tímann vel!“ segir Ragnheiður brosandi.

Konan með tertuna er meðal þekktustu mynda Ragnheiðar.

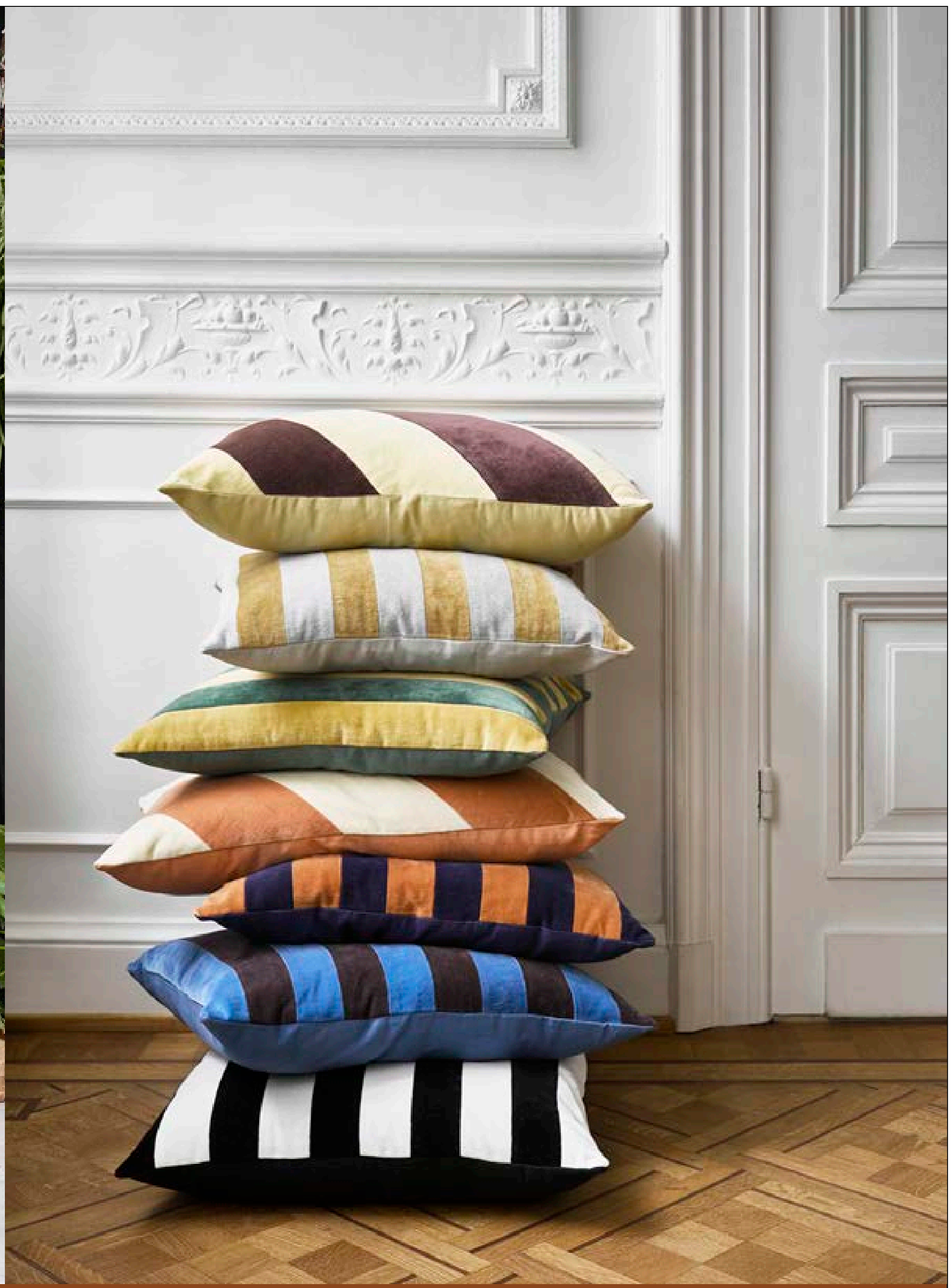
Mikill dómur upp kveðinn

Við erum komnar að glugga á efri hæðinni og lítum út. „Grundarstígurinn hér við hliðina er dásamlegur partur af mínu lífi, þar voru bæði Verslunarskólinn og Handíðaskólinn sem ég byrjaði á kvöldnámskeiðum í þegar ég var 17 ára. Ég bjó hjá móðurbróður mínum og fjölskyldu í Þingholtsstræti 21 svo það var stutt að fara. Þá gekk ég alltaf fram hjá þessu húsi sem við erum í núna. Ég var alin upp austur í Þykkvabæ og þó að það væri heilmikill bær á þeim tíma hafði ég ekki séð aðra eins höll. Það er því alger draumur að fá að sýna hér. Ég á svo gleðilegar minningar frá þessum árum.“

Í sal á neðri hæðinni er risastór kolamynd Ragnheiðar á einum vegg og nýtur sín vel. „Ég dvaldi í Norrænu listamiðstöðinni úti í Finnlandi 1993, það var yndislegt og ég fékk þar flotta vinnustofu, þá gerði ég svo stórar myndir án þess eiginlega að átta mig á því. Ég hef aldrei getað sýnt þessa,“ segir hún.

Húmtjöld heita tvær háar myndir í einni stofunni og í annarri er meðal annars sex mynda sería úr Völuspá. „Völuspá hefur alltaf heillað mig frá því ég kynntist henni í sögutímum í Versló. Ég gerði seríu út frá henni 91-92, þar er mikill dómur upp kveðinn,“ segir Ragnheiður.

Nú þokumst við nær útidyrum og áður en ég kveð tekur Ragnheiður fram að sýningin verði opnuð í dag, laugardag, klukkan 16 og standi í hálfan mánuð. „Það eru allir velkomnir, ég ætla að vera hér sem mest, allan tímann, og hafa gaman af að spjalla við þá sem líta inn. Viltu koma þeim skilaboðum áfram að fólk er beðið að taka með sér gesti!“



Full búð af nýjum vörum – Nýjar sendingar frá; HK Living, Cozy Living, Jakobsdals og Hibsch Interior

HK Living bekkur
kr. 75.800

Blómapottar kr. 8.700 / 10.600

VOLUSPA

Frábært úrval af VOLUSPA
ilmkertum og híbýlailmum

Rattan Egg stóll
kr. 106.900

Keramik vasi
kr. 4.400

Roman vasi
kr. 9.600

Abstract head
kr. 6.400

ÆVINTÝRALEGT ÚRVAL AF
FLOTTUM PÚÐUM

Dimond Borstofuborð
200x100 cm
kr. 248.800

Rugged motta
170x240 kr. 52.700 / 200x300 kr. 75.200

Sky sófaborð Ø 89 cm
kr. 52.400

Lesley gólflampi kr. 32.400

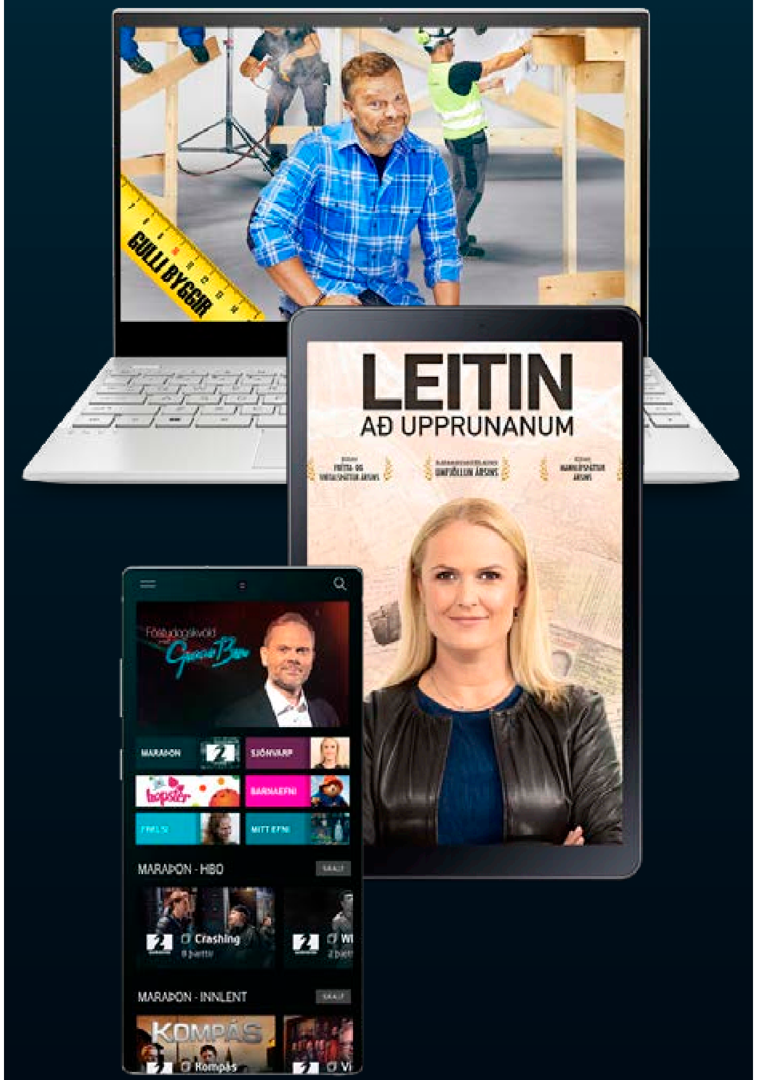
LÍNAN

BÆJARLIND 14 - 16 | 201 KÓPAVOGI
SÍMI 553 7100 | LINAN.IS f / linanehf / linan.is
Opið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16

Stærsta efnisveita með íslenskt sjónvarpsefni

Vandað íslenskt sjónvarpsefni, nýjustu erlendu þáttaraðirnar, barnaefni með íslensku tali og hátt í þúsund kvikmyndir.

Verð aðeins
3.990 kr./mán.



2 MARAÞON

Tryggðu þér áskrift
stod2.is | 1817

Eva María, Rósa og Óskar. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Baráttan við skammdegið

Eva María Jónsdóttir, Rósa Þorsteinsdóttir og Óskar Jónasson ákváðu að gera skuggahlið jólanna skil í fjölskyldubók.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Skuggahliðin jólanna er safn kvæða og sagna en efnið er hljóðritað eftir nafngreindu fólki á liðinni öld og varðveitt í þjóðfræðasafni Stofnunar Árna Magnússonar í íslenskum fræðum. Eva María Jónsdóttir, starfsmaður Árnastofnunar, og Rósa Þorsteinsdóttir þjóðfræðingur tóku efnið saman og Óskar Jónasson gerði teikningar sem prýða bókina.

„Hugmyndin kviknaði þegar við Óskar vorum að vinna að Dans vil ég heyra, lítilli kvæðabók fyrir börn með sagnadönsum, þulum og vísum. Þá var ég í samstarfi við Rósu vegna texta sem er að finna á upptökum í þjóðfræðasafninu. Hún hafði þá þegar opnað augun fyrir gamla jólaefninu og sérstöðu þess og það kom upp úr dúrnum að okkur langaði báðar til að sýna fólki að jólin hafa ekki alltaf verið skínandi allsnægtir sem kaupa má fyrir fé. Við fórum síðan að vinna að bókinni nokkrum árum seinna,“ segir Eva María. „Efnið í þessari bók er allt til í þjóðfræðasafni Árna Magnússonar í íslenskum fræðum. Við hlustuðum á upptökur og völdum efni sem fjallar um jólin og baráttuna við skammdegið.“

„Fæst af því sem er í bókinni hefur verið til á prenti. Ýmsar sögur í bókinni eru þó til í öðrum tilbrigðum í þjóðsagnasöfnum, en við prentum sögurnar eins og þær eru sagðar á hljóðupptökum, og setjum orðskýringar við það sem er illskiljanlegt flestum börnum,“ segir Rósa.

„Með þessari bók viljum við minnast fyrri tíma þegar jólin voru stórhættulegur tími. Gríðarlega örlagaríkur og allt mögulegt gat gerst,“ segir Eva María. Rósa bætir við: „Þetta er árstíminn þegar sólin fer og til verður tímabil óvissu og vættir fara á kreik.“

Í ermabættum kjól

Eva María segir bókina ekki endilega vera einungis fyrir börn. „Við sáum fyrir okkur að bókin skapaði tækifæri til samveru.“ Óskar tekur í sama streng: „Þetta er góð bók fyrir fullorðna að lesa fyrir börn og með börnum. Þarna er margt sem má útskýra og þótt orðskýringar fylgi þá má örugglega fara dýpra ofan í margt og ræða jólin í gamla daga.“ Rósa bætir við: „Það má til dæmis benda á fátæktina og hvað það var mikils virði fyrir fátækt fólk að geta gert sér einhvern dagamun.“

„Jólin eru að verða hálfgerður hryllingur með gjafaflóði og sukki. Það er hollt að líta til baka og sjá hvernig jólin voru og reyna að finna einhvern milliveg,“ segir Óskar. „Og vera í ermabættum kjól, sem er ótrúlega fallegt. Ég vona að sem flestir fái ermabættan kjól um jólin,“ segir Eva María.

Hin ljóta hlið jólanna

Um myndskreytingar sínar segir Óskar: „Ég hafði mjög gaman af að myndskreyta efnið. Það var skemmtilegt að rýna í þessa texta og sjá fyrir sér kringumstæðurnar og uppgötva hina ljótu hlið jólanna. Annars er ég ekki mikill aðdáandi jólanna. Mér finnst alltaf vera jól, við höfum alltaf allt til alls.“

> **VIÐ HLUSTUÐUM Á UPPTÖKUR OG VÖLDUM EFNI SEM FJALLAR UM JÓLIN OG BARÁTTUNA VIÐ SKAMMDEGIÐ.**

„Ég hef einu sinni ákveðið að sleppa jólunum og það var þegar ég var 24 ára. Þá fór ég af landi brott og reyndi að komast hjá tilstandinu. Það læknaði mig af jólaflótta,“ segir Eva María. „Ég hef tekið jólin í sátt en er alltaf að leita að þessum djúpstæða kjarna þeirra.“ Eva María reynist vera mesta jólabarnið af þeim þremur því Rósa segist aldrei hafa verið sérstakt jólabarn.

Spurð um uppáhaldsefni sitt í bókinni nefnir Eva María Barnagælu sem hefst svo: Heitan blóðmör hæ, hangikjöt ég fæ ... „Ég elska þá vísu og myndin sem Óskar gerði við hana finnst mér ná kjarngóðri stemningu úr fortíðinni.“

„Mér finnst mjög skemmtileg þulan um drenginn Drjólann og allt sem hann getur búið til úr þremur álnum af vaðmáli, meira að segja kjálkaskjól handa kettinum og möttul handa músinni,“ segir Rósa.

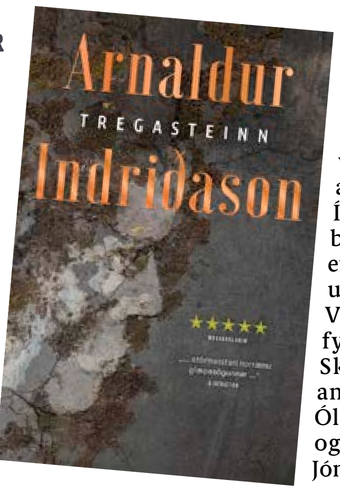
„Ég hef gaman af þessu öllu saman en vil nefna kýrnar sem gerðu manninn vitlausan. Smávísur eru svo margar ansi skondnar,“ segir Óskar.

Arnaldur á toppnum

Ekki kemur á óvart að sjá Tregastein eftir Arnald Indriðason í fyrsta sæti metsölulista Eymundsson. Það er heldur ekkert furðulegt að Þögn, ný bók Yrsu Sigurðardóttur, skuli hlamma sér í annað sætið. Konungur og drottning glæpasagnanna hér á landi eiga örugglega eftir að halda sér á toppnum í þessari jólabókavertíð líkt og þeim fyrri.

Í þriðja sæti er Þinn eigin tölvuleikur eftir Ævar Þór Benediktsson. Tilfinningabyltingin eftir Auði Jónsdóttur er í fjórða og því fimmta er Hnífur, glæný glæpasaga eftir Jo Nesbø þar sem lögreglumaðurinn Harry Hole glímir við erfiðasta málið á sínum skrautlega ferli.

> **KONUNGUR OG DROTTNING GLÆPASAGNANNA HÉR Á LANDI EIGA ÖRUGGLEGA EFTIR AÐ HALDA SÉR Á TOPPNUM.**



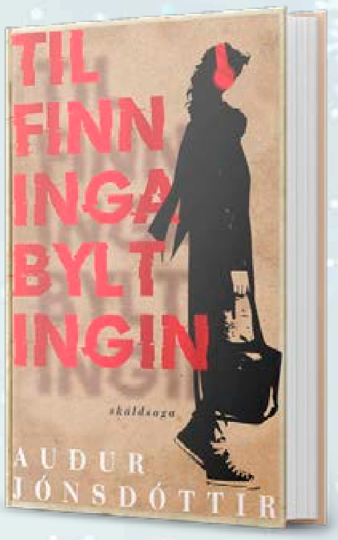
Um tímann og vatnið eftir Andra Snæ Magnason sem lengi vermdi fyrsta sæti listanns er nú í því sjötta. Í sjöunda sæti er Systa bernskunnar vegna eftir Vigdísi Grímsdóttur og í því áttunda er Vigdís, barnabókin um fyrsta kvenforsetann. Skáldsagan Innflytjandinn eftir Ólaf Jóhann Ólafsson er í níunda sæti og Hvítidauði Ragnars Jónassonar í því tíunda.

netto

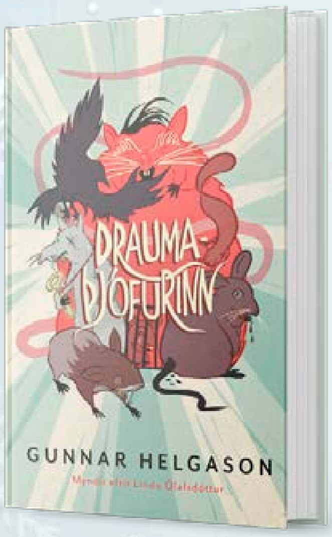
LESUM SAMAN UM JÓLIN!

Um tímann og vatnið
3.849 kr.

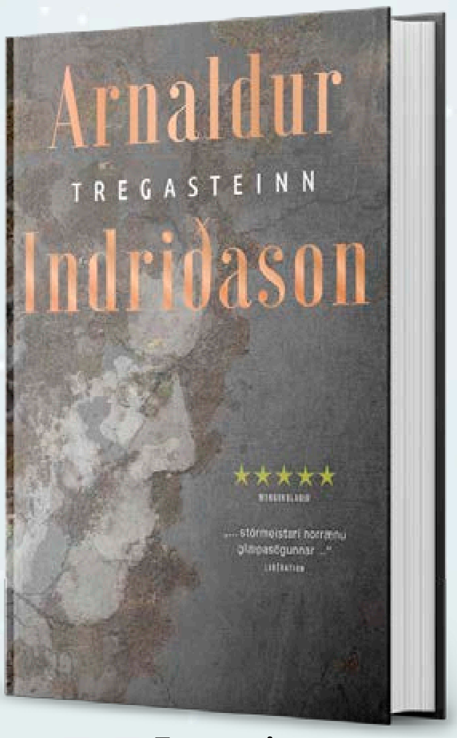
Fjallaverksmiðja Íslands
3.499 kr.



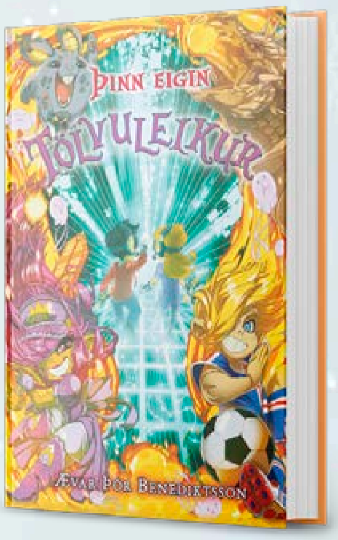
Tilfinningabyltingin
4.899 kr.



Draumaþjófurinn
3.499 kr.



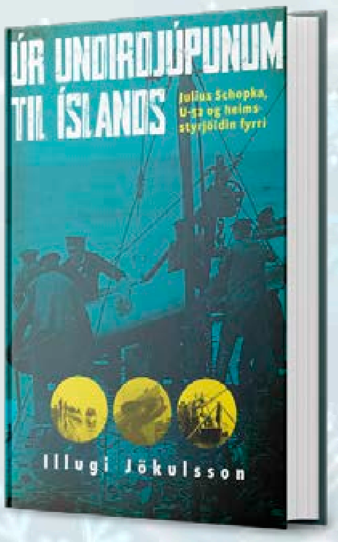
Tregasteinn
4.549 kr.



Þinn eigin tölvuleikur
3.499 kr.

Flugvélar á Íslandi, gamlar og nýjar
6.999 kr.

Hárbókin
3.989 kr.



Úr undirdjúpunum til Íslands
4.899 kr.

Tilboðsverð gilda 16. - 17. nóvember

Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

16. NÓVEMBER 2019

Myndlist

Hvað? Tilvist og Thoreau
Hvenær? 15.00
Hvar? Listasafn Árnesinga
Höfundar listaverkanna eru Hildur Hákonardóttir, Elín Gunnlaugsdóttir og Eva Bjarnadóttir.

Hvað? Málverkasýning
Hvenær? 15.00
Hvar? Laugavegur 74
Myndlistarmennirnir Sigurður Þórir Sigurðsson og Sigurður Magnússon opna sýningu.

Hvað? Umpottun
Hvenær? 15.00-18.00
Hvar? Gallery Stokkur, Stokkseyri
Viktor Pétur Hannesson sýnir myndir sem byggja á grafík og jurtalitun.

Hvað? Verndarvættir Íslands
Hvenær? 15.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg
Sigrún Úlfarsdóttir opnar sýningu.

Orðsins list

Hvað? Kvæðastund í pottinum
Hvenær? 10.00-11.00
Hvar? Vesturbæjarlaug
Kvæðamannafélagið Iðunn og Vesturbæjarlaug fagna degi íslenskrar tungu.

Hvað? Skáldaskápur
Hvenær? 15.00
Hvar? Bókasafn Reykjanesbæjar
Eygló Jónsdóttir rithöfundur og ljóðskáld úr Vogunum stígur fram.

Hvað? Pastel – ritröð fagnað
Hvenær? 16.00-17.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu 2
Höfundar eru Áki Sebastian Frostason, Brynhildur Þórarinsdóttir, Haraldur Jónsson, Jónína Björg Helgadóttir og Þórður Sævar Jónsson.

Tónlist

Hvað? Ör-lög – Ör-tónleikar
Hvenær? 11.30, 13.30 og 15.30
Hvar? Fjóshellir við Ægisíðu, Bókakaffi á Selfossi og Listasafn Árnesinga.
Kammerkór Suðurlands syngur. Stjórnandi Hilmar Örn Agnarsson. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Frá endurreisn til rómantíkur
Hvenær? 14.00
Hvar? Hallgrímskirkja
Kór tónlistardeildar LHÍ, Camerata, ásamt fleirum flytur fjölradda tónlist. Aðgangur er ókeypis og allir hjartanlega velkomnir!

Hvað? Frönsk kaffihúsatónlist
Hvenær? 16.00-18.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg
Unnur Sara Eldjárn syngur, við píanóið er Þórður Sigurðarson.

Camerarctica: Aladár Rácz, Hrafnhildur Árnadóttir Hafstað, Sigurður Halldórsson og Ármann Helgason.

Aðrir viðburðir

Hvað? Basar MS Setursins
Hvenær? 13.00-16.00
Hvar? Sléttuvegur 5, R.
Keramik, prjónavörur, glermunir, kerti, skart, viðarvörur og grjónahitapokar, svo eitthvað sé nefnt. Heitt súkkulaði og rjómavöfflur á vægu verði.

Hvað? Jólabasar Kvennadeildar
Hvenær? 13.00-16.00
Hvar? Rauði krossinn, Efstaleiti 9
Til sölu er íslenskt handverk, heimabakaðar tertur og annað góðgæti.

Eygló Jónsdóttir skáld kemur fram á Bókasafni Reykjanesbæjar.

Ráðstefna sem á erindi til mannauðsstjóra, stjórnenda skipulagsheilda og þeirra sem vilja auka árangur og eigin hæfni sem stjórnandi.

HEILSUVERND því hver dagur er dýrmætur
HAGVANGUR

Eðli vinnumarkaðarins er að taka miklum breytingum sem rekja má til fjórðu iðnbyltingarinnar og kynslóðanna sem starfa á vinnumarkaðinum í dag. Sú staðreynd, að aldrei fyrr hafa eins margar kynslóðir verið starfandi á sama tíma á vinnumarkaðinum, örar tæknibreytingar og sjálfvirknivæðing, hefur í för með sér krefjandi áskoranir fyrir flest fyrirtæki og stjórnendur.

Dagskrá ráðstefnu:

8:00-8:30
Móttaka og skráning gesta
8:30
Setning ráðstefnu og opnunarávarp:
Ráðstefnustjóri Hulda Bjarnadóttir, Marel
8:40
Samhristingur í boði Hagvangs
8:45
Fjórða iðnbyltingin. Hraðar tækniframfari í heimi upplýsingatækninnar og þróun starfa
Ægir Már Þórisson forstjóri Advania
9:05
Vinnumarkaðurinn og kynslóðirnar
Ragnar Þór Ingólfsson, formaður VR
9:30
Lærum af eldri kynslóðunum og skiljum og nýtum okkur hugmyndir nýrra kynslóða, til aukins árangurs og ánægju
Herdís Pála Pálsdóttir, framkvæmdastjóri rekstrarsviðs Deloitte
9:55 Kaffihlé
10:15
Orkupása í boði Hagvangs
10:20
Heilsa mannauðs, áskoranir og samanburður milli kynslóða
Teitur Guðmundsson, læknir og framkvæmdastjóri, Heilsuvernd
10:40
Sí- og endurmenntun, fræðsla og þjálfun starfsmanna í takt við mismunandi áherslur og þarfa mannauðs
Andrés Guðmundsson, mannauðsstjóri KPMG
11:00
Hvernig nýtist þjónandi forysta hjá árangursríkum fyrirtækjum og hvers vegna hentar þessi hugmyndafræði yngri kynslóðum?
Sigurbjörg R. Hjálmarsdóttir, MS, Háskólinn á Bifröst
11:20
Skiptir aldur máli í ráðningum?
Geirlaug Jóhannsdóttir og Gyða Kristjánsdóttir, Hagvangur
11:40
Samantekt og ráðstefnuslit
Ráðstefnustjóri Hulda Bjarnadóttir, Marel

Nánari upplýsingar um dagskrá og skráningu á hv@hv.is og á vefsíðu Heilsuverndar:
https://hv.is/radstefnur/kynslodastjornun-i-takt-vid-fjordu-idnbyltinguna/

Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

17. NÓVEMBER 2019

Myndlist

Hvað? Leiðsögn
Hvenær? 14.00
Hvar? Þjóðminjasafnið
Ívar Brynjólfsson ljósmyndari leiðir gesti um sýninguna: Með Ísland í farteskinu.

Hvað? Leikur með samhverfur
Hvenær? 14.00
Hvar? Safnahúsið við Hverfisgötu
Listasmiðja fyrir börn sem Unnur Mjöll S. Leifsdóttir myndlistarkona leiðir.

Hvað? Leiðsögn á pólsku
Hvenær? 15.00
Hvar? Þjóðminjasafnið
Í tilefni þjóðhátíðardags Póllands býður safnið leiðsögn á pólsku um grunnsýningu safnsins Þjóð verður til, Menning og samfélag í 1200 ár.

Hvað? Leiðsögn
Hvenær? 15.00
Hvar? Listasafn Árnesinga, Hveragerði
Hvert sækir Gústav Geir Bollason innblástur í verk sín? Hann gengur með gestum um sýninguna Heimurinn sem brot úr heild.

Hvað? Leiðsögn
Hvenær? 15.00
Hvar? Ásmundarsalur
Kristinn G. Harðarson ræðir vinnslu verka sinna í salnum og sýninguna í heild.

Hvað? Listamannaspjall
Hvenær? 14.00
Hvar? Sverrissalur Hafnarborgar
Olga Bergmann og Anna Hallin ganga með gestum um sýninguna Fangelsi.

Tónlist

Hvað? Tónleikar Kammermúsíkklúbbsins
Hvenær? 16.00
Hvar? Norðurljósasalur
Camerarctica kemur fram á tónleikum Kammermúsíkklúbbsins og leikur verk eftir Schubert, Farrenc og Brahms.

Hvað? Gangandi bassi
Hvenær? 17.00
Hvar? Kaldalón Hörpu
Útgáfutónleikar Tómasar R. sem flytur tónlist ásamt Óskari og Ómari Guðjónssonum og Sigtryggi Baldurssyni.

Hvað? Gustur um goluengi
Hvenær? 20.30
Hvar? Hof, Akureyri
Vísna- og þjóðlagatónlist í lágstemmdum stíl í meðförum hjónanna Elvýjar G. Hreinsdóttur og Eyþórs Inga Jónssonar og hljómsveitar. Miðaverð 3.500 kr.

Aðrir viðburðir

Hvað? Afmælishátíðar-guðsþjónusta
Hvenær? 11.00
Hvar? Fríkirkjan í Reykjavík
Forseti Íslands ávarpar kirkjugesti.

Hvað? Trú og tilvist í verkum Bubba
Hvenær? 11.00-13.00
Hvar? Grafarvogskirkja
Bubbi Morthens flytur tónlist í guðsþjónustu ásamt kór og heldur því áfram eftir messu. Guðmundur Andri Thorsson og Silja Aðalsteinsdóttir fjalla um trúarstef og tilvistarspurningar í verkum hans, milli laga.

FYRSTA FLOKKS

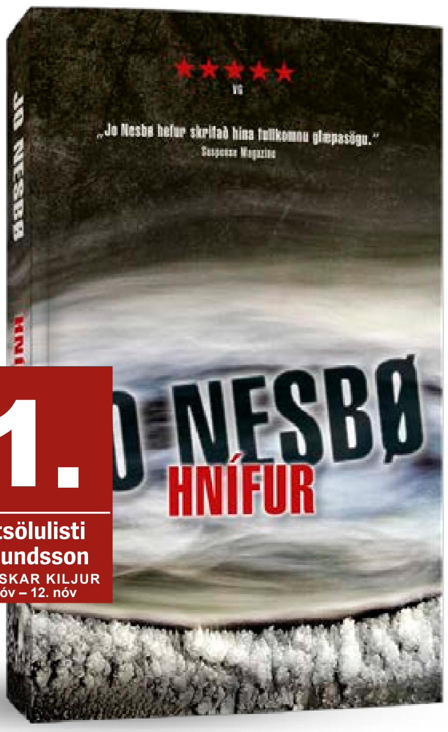
1\.
Metsölulisti Eymundsson
HEILDARLISTI
6\. nóv – 12. nóv

1\.
Metsölulisti Eymundsson
HANDBÆKUR
6\. nóv – 12. nóv

1\.
Metsölulisti Eymundsson
BARNABÆKUR
6\. nóv – 12. nóv

1\.
Metsölulisti Eymundsson
LJÓÐABÆKUR
6\. nóv – 12. nóv

1\.
Metsölulisti Eymundsson
UNGMENNABÆKUR
6\. nóv – 12. nóv



1\.
Metsölulisti Eymundsson
ÍSLENSKAR KILJUR
6\. nóv – 12. nóv

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10–19 | Laugardaga 11–16 | **www.forlagid.is**

DAGSKRÁ

Laugardagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Molang
07.19 Refurinn Pablo
07.24 Húrra fyrir Kela
07.48 Hæ Sámur
07.55 Nellý og Nóra
08.02 Hrúturinn Hreinn
08.09 Bubbi byggir
08.20 Djúpið
08.41 Bangsímon og vinir
09.03 Millý spyr
09.10 Friðþjófur forvitni
09.33 Hvolpasveitin
09.55 Ævar vísindamaður Líkaminn Í þessum þætti rannsakar Ævar líkamann. Við skoðum múmíur og hvernig hlutir eru aldursgreindir, vísindamaður þáttarins er Louis Pasteur, við veltum því fyrir okkur hvers vegna við þurfum að sofa og svo sýnir Adam úr Sprengjugengi HÍ hvernig maður notar vísindin til að rannsaka glæpi.
10.25 Skrekkur 2019
12.15 Kappsmál
13.05 Vikan með Gísla Marteini
13.45 Svikabrögð
14.15 Kiljan
15.00 Saga stuttpilsins
15.55 Jethro Tull: Thick as a Brick
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Disneystundin
18.01 Guffagrín
18.23 Llíló og Stitch
18.45 Landakort Þráinn Arthúrsson á Ísafirði smíðar leikfangavörubíla í bílskúrnum heima hjá sér. Hann sýnir okkur hvernig hann smíðar og hannar bílana og segir okkur frá fyrirmyndum þeirra. Börn leika sér með bílana.
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Rabbabari Bríet Í þessum fyrsta þætti kynnumst við Bríeti sem kom fram á sjónvarsviðið með hvelli fyrir rúmlega ári síðan. Við ræðum uppeldið, snöggan frama og reynum að finna köttinn sem týndi ólinni sinni.
20.00 Fólkið mitt og fleiri dýr
20.50 Bíóást. Nútíminn
22.25 Saklaus á flótta
00.00 Margin Call Veðkall Bandarísk spennumynd sem fylgir lykilfólki stórs fjárfestingabanka á Wall Street við upphaf efnahagshrunsins árið 2008. Þegar deildarstjóra áhættustýringarsviðs er sagt upp rekst undirmaður hans fyrir tilviljun á gögn, sem benda til þess að fjárhagur bankans sé að hruni kominn og uppi verður fótur og fit. Myndin var tilnefnd til Óskarsverðlauna árið 2012 fyrir besta handrit. Leikstjóri: J. C. Chandor. Aðalhlutverk: Zachary Quinto, Stanley Tucci og Kevin Spacey. e.
01.40 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

07.30 Nedbank Golf Challenge Bein útsending frá Nedbank Golf Challenge á Evrópumótaröðinni.
13.45 Golfing World Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
14.35 Mayakoba Golf Classic Útsending frá Mayakoba Golf Classic á PGA-mótaröðinni.
18.35 Inside the PGA Tour Skyggnst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni í golfi.
19.00 Mayakoba Golf Classic Bein útsending frá Mayakoba Golf Classic á PGA-mótaröðinni.
22.00 Nedbank Golf Challenge

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.55 Everybody Loves Raymond
12.15 The King of Queens
12.35 How I Met Your Mother
13.00 The Voice US
14.30 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 Time Traveler's Wife
22.05 G.I. Joe: The Rise of Cobra
00.05 Safe House
02.00 The Last Stand Eftir að hafa hætt í eiturlyfjadeild lögreglunnar í Los Angeles, eftir að misheppnuð lögregluaðgerð skildi hann eftir með eftirsjá og kvíða, þá er lögreglustjórinn Ray Owens fluttur frá borginni, og í rólegan lítinn bæ
03.45 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta: Ungir menn og gamlir
08.00 Morgunfréttir
08.05 Frá Orkneyjum og Hjaltlandi: Fornminjar og fiðluspil
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Völuspá
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: Íslensk djasstónlist
20.45 Fólk og fræði: Hlutabréfamarkaðurinn
21.15 Bók vikunnar: Vögguvísa
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Heimskviður
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

10.15 Victoria and Adbul
12.05 The Big Sick
14.05 Crazy, Stupid, Love
16.05 Victoria and Adbul
18.00 The Big Sick
20.00 Crazy, Stupid, Love
22.00 Adrift Myndin byggð á sannri sögu þeirra Tamiar Ashcraft og Richards Sharp sem hittust árið 1983 og féllu hvort fyrir öðru. Nokkrum mánuðum síðar, eða í október sama ár, tóku þau að sér að sigla 44 feta skútu, Hazana, frá Tahiti-eyju í Pólýnesíu til viðtakenda í San Diego, um 6.500 kílómetra leið yfir opið Kyrrahafið.
23.40 Hell or High Water
01.20 Kidnap
02.55 Adrift

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.25 Blíða og Blær
08.50 Stóri og Litli
09.00 Tappi mús
09.05 Heiða
09.30 Mæja býfluga
09.40 Mía og ég
10.05 Zigby
10.20 Latibær
10.45 Lína Langsokkur
11.10 Ninja-skjaldbökurnar
11.35 Friends
12.00 Bold and the Beautiful
13.20 Bold and the Beautiful
13.45 Drowning in Plastic
14.25 X-Factor Celebrity
15.40 Hvar er best að búa?
16.30 Um land allt
17.10 Föstudagskvöld með Gumma Ben
18.00 Sjáðu
18.28 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
19.05 Lottó
19.10 Top 20 Funniest
19.55 There's Something About Mary
21.50 Hunter Killer
23.30 The Equalizer 2
01.30 Death Wish
03.15 Gotti

STÖÐ 3

15.00 Friends
16.45 Friends
17.10 It's Always Sunny in Philadelphia
17.35 The Great British Bake Off
18.35 Um land allt
19.10 Blokk 925
19.35 Born Different
20.00 Masterchef USA
20.45 Grand Desings: House of the Year
21.35 Arrested Developement
22.10 Ballers
22.40 Bancroft
23.30 Gotham
00.15 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.10 Rúmenía - Svíþjóð
08.50 ÍR - Fjölnir
10.30 Keflavík - KR
12.10 Domino's Körfuboltakvöld karla
13.50 ÍBV - HK Bein útsending frá leik í Olís-deild karla.
15.40 PGA Special. Gary Player. Picture This
16.50 Rússland - Belgía
19.35 Norður Írland - Holland Bein útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.
21.45 Undankeppni EM - Mörkin
22.10 Formúla 1 2019: Brasilía - Tímataka
23.40 ÍBV - Fram Útsending frá leik í Olís-deild kvenna.

STÖÐ 2 SPORT 2

10.10 Finnland - Liechtenstein
11.50 **Rúmenía - Svíþjóð**
13.30 Undankeppni EM - Mörkin
13.55 Formúla 1. Brasilía - Æfing Bein útsending
15.00 Tyrkland - Ísland
16.50 Formúla 1 2019_ Brasilía - Tímataka Bein útsending.
18.30 Kýpur - Skotland
20.10 ÍBV - HK Útsending frá leik í Olís-deild karla.

STÖÐ 2 SPORT 3

13.50 Kýpur - Skotland Bein útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.
16.20 ÍBV - Fram Bein útsending frá leik í Olís-deild kvenna.

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

TILBOÐ Á VÖLDUM SÝNINGARBÍLUM

RAM

ERUM Í SAMNINGSSTUÐI

Jeep®

ALVÖRU JEPPAR - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

JEEP© WRANGLER

RUBICON
TILBOÐSVERÐ Á SÝNINGARBÍL
11.590.000 KR.

35", 37" OG 40" BREYTINGAR
VERÐ FRÁ 400.000 KR.

JEEP© GRAND CHEROKEE

TRAILHAWK
TILBOÐSVERÐ Á SÝNINGARBÍL
9.990.000 KR.

OVERLAND
TILBOÐSVERÐ Á SÝNINGARBÍL
10.990.000 KR.

33" OG 35" BREYTINGAR
VERÐ FRÁ 690.000 KR.

JEEP© RENEGADE

LIMITED
TILBOÐSVERÐ Á SÝNINGARBÍL
4.990.000 KR.

TRAILHAWK
TILBOÐSVERÐ Á SÝNINGARBÍL
5.490.000 KR.

JEEP© CHEROKEE

LONGITUDE OG LIMITED
TILBOÐSVERÐ Á SÝNINGARBÍL
7.490.000 KR. OG 7.990.000 KR.

TÖKUM GAMLA BÍLINN UPP Í NÝJAN

UMBOÐSAÐILI RAM OG JEEP© Á ÍSLANDI

RAM CREW CAB
VERÐ FRÁ ÁN VSK.: 6.967.745 KR.
VERÐ FRÁ M/VSK: 8.640.000 KR.

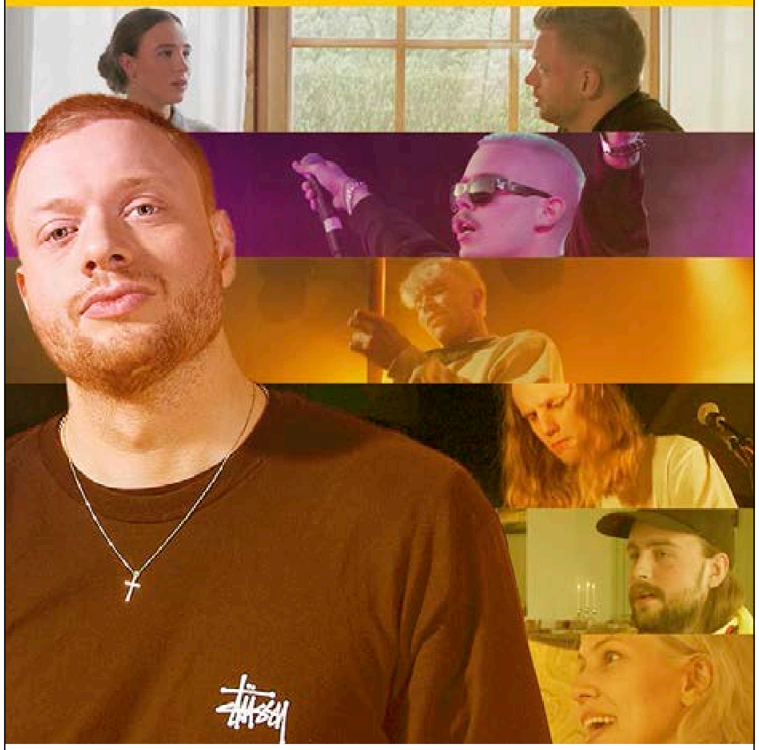
RAM MEGA CAB
VERÐ FRÁ ÁN VSK.: 7.911.290 KR.
VERÐ FRÁ M/VSK: 9.810.000 KR.

35", 37" OG 40" BREYTINGAR
VERÐ FRÁ ÁN VSK.: 322.581 KR.
VERÐ FRÁ M/VSK: 400.000 KR.

ISBAND

UMBOÐSAÐILI JEEP© OG RAM TRUCKS Á ÍSLANDI · ÍSLENSK-BANDARÍSKA
ÞVERHOLTI 6 · 270 MOSFELLSBÆR S. 534 4433 · WWW.ISBAND.IS
ISBAND@ISBAND.IS · OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 - LAUGARDAGA 12-16

Rabbabari



Laugardag kl. 19.45

Önnur þáttaröð úr smiðju RÚV núll í umsjón Atla Más Steinarssonar þar sem við kynnumst ferskasta fólkinu í rappsenunni og sjáum á þeim óvæntar hliðar en alltaf sannar.

RÚV okkar allra

SUNNUDAGS SÖGUR

Sunnudag kl. 12.40

Hrafnhildur Halldórsdóttir fær til sín góða gesti sem segja sögur úr lífi sínu, sögur sem á einhvern hátt hafa haft áhrif á líf þeirra og viðhorf.

RÁS 2 fyrst og fremst

DAGSKRÁ

Sunnudagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Begga og Fress
07.29 Lalli
07.36 Tulipop Sveppasvekkelsi
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 - Hin hirsla Jóakims Aðalandar
09.45 Krakkavikan
10.05 Njósnarar í náttúrunni
11.00 Silfrið
12.10 Lestarklefinn
13.05 Menningin - samantekt
13.35 Lamandi ótti Danskur þáttur þar sem rætt er við ungt fólk sem þjáist af fælni og fjallað um hvaða áhrif fælnin hefur á daglegt líf þeirra. e.
13.55 Matur og vísindi
14.50 Grikkland - Ísland Bein útsending frá leik Grikklands og Íslands í undankeppni EM kvenna í körfubolta.
16.50 Matarmenning
17.20 Á götunni
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar Ný útgáfa af Stundinni okkar þar sem krakkar eru þáttastjórnendur. Þátturinn samanstendur af fjölbreyttum smáseríum og við förum meðal annars á verkstæði þar sem ímyndunaraflið ræður ríkjum, sjáum krakkaútgáfu af spurningaþættinum Kappsmáli, kynnumst vísindunum á bak við ýmis hversdagsleg fyrirbæri og komumst að því hvað er fyndið.
18.25 Manndómsár Mikkos - Þriðja þrautin - skíðaganga
19.00 Fréttir og veður
19.20 Moldóva - Ísland Bein útsending frá leik í undankeppni EM karla í fótbolta.
22.00 Poldark Fimmta syrpa þessara vinsælu bresku þátta. Að Elizabeth látinni ákveður Ross Poldark að fara frá Westminster og verja tíma sínum með þeim sem standa honum næst.
23.00 Hann og hún Frönsk rómantísk gamanmynd um kvikmyndatónskáld sem ferðast til Indlands þegar honum býðst að semja tónlist fyrir indverska útgáfu af Rómeó og Júlíu. Þar hittir hann eiginkonu sendiherra Frakka í Indlandi og verður það upphafið að flóknu sambandi. Leikstjóri: Claude Lelouch. Aðalhlutverk: Jean Dujardin, Elsa Zylberstein og Christopher Lambert.
00.50 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

07.00 Nedbank Golf Challenge Bein útsending frá Nedbank Golf Challenge á Evrópumótaröðinni.
13.00 Volunteers of America Classic Útsending frá Volunteers of America Classic á LPGA-mótaröðinni.
15.05 Mayakoba Golf Classic Útsending frá Mayakoba Golf Classic á PGA-mótaröðinni.
18.05 Champions Tour Highlights Svipmyndir frá helstu mótunum í Champions Tour.
19.00 Mayakoba Golf Classic Bein útsending frá Mayakoba Golf Classic á PGA-mótaröðinni.
22.00 Nedbank Golf Challenge

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 Bluff City Law
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
17.55 The Kids Are Alright
18.20 Solsidan
18.45 Með Loga
19.45 A.P. BIO
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 The Walking Dead
00.45 Hawaii Five-0
03.00 MacGyver MacGyver er ungur maður sem er þekktur fyrir að leysa vandamál með ótrúlegum aðferðum. Byggt á samnefndum þáttum sem slógu rækilega í gegn á níunda áratugnum.

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Tríó Færeyjar og Grænhöfðaeyjar
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal: Veturliði Óskarsson, prófessor í íslensku
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnar: Bókasafn föður míns
11.00 Guðsþjónusta í Fríkirkjunni í Reykjavík
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Víðsjá
15.00 Skyndibitinn
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífinu. Rússnesk söngskemmtun
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Völuspá
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði
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

10.20 Trumbo
12.20 Stepmom
14.25 Sleepless in Seattle
16.10 Trumbo
18.10 Stepmom
20.15 Sleepless in Seattle
22.00 Land Ho!
23.35 The Neon Demon
01.30 Sicario 2: Day of the Soldado
03.30 Land Ho!

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.25 Blíða og Blær
08.50 Stóri og Litli
09.00 Dagur Diðrik
09.25 Mæja býfluga
09.35 Dóra og vinir
10.00 Latibær
10.25 Lukku-Láki
10.50 Ævintýri Tinna
11.15 Ninja-skjaldbökurnar
11.40 Friends
12.00 Nágrannar
13.20 Nágrannar
13.45 War on Plastic with Hugh and Anita
14.45 Masterchef USA
15.30 The Good Doctor
16.15 Ísskápastríð
16.55 60 Minutes
17.43 Víglínan
18.28 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.10 Hvar er best að búa?
19.45 The Great British Bake Off
20.50 Grantchester 4
21.40 Prodigal Son
22.30 Shameless
23.25 Temple
00.10 StartUp
00.55 Watchmen
01.50 The Sandhamn Murders
02.35 The Sandhamn Murders
03.20 The Sandhamn Murders

STÖÐ 3

16.10 Seinfeld
17.50 Seinfeld
18.15 Lóa Pind: Bara geðveik
18.45 The Mindy Project
19.10 The Secret Life of a 4 Year Olds
20.00 Who Do You Think You Are?
20.45 Major Crimes
21.30 American Horror Story 8: Apocalypse
22.15 Cardinal
23.00 The Mentalist
23.45 Room 104
00.15 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

08.30 Kýpur - Skotland
10.10 Rússland - Belgía
11.50 Norður Írland - Holland
13.30 Undankeppni EM - Mörkin
13.50 Serbía - Úkraína Bein útsending frá leik í Undankeppni EM.
16.05 PGA Special: In the Spotlight
16.50 Kósóvó - England Bein útsending frá leik í Undankeppni EM.
19.10 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
19.35 Albanía - Frakkland Bein útsending frá leik í Undankeppni EM.
21.45 Undankeppni EM - Mörkin
22.10 UFC Now 2019
23.00 Moldóva - Ísland Útsending frá leik í Undankeppni EM 2020.

STÖÐ 2 SPORT 2

13.50 ÍBV - Fram Útsending frá leik í Olís-deild kvenna.
15.20 Formúla 1 2019. Brasilía - Tímataka
16.50 Formúla 1. Brasilía - Keppni Bein útsending frá kappakstrinum í Brasilíu.
19.30 ÍBV - HK Útsending frá leik í Olís-deild karla.
21.00 NFL Extra
21.20 NFL Bein útsending frá NFL.

STÖÐ 2 SPORT 3

19.20 Selfoss - Fram Bein útsending frá leik í Olís deild karla.

STÖÐ 2 SPORT 4

17.55 NFL Bein útsending frá NFL.

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

DIDRIKSONS

20% AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM ÚLPUM OG YFIRHÖFNUM

MARCEL PARKA
VERÐ 27.996 kr.
VERÐ ÁÐUR 34.995 kr.

MEA PARKA
VERÐ 27.996 kr.
VERÐ ÁÐUR 34.995 kr.

REIDAR
VERÐ 29.596 kr.
VERÐ ÁÐUR 36.995 kr.

VALENTINA
VERÐ 23.196 kr.
VERÐ ÁÐUR 28.995 kr.

KENNY
VERÐ 26.396 kr.
VERÐ ÁÐUR 32.995 kr.

MEJA
VERÐ 27.996 kr.
VERÐ ÁÐUR 34.995 kr.

ELLINGSEN

FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1–3 AKUREYRI / 580 8500 / SÍÐAN 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS

Minnkuðu mánaðarlegt sorp til muna

Þóra Margrét Þorgeirsdóttir bjó ásamt eiginmanni sínum og þremur börnum í Sviss í sex ár en árið 2016 breyttu þau lífsstílnum svo um munar og minnkuðu almennt sorp heimilisins úr 60 kílóum í 140 grömm.

Börnin taka fullan þátt í lærdómsferlinu og vita hvers vegna vörur í miklum plastumbúðum eru ekki keyptar.

Í dag, laugardaginn 16. nóvember, hefst Evrópsk nýtnivika en markmið átaksins er að hvetja fólk til að draga úr óþarfa neyslu, nýta hluti betur og draga þannig úr myndun úrgangs. Þóra Margrét Þorgeirsdóttir er ein þeirra sem leggja átakinu lið með því að deila reynslu fjölskyldu sinnar á Kaffi Laugalæk á laugardag.

Þóra Margrét heldur úti vefsíðunni minnasorp.com þar sem hún deilir ráðum fyrir þá sem vilja láta til sín taka með því að minnka sorp en hún segir að upphafið megi rekja til haustsins 2016 þegar þau sem fimm manna fjölskylda hafi farið að átta sig á því að þau væru vissulega hluti af loftslagsvandanum, eins og aðrir. „Við hugsuðum með okkur að við gætum þar af leiðandi gert eitthvað meira en að flokka sorpið til að leggja okkar af mörkum til að takmarka neikvæð umhverfisáhrif okkar. Vandamálið var bara að við vissum ekki hvað við gætum gert,“ útskýrir Þóra Margrét.

„Um svipað leyti fór ég á fyrirlestur Beu Johnson þar sem hún talaði um hugmyndafræði sína um „zero waste“ eða sorplausan lífsstíl. Ég sá að þetta væri lausnin sem við vorum að leita að. Hún felst í rauninni í því að breyta neyslumynstrinu og gera það vistvæna, sem endurspeglast svo í minni sóun og minna sorpi.“

E-in fimm

Ekki þiggja
það sem við þurfum ekki.

Einfalda
það sem við þurfum og getum ekki sleppt því að þiggja.

Endurnýta
þá hluti sem við þurfum að nota.

Endurvinna
það sem við getum ekki sleppt því að þiggja, einfaldað eða endurnýtt.

Endurnæra
jörðina með lífrænum úrgangi.

Breytingarnar einfölduðu lífið

Þóra Margrét segir að breytingarnar hafi ekki aðeins leitt til minni neikvæðra umhverfisáhrifa heldur hafi þær jafnframt einfaldað lífið og gert það heilbrigðara. „Buddan varð líka þyngri sem getur svo líka leitt til þess að við þurfum kannski ekki að vinna eins mikið. Þar fyrir utan er þetta skemmtilegur fjölskylduleikur og áhugamál og það er auðvelt og hvetjandi að sjá árangurinn.“

Fjölskyldan flutti frá Sviss til Íslands nú í sumar og segir Þóra Margrét vel hafa gengið að viðhalda breyttum lífsstíl hér á landi. „Við höfum ekki átt í neinum vandræðum; það er alveg hægt að einfalda þarfir sínar, sleppa því að kaupa óþarfa dót og einnota hluti hér eins og annars staðar. Á Íslandi er heldur ekkert mál að kaupa notaða muni, gera við, afþakka ókeypis markaðsvarning, kaupa matvörur í fjölnota ílát að heiman og svo framvegis. Eini munurinn er sá að meiri ruslpóstur berst óumbeðið inn um lúguna hér á Íslandi miðað við það sem við fengum í Sviss. Það er auðvelt að leysa það með því að panta límmiða til að setja á póstlúguna og afþakka fjölpóst.“

Framleiðendur mættu huga betur að umbúðum

„Framleiðendur mættu þó huga mun betur að þeim umbúðum sem þeir setja utan um vörur, í fyrsta lagi með því takmarka umbúðirnar. Ef það verða að vera umbúðir að velja þá umhverfisvænar umbúðir sem auðvelt er að endurvinna og merkja vel hvernig eigi að flokka þær. Af hverju eru til dæmis svona miklar umbúðir utan um eina skyrdós? Af hverju þarf að vera skrúftappi á öllum drykkjarfernum? Af hverju þurfa að vera sérstakar „pokaklemmur“ utan um kleinur, snúða og þess háttar? Er ekki hægt að finna aðra lausn og sleppa þeim? Af hverju er ekki allt íslenskt grænmeti án umbúða?“ Þóra Margrét bendir jafnframt á að þegar kemur að vistvænum innkaupum er mikilvægt að skýrar merkingar séu á vörum um hvar þær séu framleiddar. „Það skiptir líka máli þegar ég met það hvort ég kaupi vöru eða ekki. Kók í dós er til dæmis framleitt í Svíþjóð og flutt inn en það kemur hvergi fram á dósinni.“

Fjölskyldan má fara í jólaköttinn

Börnin þrjú sem eru ellefu, sex og fimm ára hafa tekið fullan þátt í átakinu og segir Þóra Margrét að þetta sé einfaldlega lærdómsferli sem fjölskyldan hafi farið í gegnum. „Þau vita til dæmis alveg af hverju við kaupum ekki hluti eða sælgæti sem er í miklum plastumbúðum og tala oft um það að fyrra bragði þegar þau sjá slíka hluti í búðum.“ Það er ekki úr vegi að heyra hvernig fjölskyldan heldur í umhverfisvitundina í gegnum þá miklu hátíð neyslunnar sem jólin eru en Þóra Margrét segir tækifærin fjölmörg. „Ég nefni sem dæmi ekki kaupa ný jólaföt á alla fjölskylduna, hún má öll fara alsæl í jólaköttinn,“ segir hún í léttum tón. „Fækka jólagjöfum og gefa til dæmis bara börnum, gefa vistvænar gjafir, eitthvað sem tengist upplifunum og samveru, eins má koma í veg fyrir grænmetisréttur og svo framvegis. Aðalatriðið er að hafa hlutina einfalda og forðast alla ofgnótt. Það hefur bara jákvæð áhrif í för með sér; mun minna stress við jólaundirbúninginn, þyngri budda, maður fær tækifæri til að njóta hverrar stundar yfir hátíðarnar um leið og umhverfið fær að njóta góðs af.“

bjork@frettabladid.is

Evrópsk nýtnivika hefst á morgun

Dagana 16.-24. nóvember stendur Evrópsk nýtnivika yfir en markmið átaksins er að hvetja fólk til að draga úr óþarfa neyslu, nýta hluti betur og draga þannig úr myndun úrgangs.

Þema þessa árs er fræðsla og miðlun um úrgangsmál undir slagorðinu Minni sóun – minna sorp. Fyrirtæki, stofnanir og almenningur eru hvött til að fræðast um úrgangsmál og koma þeirri þekkingu í framkvæmd með því að breyta daglegum neysluvenjum sínum og draga þannig úr myndun úrgangs.

Í tilefni nýtnivikunnar stendur Umhverfisstofnun fyrir viðburðum á Akureyri og í Reykjavík þar sem íslenskar fjölskyldur deila sinni reynslu af því að draga úr sóun í daglegu lífi.

Á Kaffi Laugalæk í dag, laugardag, mun Þóra Margrét deila reynslu sinnar fjölskyldu og þann 21. nóvember ætla þau Dagfríður Ósk og Óli Steinar, sem halda úti Instagram-síðunni Hvað getur ein fjölskylda gert?, að segja frá sinni vegferð í átt að minna vistspori á Bláu könnunni á Akureyri. Einnig fer ársfundur umhverfismerkisins Svansins fram á Grand Hótel Reykjavík á þriðjudag þar sem hringrásarhagkerfið verður í brennidepli. Frítt inn á alla viðburði og allir velkomnir!

Ísland yfir meðaltali ESB-ríkja

Árið 2017 var magn heimilisúrgangs á hvern íbúa á Íslandi 666 kíló. Nú er svo komið að magn heimilisúrgangs á hvern íbúa landsins er meira en árið 2008, sem hefur verið metár fram til þessa. Þótt fleiri en ein breyta hafi vafalítið áhrif á myndun heimilisúrgangs, svo sem fjöldi ferðamanna sem heimsækja landið, þá sýnir þessi þróun glögglega hversu sterk tengsl eru á milli hagsældar og neyslumynsturs þjóðarinnar annars vegar og hins vegar magns þess heimilisúrgangs sem fellur til.

Hagstofa Íslands hefur tekið saman tölur yfir magn einstaklingsbundinnar neyslu á mann á Íslandi en þær sýna að neysla Íslendinga var 14 prósentum yfir meðaltali ESB-ríkja árið 2016 sem setti Ísland í 8. sæti í röð landanna 37.

Einstaklingar, skólar, fyrirtæki og ýmsir opinberir aðilar um allt land hafa undanfarin ár nýtt sér nýtnivikuna til að vekja athygli á neyslu, nýtni og úrgangsmálum. Umhverfisstofnun leggur til eftirfarandi hugmyndir fyrir vinnustaði og skóla sem vilja taka þátt.

Hvað er hægt að gera í nýtnivikunni?

- Setjið af stað flokkunarkeppni milli hæða, bekkja eða deilda.
- Setjið ykkur markmið um hærra endurvinnsluhlutfall.
- Hádegisfyrirlestur um flokkun.
- Fá starfsmenn eða nemendur sem huga að minni sóun til að deila reynslu sinni.
- Senda út fróðleiksmola í tölvupósti.
- Setja upp skiptimarkað.
- Mæla matarsóun.

Á heimasíðu Umhverfisstofnunar má finna alls kyns upplýsingar og fróðleik um úrgangsmál.

PIER
NÚ 23.120
sparaðu 5.780 kr.
BORÐLAMPI keramik með velúr skerm.
H74 cm. 28.900 kr. Nú 23.120 kr.
GLERVASAR. 2 stærðir,
19 cm. 9.990 kr. Nú 7.992 kr.
23 cm. 12.990 kr. Nú 10.392 kr.
NÚ 11.992
sparaðu 2.998 kr.
BORÐLAMPI ananas
með svörtum skerm.
H xxx cm. 14.990 kr.
Nú 11.992 kr.
NÚ 10.395
sparaðu 2.595 kr.
GLERVASI silfraður. H36 cm.
12.990 kr. Nú 10.395 kr.
50%
AFSLÁTTUR AF
ILMKERTUM
OG ILMUM
AROMA ilmkerti og hýbílailmir.
Verð frá 790 kr.
ÖLL JÓLA- OG
GJAFAVARA
20%
AFSLÁTTUR
NÚ 5.592
sparaðu 2.595 kr.
NULATO hreindýrahorn. 44x18x47 cm.
6.990 kr. Nú 1.398 kr.
NÚ 4.792
sparaðu 1.108 kr.
SKÁL Á FÓTUM brons. 20x15x21 cm.
5.900 kr. Nú 4.792 kr.
POSTULÍNS krukkur.
22x22x24 cm. 8.990kr. Nú 7.192kr.
20x20x35 cm. 9.990kr. Nú 7.992kr.
POSTULÍNS krukka. 23x23x15,5 cm.
12.990 kr. Nú 10.392 kr.
ANANAS kertastjaki. 10x14x20 cm.
2.990 kr. Nú 2.392 kr.
Krukka. 10x10x23 cm. 4.990 kr. Nú 3.992 kr
GLERKASSAR
30x17x9 cm. xxx kr. Nú xxx kr.
10x20x10 cm. 5.990 kr. Nú 4.792 kr.
NÚ 15.992
sparaðu 3.998 kr.
BORÐLAMPI tigrisdýr. 30x30x55 cm.
19.990 kr. Nú 15.992 kr.
NÚ 3.192
sparaðu 798 kr.
BÚDDASTYTTA 22x16x33 cm.
3.990 kr. Nú 3.192 kr.
LUKTIR . Gylltar, 2 stærðir.
H xxx cm. 6.990 kr. Nú 5.592 kr.
H xxx cm. 9.990 kr. Nú 7.992 kr.
NÚ 3.992
sparaðu 998 kr.
FLAUELSPÚÐI gulur með apa. 40x60 cm.
4.990 kr. Nú 3.992 kr.
BORÐLAMPI speglað gler með velúr skerm.
H63 cm. 24.990 kr. Nú 19.992 kr.
A WORLD OF INSPIRATION
PIER
BRINGING IT HOME
www.pier.is
Þetta tilboð gildir 14- 21. nóvember. Gildir ekki með öðrum tilboðum.
VEFVERSLUN
WWW.PIER.IS
KORPUTORG
LAU OG SUN 12-18 - VIRKIR DAGAR 11- 18:30
SELFOSS
LAU 10-18 SUN 12-18 - VIRKIR DAGAR 11- 18:30

Lífið í vikunni
10.11.19-16.11.19

BÓKMENNTATÍMARITIÐ SKANDALI

Síðasta þriðjudag kom út bókmenntatímaritið Skandali en í því geta ungir höfundar komið verkum sínum á framfæri. Ægir Þór er ritstjóri blaðsins en hann segir hugmyndina hafa kviknað yfir bjór í febrúar. Nokkrum mánuðum síðar var fyrsta tölublaðið komið út en það var annað tölublað sem kom út núna á þriðjudaginn.

SÓLBRENNDUR LAXNESS

Á dögunum kom út öndvegisritið Gjöfin til íslenzkrar alþýðu. Í því eru 120 listaverk úr íslenskri myndlistarsögu. Verkin voru öll gjöf frá Ragnari í Smára til Listasafns Alþýðusambands Íslands. Þeir Arnar Viðar og Arnar Fells sáu um hönnun og útlit bókarinnar.

TÍSKA ER TÍSKA

Gullsmíðaneminn Rós er nýbökuð móðir og hefur valið þægindi fram yfir allt í klæðavali eftir að Kristján Máni sonur hennar fæddist. Hana langar mikið í teppi úr Geysi í jólagjöf en uppáhaldsflíkin hennar er peysa frá íslenska fatamerkinu BAHNS.

EVITA Á ÍSLANDI

Jóhanna Guðrún fer með titilhlutverk söngleiksins Evitu í Hörpu nú um helgina. Verkið verður sýnt þrisvar yfir helgina en uppselt er á sýninguna í kvöld. Söngleikurinn var settur upp á sínum tíma á Akureyri með Ruth Reginalds í aðalhlutverki og Pálma Gunnarssyni í hlutverki Ché. Miða er hægt að nálgast á tix.is.

Syngur inn jólin þar sem mamma og pabbi kynntust

Þau **Páll Óskar** og **Monika** hafa haldið jólatónleika árlega í tæpa tvo áratugi. Í ár fara þeir fram í Háteigskirkju en þar kynntust einmitt foreldrar Páls Óskars.

Páll Óskar Hjálmtýsson og Monika Abendroth spila í Háteigskirkju um mánaðamótin og í Hljómahöllinni viku síðar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

Það var árið 2002 sem einn ástsælasti söngvari þjóðarinnar, Páll Óskar, og hörpuleikarinn Monika héldu jólatónleika í fyrsta sinn saman. Fyrst um sinn spiluðu þau árlega í Fríkirkjunni en síðustu ár hafa jólatónleikarnir verið haldnir í Háteigskirkju, sem skipar sérstakan sess í hjarta Páls og það af góðri ástæðu.

„Ég ber mjög sterkar taugar til Háteigskirkju. Pabbi minn og mamma kynntust í henni. Þau kynnast árið 1953, þegar mamma er sautján ára og pabbi tvítugur. Þau voru bæði í söngnámi hjá Sigurði Birkis. Háteigskirkja var enn í byggingu á þessum tíma, þannig að kirkjulegu athafnirnar fóru fram í Sjómannaskólanum. Pabbi og mamma kynnast sem sagt í Háteigskirkjukórnum og skömmu síðar fara þau að hrúga niður börnum,“ segir Páll Óskar.

Margrét og Hjálmtýr, foreldrar Páls, voru því bæði söngelsk, en Páll er yngstur af sjö systkinum.

„Þau sungu mikið bæði ein og sér en voru líka mjög dugleg í kórstarfi. Á tímabili leið mér eins og þau væru í þremur kórum í einu, því þegar ég er fjögurra eða fimm ára gamall draga þau mig á allar kóræfingar með Skagfirsku söngsveitinni og Pólýfónkórnum. Svo alltaf á sunnudögum í Fríkirkjukórnum. En af því þau drógu mig alltaf með, þá varð það svo eðlilegt fyrir mér að syngja og það fyrir framan annað fólk.“

Hann segist því heppinn að hafa aldrei upplifað það sem hallærislegt eða skrýtið að koma fram og syngja fyrir framan aðra.

„Ólíkt því sem gerist hjá öðrum krökkum, sem jafnvel hreinlega óttast það að koma fram. En allur þessi ótti, sem svo margir finna fyrir, er tekinn frá mér með móðurmjólkinni. Það að halda jólatónleika í Háteigskirkju er því mjög táknrænt, ég er í raun að þakka fyrir mig og það hvaðan ég kem. Það eru ákveðnar rætur sem liggja þarna. Síðan fyrir utan það að Háteigskirkja hljómar svo gríðarlega fallega, hljómburðurinn er svo mikið æði,“ segir Páll.

Hann segir það mikinn kost að sætavalið sé frjálst og það skipti engu máli hvar maður situr.

„Ég get labbað á milli gestanna. Ég er nánast ofan í áhorfendum, ég næ nánast augnsambandi við hvern einn og einasta. Þannig að þessi nálægð er svo ótrúlega skemmtileg, en mér finnst það algjörlega galdurinn við þessa tónleika.“

> ÞAÐ AÐ HALDA JÓLATÓNLEIKA Í HÁTEIGSKIRKJU ER ÞVÍ MJÖG TÁKNRÆNT, ÉG ER Í RAUN AÐ ÞAKKA FYRIR MIG OG ÞAÐ HVAÐAN ÉG KEM.

Páll segir að öll hans helstu lög verði að sjálfsögðu spiluð, þar á meðal Sjáumst aftur og A Spaceman Came Travelling. Svo verða hans helstu popplög líka sett í jólabúning og í útsetningu fyrir strengi og kór. Páll og Monika lögðu svo sérstaklega upp úr því að stilla miðaverðinu í hóf.

Tónleikarnir eru þann 30. nóvember og 1. desember, en svo viku síðar eru einnig tónleikar í Hljómahöllinni í Reykjanesbæ. Miða er hægt að nálgast á midi.is.

steingerdur@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*

Gerðu góð kaup
OPIÐ Í DAG
FRÁ KL. 12–16
Athugið að um er að ræða takmarkaðan fjölda bíla af tilteknum gerðum. Það eru þó fleiri bílar í boði en fram koma í auglýsingunni og þá má finna á www.bl.is/kjarabilar
BJÓÐUM VALDA NÝJA BÍLA Á KJARABÍLAVERÐI.
VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR Í DAG.
HLAÐINN BÚNAÐI
NISSAN QASHQAI
Tekna BOSE, sjálfskiptur, dísil, 2WD
LISTAVERÐ: 5.890.000 kr.
KJARAVERÐ
4.990.000 kr.
NISSAN JUKE
Acenta, sjálfskiptur, bensín, 2WD
LISTAVERÐ: 3.790.000 kr.
KJARAVERÐ
3.290.000 kr.
HLAÐINN BÚNAÐI
NISSAN X-TRAIL
Tekna, sjálfskiptur, dísil, 4WD
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN
LISTAVERÐ: 7.390.000 kr.
KJARAVERÐ
6.490.000 kr.
RENAULT CLIO
Zen, beinskiptur, bensín
LISTAVERÐ: 2.550.000 kr.
KJARAVERÐ
2.250.000 kr.
RENAULT CAPTUR
Intens, sjálfskiptur, bensín
LISTAVERÐ: 3.690.000 kr.
KJARAVERÐ
3.350.000 kr.
NISSAN MICRA
Acenta, beinskiptur, dísil
LISTAVERÐ: 2.790.000 kr.
KJARAVERÐ
2.490.000 kr.
RENAULT KOLEOS
Zen, sjálfskiptur, dísil, 4WD
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN
LISTAVERÐ: 6.350.000 kr.
KJARAVERÐ
5.550.000 kr.
NISSAN NAVARA
Visia, beinskiptur, dísil, 4WD
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN
LISTAVERÐ: 5.790.000 kr.
KJARAVERÐ
5.140.000 kr.
NISSAN NV200
sendibíll, beinskiptur, dísil
LISTAVERÐ: 3.490.000 kr.
KJARAVERÐ
2.940.000 kr.
ENNEMM / SÍA / NM96696
Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622
Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533
Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070
IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080
BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L

BYKO

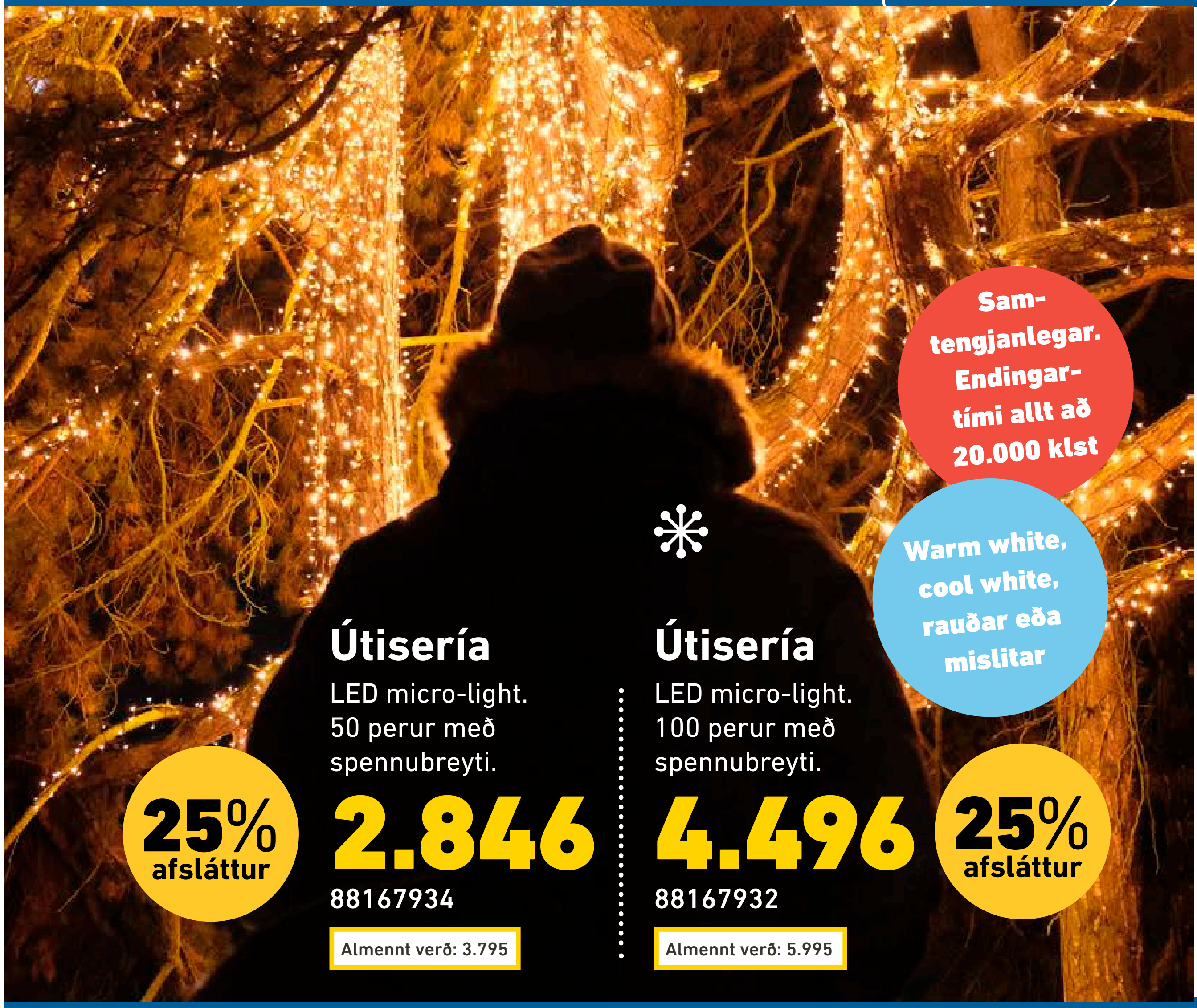
LJÓSA-HÁTÍÐ

Gildir til 20. nóv

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.
Tilboð gilda til 20. nóvember eða á meðan birgðir endast.

25% AFSLÁTTUR

- Inni- & útiseríur
- Inni- & útiljós
- Jólaljós



Sam-tengjanlegar. Endingar-tími allt að 20.000 klst

Warm white, cool white, rauðar eða mislitar

Útisería
LED micro-light. 50 perur með spennubreyti.

25% afsláttur

2.846

88167934

Almennt verð: 3.795

Útisería
LED micro-light. 100 perur með spennubreyti.

4.496

25% afsláttur

88167932

Almennt verð: 5.995

Fyrir seríurnar

Tilboðsverð

Framlengingar-snúra
Svört, 10m.

1.495

54306214

Almennt verð: 1.995

Tilboðsverð

Framlengingar-snúra
Rakaþétt, 5m.

1.995

54305322

Almennt verð: 2.495

Tilboðsverð

Kapalkefli
3x1mm², 10m með fjórum tenglum svart/rautt.

1.995

54308828

Almennt verð: 2.995

BRAUÐRISTAR
20%
AFSLÁTTUR

HNÍFAR OG HNÍFAPARASETT
25%
AFSLÁTTUR

MATAR- OG KAFFISTELL
25%
AFSLÁTTUR

Tilboðsverð

Stjarna
37cm sparkling, svört með tímastilli. Rafhlaða fylgir ekki.

1.721
51880933
Almennt verð: 2.295

Tilboðsverð

Ljósahringur
Snowflake hringur 45cm

5.471
51880356
Almennt verð: 7.295

Tilboðsverð

Ljósahringur
Curly 30cm svartur

2.996
51880824
Almennt verð: 3.995

Tilboðsverð

Ljósahringur
Curly 48cm svartur

4.721
51880825
Almennt verð: 6.295

Reykskynjarar og slökkvitæki í miklu úrvali

Reykskynjari
Jónískur reykskynjari með prufuhnappi og gaumljósi. Rafhlaða, 9V, fylgir með. Stærð 14x12 cm

995
50005035

Tilboðsverð

Ryksuguvélmenni
9 skynjarar 14,4V. 0,5l. söfnunarpoki. Fullhlaðinn á 4 klst. Góður á allar tegundir gólfefnis. Skynjar skítuga bletti. Hægt að forrita allt að 7 daga fram í tíman. Fallvörn. LED skjár með snertitökkum. Hljóðlátur. Fjarstýring fylgir.

27.746
65740141
Almennt verð: 36.995

25% afsláttur

DOMO

Nýtt í BYKO

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

Dreifing dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

BAKÞANKAR

Sirrýjar
Hallgrímsdóttur

Píratalexían

Ef ásakanirnar á hendur Samherja reynast réttar þá er það grafalvarlegt mál. Mútugreiðslur og arðrán eru ömurlegur glæpir og ef Samherji verður fundinn sekur ætti fyrirtækið að sjá sóma sinn í að skila namibísku þjóðinni þeim hagnaði sem fyrirtækið hefur haft upp úr veiðunum.

En fyrst þarf að fá úr því skorið fyrir dómstólum hvað gerðist. Dómstóll götunnar dugar hér skammt, við búum í réttarríki og allir eru saklausir þar til sekt þeirra er sönnuð. En þetta lítur illa út og krefst skýringa.

Stjórnmálamenn ættu að gæta sín við svona aðstæður. Dómstólar sjá um að kveða upp sekt eða sakleysi og það er t.d. ekki í verkahring alþingismanna að krefjast kyrrsetningar eigna eins og Samfylkingin gerði nokkrum klukkustundum eftir að málið kom fram.

Sá málflutningur Samfylkingarinnar að málið kalli á að fiskveiðistjórnunarkerfinu verði kollvarpað á Íslandi er fráleitur. Það er sjálfsagt að rökræða það kerfi en að meint lögbrot erlendis kalli á uppstokkun, lýsir veikri málefnastöðu. Enn síður leiða þessir mögulegu glæpir til þess að stjórnarskrá landsins sé hent á haugana.

En þessi popúlísku upphlaup Samfylkingarinnar eru skiljanleg, flokkurinn er aðallega að berjast við Pírata um hugmyndafræðilega forystu meðal vinstri manna í ójafnvægi.

Ágúst Ólafur Ágústsson fullyrti um daginn að ríkisstjórnin hefði lækkað auðlindaskattinn á sjávarútveginn. Í ljós kom að þetta var ósatt hjá Ágústi og án efa vissi hann betur, en það hljómaði bara vel.

En svo blöskraði Pírötunum.

Björn Leví tók Ágúst á hné sér, flengdi hann opinberlega fyrir ósannindin og útskýrði fyrir honum að svona gerðu menn ekki. Vonandi lærðu Ágúst Ólafur og Samfylkingin Píratalexíuna sína.