FRÉTTABLAÐIÐ

250. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 26. OKTÓBER 2019

Uppgjör Björgvins Páls

Björgvin Páll Gústavsson átti erfiða barnæsku og glímdi við kvíða og vanlíðan á fullorðinsárum. Í einlægu viðtali segir hann frá því hvers vegna hann ákvað að gera upp líf sitt í nýrri bók og hvert hann stefnir. Hann á sér þann draum að verða heimavinnandi húsfaðir. → 22

Ég ákvað að skoða betur hvað það var sem gerðist þegar ég var lítill drengur.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Nasistar í Vesturbænum

Tilraun til að skoða manneskjuna, segir Sjón. → 28

Listin að gera smáhorn

Kunsang og Erna reka Dim Sum bar á Granda. → 18

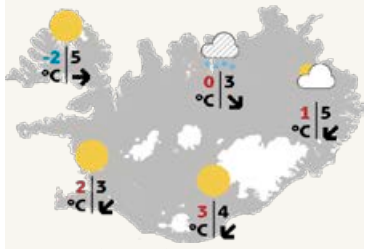
Á framandi slóðum

Ása Steinarsdóttir um ferðalagið til Mongólíu. → 46

OUTLET-DAGAR

ELKO

Veður



Hæg norðlæg eða breytileg átt í dag, en 8-13 við SA-ströndina framan af. Víða léttskýjað, en dálítil él NA-lands fram eftir degi. Frost 0 til 9 stig, kaldast inn til landsins. SJÁ SÍÐU 38

Óttast að tengsl rofni við sölu

AKUREYRI Akureyrarstofa safnar nú hugmyndum um notkun á Sigurhæðum, húsi Matthíasar Jochumssonar, en mikil reiði blossaði upp eftir að bæjarstjórn tilkynnti að til stæði að selja húsið.

„Við erum sannfærð um að Sigurhæðir eigi að vera menningarsetur og að heiðra ætti minningu þjóðskáldsins Matthíasar með því að hafa þarna lifandi starfsemi," segir Karl Ágúst Úlfsson, formaður Rithöfundasambands Íslands, en sambandið sendi inn athugasemdir til Akureyrarstofu.

> Við óttumst að ef húsið verður selt á opnum markaði rofni þessi menningartengsl.

Karl Ágúst Úlfsson, formaður Rithöfundasambands Íslands

Karl segir að til dæmis gætu Sigurhæðir nýst sem starfsaðstaða fyrir rithöfunda, en um áratugaskeið þjónaði húsið þeim tilgangi, og höfðu rithöfundar þar einnig gistiaðstöðu. Síðan hefur það lagst af og engin starfsemi verið í húsinu frá árinu 2016.

Að mati Karls væri óskandi að húsið yrði að föstum punkti í menningarstarfsemi bæjarins. „Við óttumst að ef húsið verður selt á opnum markaði rofni þessi menningartengsl. Sá sem myndi kaupa húsið yrði ekki skuldbundinn til að sinna neinum menningarlegum skyldum," segir hann. „En Akureyri er mikill menningarbær og ég hef trú á því að bærinn vilji halda reisn á því sviði." Þetta kristallist í því að margir hafi látið í sér heyra og sé ekki sama um húsið. **– khg**

Heilsurækt í hádeginu

Heilsa og líkamsrækt er ekki háð aldri, kyni eða líkamsástandi, heldur ekki staðsetningu, veðri eða vindum. Starfsfólk sem starfar í og við miðbæ Reykjavíkur iðkaði líkamsrækt á Arnarhóli í hádeginu í gær. Lét það ekki hita við frostmark eða napra norðanátt á sig fá. Má gera ráð fyrir að hádegishreyfingin brjóti upp vinnudaginn og veiti útrás fyrir streitu sem á það til að leggjast yfir vinnandi fólk. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Landsbókasafn gleymir engum

SAMFÉLAG Rétturinn til að gleymast á við um stórar leitarvélar eins og Google, en ekki Landsbókasafnið. Örn Hrafnkelsson, sviðsstjóri varðveislusviðs Landsbókasafns, hefur fengið margar fyrirspurnir frá Íslendingum á síðustu árum sem vilja fá að gleymast í tengslum við ný persónuverndarlög.

„Við höfum fengið fyrirspurnir í þó nokkur ár. Íslendingar hafa beðið um að fá að gleymast," segir Örn.

Landsbókasafnið er með samning við útgefendur dagblaða um að varðveita öll gögn.

„Við geymum allt og fjarlægjum ekkert," segir Örn. „Við höfum ekki heimild til að ritskoða efni. Ekkert fer út og við felum ekkert, annars værum við að ritskoða."

Íslenskur sagnfræðingur segir gögn um íslenska nýnasista hverfa af netinu.

– ilk / Sjá nánar á frettabladid.is

Heiður að vera valinn

Evrópska keilusambandið valdi Arnar Davíð Jónsson til þess að keppa í úrslitunum á heimstúrnum í keilu sem fara fram í Kúveit í byrjun nóvember.

KEILA Íslendingurinn Arnar Davíð Jónsson verður fulltrúi Evrópu þegar úrslitin á heimstúrnum í keilu fara fram í Kúveit þann 7. nóvember næstkomandi. Arnar, sem æfir og keppir í Svíþjóð, varð fyrir valinu þegar Keilusamband Evrópu átti að tilnefna keppanda og er einn sex þátttakenda sem eru búnir að tryggja sér þátttökurétt. Skiljanlega var Arnar, sem var valinn keilari ársins 2018 á Íslandi, hrærður yfir útnefningunni en á sama tíma stoltur og spenntur fyrir því að keppa í Kúveit í næsta mánuði.

„Alþjóða keilusambandið (e. World Bowling Federation) heldur þessi úrslit á hverju ári í lok tímabilsins á heimstúrnum og yfirleitt hafa bara þrír keppt til úrslita en í ár ákvað formaður heimssambandsins að bjóða þremur til viðbótar í bæði karla- og kvennaflokki. Fá inn keppendur frá Evrópu, Asíu og Suður-Ameríku, annars hefðu þetta bara verið Ameríkanar. Þá hafði Keilusamband Evrópu samband við mig því þeir vildu velja þann keilara sem var stigahæstur á Evrópumótaröðinni sem ég var þá og er enn þann dag í dag," segir Arnar glaðbeittur. „Það er mikill heiður að verða fyrir valinu fyrir hönd Evrópu og vera búinn að tryggja sér þátttökurétt. Það var ekki erfitt að segja já við þessu." Arnar er fulltrúi Evrópu í karlaflokki á mótinu þrátt fyrir að hann sé að keppa í einstaklingsíþrótt. „Ég er að fara fyrir Evrópu en ég er auðvitað að keppa fyrir mína hönd."

Arnar stefnir á að keppa meira í Bandaríkjunum á næsta ári þar sem risamótin fara fram.

„Það er erfitt að segja hvort þetta sé stærsta sviðið í keilu. Að mínu mati er US Open stærsta mótið í heiminum, ef þú nærð þar inn ertu kominn á stærsta sviðið en í Kúveit verða bestu keilarar heimsins samankomnir sem eru búnir að vinna sér þátttökurétt þarna. Þeir bestu á US Open verða í Kúveit svo að þetta er ekki langt frá því," segir Arnar enn fremur, aðspurður hvort þetta væri stærsta sviðið sem keilarar gætu komist á.

Arnar keppti fyrir hönd ÍR á Reykjavíkurleikunum. MYND/KEILUSAMBANDIÐ

> Það er mikill heiður að verða fyrir valinu fyrir hönd Evrópu.

Arnar Davíð Jónsson

Arnar tók þátt í tveimur mótum á heimstúrnum sjálfum, einu í Svíþjóð skammt frá þeim stað þar sem hann er búsettur og öðru í Taílandi.

„Ég er aðeins búinn að kynnast leikmönnum á túrnum á þessum tveimur mótum sem ég hef farið á og er búinn að skoða verðandi andstæðinga mína. Þetta verður spennandi," segir Arnar.

kristinnpall@frettabladid.is

NÁNAR Í SÍMA 585 4000 EÐA Á UU.IS

DÚNDUR-dagar

Gildir út 27. október

25%

afsláttur af

öllum vörum

RÚMFATA LAGERINN

HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

VEFVERSLUN

WWW.RFL.IS

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN

SKEIFUNNI - SMÁRATORGI - BÍLDSHÖFÐA - GRANDA - AKUREYRI - SELFOSSI

TÖLUR VIKUNNAR 20.10.2019 TIL 26.10.2019

7
mánuðir hafa liðið síðan Boeing 737 MAX-flugvélarnar voru kyrrsettar. Icelandair gerir ekki ráð fyrir að þær verði komnar aftur í rekstur fyrr en í fyrsta lagi í febrúarlok 2020.

650
tonn eru smjörbirgðir MS. Þær hafa ekki verið meiri í þrjú ár og segir formaður Landssambands kúabænda þetta gefa til kynna að mjólkurframleiðsla sé eilítið of mikil í dag.

5
stjörnur voru vottaðar Hótel Grímsborgum, sem er fyrsta fimm stjörnu hótel Íslands. Alls rúmar hótelið um 240 gesti.

157
lög voru send inn til Söngvakeppni Sjónvarpsins í ár samkvæmt tilkynningu frá RÚV. Eurovision fer fram í Rotterdam í Hollandi á næsta ári.

18
milljónir króna voru greiddar af Seðlabanka Íslands í námsstyrk í tengslum við starfslokasamning fyrrverandi framkvæmdastjóra gjaldeyriseftirlits bankans.

Þrjú í fréttum

Fósturforeldrar, jarðgöng og ljóðahandrit

Freyja Haraldsdóttir
fyrrverandi varaþingmaður

fór fyrir Hæstarétt til að leita réttar síns til að sitja námskeið þar sem hæfni umsækjenda um fósturforeldri er metin. Lögmaður Freyju var gagnrýninn á að NPA-aðstoðin sem Freyja nýtur sé orðin að hindrun fyrir fósturhlutverkið.

Harpa Elín Haraldsdóttir
íbúi í Santiago

hefur verið búsett í höfuðborg Chile í rúman áratug. Fordæmalausar óeirðir brutust út í borginni fyrir stuttu. Hefur þeim verið mætt með mikilli hörku. Fram að því hafði Chile verið með stöðugri ríkjum Suður-Ameríku. Harpa Elín segir mikla óánægju hafa kraumað undir yfirborðinu. Kornið sem fyllti mælinn var 5 króna hækkun á miðaverði í neðanjarðarlestina sem íbúar ódýrari svæða Santiago treysta á. Hún segir ástandið einkennilegt, friðsæld er í hennar nærumhverfi en á sama tíma er fólk virkilega óttaslegið.

Harpa Rún Kristjánsdóttir
ljóðskáld

hlaut Bókmenntaverðlaun Tómasar Guðmundssonar fyrir ljóðahandritið Eddu. Í tilkynningu frá Reykjavíkurborg segir að í ljóðum Eddu megi greina sátt við gang lífsins þótt hann sé sársaukafullur.

Ísland ekki lengur á toppi lista um jafnrétti og öryggi kvenna

Á nýjum alþjóðlegum lista yfir jafnrétti og öryggi kvenna fellur Ísland úr fyrsta sæti niður í það fimmta. Áhrifin eru mest í atvinnuþátttöku og kynjaskiptingu á þjóðþinginu. Þá fellur öryggi skarplega. Sérfræðingur hjá Jafnréttisstofu segir of snemmt að fullyrða að bakslag hafi komið í jafnréttisbaráttuna.

JAFNRÉTTI Ísland fellur úr fyrsta sætinu niður í það fimmta á lista yfir þau lönd þar sem konur njóta jafnréttis og öryggis. Listinn var unninn af Georgetown-háskóla og Friðarrannsóknarstofnun Oslóborgar og nær til 167 landa. Síðasti listi var birtur árið 2017. Noregur er nú besta land heims fyrir konur að búa í, en þar á eftir koma Sviss, Danmörk og Finnland.

Tryggvi Hallgrímsson, sérfræðingur hjá Jafnréttisstofu, segir of snemmt að fullyrða að bakslag sé komið í jafnréttisbaráttuna. Ísland sé lítið flöktandi mengi og breytingar séu fljótar að hafa áhrif á heildarniðurstöður. Þegar hafi verið tekin stór skref í jafnréttismálum sem ekki sé auðveldlega hægt að taka til baka. „Þetta er þó áminning um að við þurfum að vera vakandi," segir hann.

Þegar rýnt er í tölurnar eru það einkum þrír þættir sem draga Ísland niður. Atvinnuþátttaka kvenna, öryggi og hlutfall á þjóðþingi.

Atvinnuþátttakan sem endurspeglar atvinnutækifæri kvenna, hrynur úr 77,2 prósentum niður í 68,6 en mælt er hlutfall allra kvenna 25 ára og eldri. Rímar þetta nokkuð við nýlega rannsókn félagsfræðingsins Kolbeins Stefánssonar um að konur yfir fimmtugu fari í auknum mæli á örorku. Þrátt fyrir þetta hrap er Ísland enn ofarlega á lista meðal þróaðra ríkja.

Öryggið fellur einnig skarplega niður um tæp 10 prósent, úr 79,6 í 69,9. Þessi tala var fengin úr könnun Gallup þar sem konur og stúlkur, eldri en 15 ára, voru spurðar hvort þeim fyndist þær öruggar einar á gangi um nótt nálægt heimili sínu. Í þessum flokki er Ísland tæpum 20 prósentum á eftir Svisslendingum, þar sem öryggið mældist mest á Vesturlöndum.

Atvinnuþátttaka, öryggi og hlutfall á þjóðþingi hafði mest áhrif til lækkunar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

» 69,9 af hundraði kvenna eldri en 15 ára töldu sig öruggar einar á gangi um nótt nálægt heimili sínu.

Hvað öryggið varðar dettur Tryggva einna helst í hug að samfélagsumræðan hafi áhrif og #metoo-byltingin á vissan hátt. Ekki sé óhugsandi að einstök mál, eins og morðið á Birnu Brjánsdóttur sem lagði undir sig fjölmiðlaumfjöllun á löngum tíma, hafi áhrif. „Þetta er vísan til áhyggna kvenna af að verða fyrir ofbeldi. Við getum gert miklu betur í úrvinnslukerfinu og rétti brotaþola til að sækja mál. Út frá þessu mætti spyrja hvort konur séu farnar að vantreysta réttarkerfinu og réttarvörslukerfinu," segir Tryggvi.

Þriðja þáttinn má skýra af alþingiskosningunum árið 2017 þegar konum fækkaði um sex, úr 30 í 24.

Merkjanlegur munur varð í tveimur öðrum þáttum rannsóknarinnar. Farsímanotkun íslenskra kvenna minnkaði úr 98,7 prósentum í 93,9, en hún er er talin nauðsynleg fyrir efnahagslega, stjórnmálalega og samfélagslega þátttöku. Sá hluti sem kom best út fyrir íslenskar konur var efling jafnréttislöggjafar. Telja þar inn í bæði reglur um jafnlaunavottun og löggjöf um bann við mismunun á vinnumarkaði og í þjónustu. **kristinnhaukur@frettabladid.is**

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

HÚSASMIÐJAN

blómaval

Kíkið á jólalandið
í Skútuvogi

Dagskrá í Skútuvogi í dag

Opnum nýja seríudeild í Skútuvogi
Ný og glæsileg seríu- og jólaljósadeild í Skútuvogi opnar formlega um helgina

Litaráðgjöf
Maja Ben hjá „Ég er komin heim“ veitir litaráðgjöf á laugardaginn kl. 12-16 í Skútuvogi.

Verkfærakynning og tilboð
BLACK+DECKER

Verkfærakynning alla helgina kl. 13-16

Allir fá ís
í dag frá kl. 12-15 eða á meðan birgðir endast í Skútuvogi

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavix. Úrval getur verið mismunandi milli verslana.

Helgarfjör
í Skútuvogi

Aðventuljós
á betra verði
40% afsláttur
1.490kr
~~2.490kr~~
Aðventuljós
14500401-402

60 cm
Stór og fallegur
FROST
4.990kr
Ljósahringur Curly
60 cm 88 LED hlýr hvítur.
14500952

5.490kr
~~6.990kr~~
Leiðiskross LED ljós fyrir rafhlöðu
Hlýtt hvítt, kalt hvítt eða rautt ljós. H: 60 x B: 40 cm.
14550112-4

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

BLACK+DECKER
25% afsláttur
Verkfæri BLACK+DECKER
af Black+Decker verkfærum

JOTUN LADY
20% afsláttur
Málning
af allri LADY innimálningu

9ltr.
25% afsláttur
JOTUN VEGG&TAK 2:1
7.796kr
~~10.395kr~~
Jotun vegg- og loftamálning
Hentar bæði á loft og veggi. Þekur vel.
14550112-4

FLÍSAR
Ný og glæsileg flísa- og parketdeild
Húsasmiðjunni í Skútuvogi

Rósir 10 stk.
2.490kr
~~3.490kr~~

20-50% afsláttur
af öllum pottaplöntum

50% afsláttur
Haustlaukar
Eitt mesta úrval landsins

Erikur **4 stk.** Síðasta sending
999kr

FLOREALIS

Haltu þínu striki!

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

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

Fæst án lyfseðils í næsta apóteki www.florealis.is

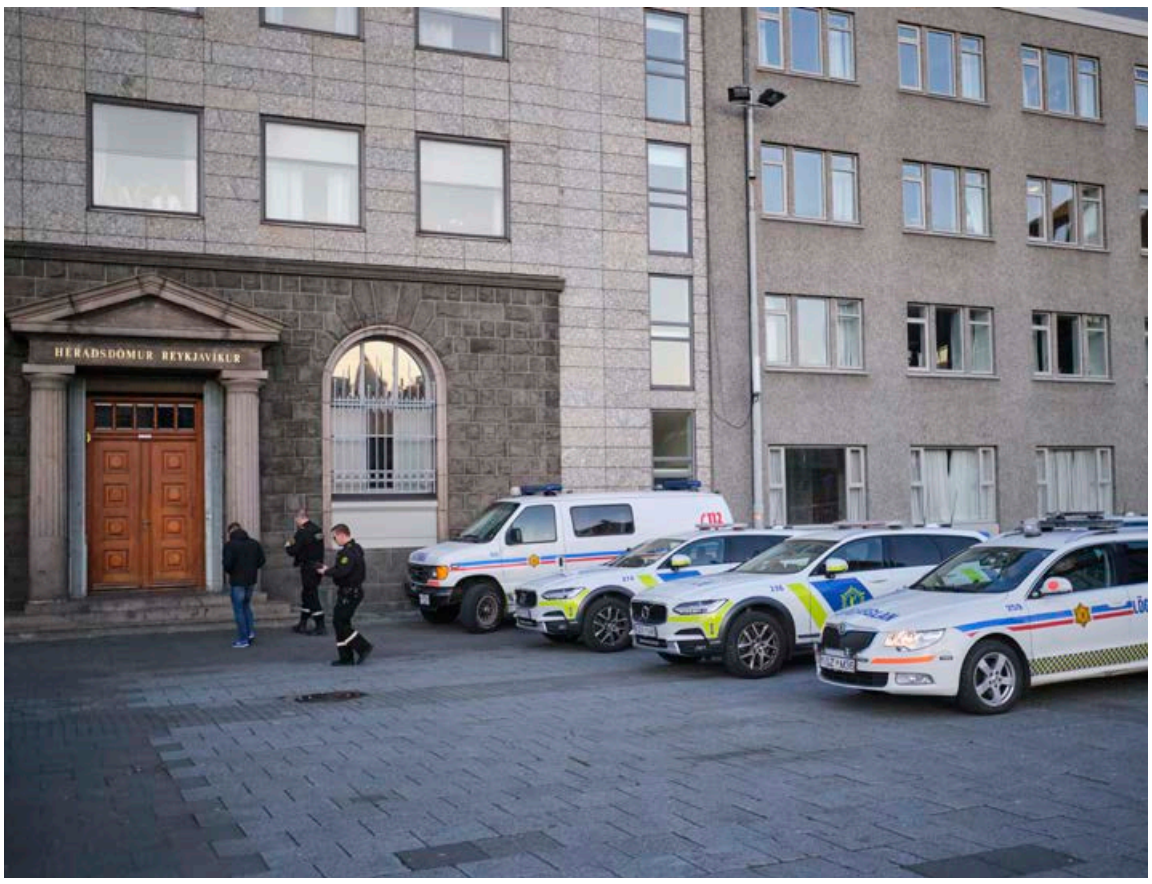
Kæra á hendur Sveini Andra felld niður

DÓMSMÁL Kæra Skúla Gunnars Sigfússonar, sem kenndur er við Subway, og viðskiptafélaga hans á hendur Sveini Andra Sveinssyni hæstaréttarlögmanni hefur verið felld niður af héraðssaksóknara. Var Sveinn Andri kærður í nóvember 2017 fyrir meintar ólögmætar þvinganir og rangar sakargiftir í tengslum við störf sín sem skiptastjóri félagsins EK1923 ehf.

„Þetta var algjörlega viðbúið. Það var ekki einu sinni talið tilefni til að taka af mér skýrslu þetta var svo mikið bull. Þannig að ég hafði aldrei áhyggjur af því að þetta yrði ekki fellt niður," segir Sveinn Andri. „Svona getur oft tekið tíma, það er eins og gengur, en það lá alltaf fyrir hvernig þetta færi."

Sveinn Andri Sveinsson lögmaður. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Þessi kæra er aðeins einn angi málsins. Á borði héraðssaksóknara liggur enn kæra Sveins Andra á hendur Skúla Gunnari og Guðmundi Hjaltasyni, framkvæmdastjóra Sjöstjörnunnar ehf. Snýr sú kæra að meintum skilasvikum og fjárdrætti. **– ab**



Lögreglumenn fjölmenntu í héraðsdóm til að vera við dómsuppsögu í máli vinnufélaga síns. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Þrír ákærðir fyrir brot í starfi árlega frá 2016

Ellefu lögreglumenn hafa verið ákærðir fyrir brot í starfi á fjórum árum. Fyrsti sýknudómurinn féll í síðustu viku. Átta hafa verið sakfelldir. Langflestum málum var vísað frá. Þyngsti dómurinn er 15 mánaða fangelsi.

LÖGREGLUMÁL Ellefu lögreglumenn hafa verið ákærðir fyrir brot í starfi frá því embætti héraðssaksóknara var stofnað árið 2016 en það fæst meðal annars við rannsóknir mála gegn lögreglu og fer með ákæruvald í málum gegn lögreglumönnum. Fréttablaðið óskaði þessara upplýsinga frá embætti héraðssaksóknara.

Málin skiptast jafnt milli áranna þannig að þrír hafa verið ákærðir á hverju þessara ára en á yfirstandandi ári hafa tveir verið ákærðir. Sakfellt hefur verið í ellefu málum og sýknað í einu. Tveimur málum er ólokið.

Samkvæmt ársskýrslu Ríkissaksóknara fyrir 2018, voru samtals 102 kærur lagðar fram gegn lögreglumönnum á árunum 2016, 2017 og 2018. Aðeins var ákært í níu málum fyrir brot í starfi. Langflestum kærum var vísað frá, málið fellt niður eða fallið frá kæru.

Málin eru misalvarleg. Í nokkrum tilvikum er bæði ákært fyrir brot í starfi og fyrir líkamsmeiðingar af gáleysi. Í þeim tilvikum er gjarnan tekist á um fyrir dómi hvort réttum aðferðum hafi verið beitt við handtöku. Fyrr á árinu var lögreglumaður sakfelldur fyrir líkamsmeiðingar af gáleysi er maður fótbrotnaði í handtöku við það að bílhurð lögreglubíls var ítrekað skellt á fætur hans. Lögreglumaðurinn var dæmdur til greiðslu 200 þúsund króna sektar auk greiðslu bóta til brotaþolans. Hann var sýknaður af ákæru um brot í starfi.

Kærur á hendur lögreglumönnum

	Ákærur	Sakfelling	Sýkna	Ólokið
'16	3	3		
'17	3	2		1
'18	3	3		
'19	2		1	1

*Aflað hjá héraðssaksóknara 24.10.'19

Algeng refsing fyrir brot lögreglumanns í starfi er 30 daga fangelsi. Í fyrra var refsing lögreglumanns milduð úr 60 daga fangelsi niður í 30 daga en hann játaði að hafa farið offari og ekki gætt lögmætra aðferða þegar hann hugðist flytja brotaþola úr fangageymslu og fyrir dómara.

Þyngsti dómur yfir lögreglumanni sem kveðinn hefur verið upp á undanförnum árum er 15 mánaða fangelsi sem Jens Gunnarsson, lögreglumaður hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu, fékk fyrir að hafa veitt brotamanni upplýsingar sem þagnarskylda ríkti um og fyrir að hafa, í tengslum við framkvæmd starfa sinna, heimtað af honum fé í SMS-skilaboðum.

Sýknudómur í máli Bjarna Ólafs Magnússonar fyrr í vikunni er fyrsti sýknudómur í máli um brot lögreglumanns í starfi sem kveðinn er upp frá því ákæruvald í málaflokknum fluttist til héraðssaksóknara árið 2016.

Eins og fjallað var um í Fréttablaðinu í vikunni telur héraðssaksóknari hins vegar ýmsa vankanta vera á fyrirkomulagi bæði rannsókna og saksóknar fyrir refsiverð brot lögreglumanna. Þetta kemur fram í umsögn héraðssaksóknara til allsherjar- og menntamálanefndar um tillögu Pírata um sjálfstætt eftirlit með starfsemi og starfsháttum lögreglu. Þeir þættir sem nefndir eru í umsögninni lúta að meginreglunni um hlutleysi og sjálfstæði ákæruvaldsins. Það hendi oft að sama atvik leiði bæði til rannsóknar á broti gegn valdstjórninni og broti lögreglumanns. Við það bætist að helstu vitni ákæruvaldsins koma gjarnan úr hópi lögreglumanna sem eru þá eftir atvikum vinnufélagar hins ákærða.

Við svipaðan tón kveður í umsögn nefndar um eftirlit með lögreglu, um sama þingmál og telur nefndin að þörf sé fyrir öflugra eftirlit með lögreglu og ríkari og víðtækari rannsóknarheimildir en nefndin hefur nú.

adalheidur@frettabladid.is

Enski boltinn frá Síminn Sport á Nova TV

2.500 kr./mán.

með ótakmörkuðum Ljósleiðara hjá Nova.
~~Verð áður 4.500 kr./mán.~~

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

Frettabladid.is færir þér nýjustu fréttir dagsins og ítarlega umfjöllun um málefni líðandi stundar.

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook

F&F

MEIRI GÆÐI, BETRA VERÐ

FÆST EINGÖNGU Í

HAGKAUP

Réttað yfir fyrrverandi IRA-liða vegna morða

Réttað verður yfir fyrrverandi IRA-liða vegna sprengjuárásar á tvo hermenn árið 1972. Eftir friðarsamkomulagið 1998 var 200 IRA-liðum heitið friðhelgi. Mál Downeys og útganga Bretlands úr ESB er vatn á myllu öfgahópa í landinu.

BRETLAND John Downey, 67 ára maður sem grunaður er um morð á tveimur breskum hermönnum árið 1972, gaf sig fram við lögregluna á Írlandi fyrr í mánuðinum og var í kjölfarið framseldur til Norður-Írlands. Downey var meðlimur í hryðjuverkasamtökunum IRA og er einnig grunaður um fleiri ódæði. Á þriðjudag ákvað dómari að Downey yrði í varðhaldi fram að réttarhöldum enda væri mikil hætta á að hann reyndi að flýja.

Þann 25. ágúst árið 1972 voru hermennirnir Alfred Johnston og James Eams að skoða bifreið á Irvinestown-veginum, nálægt Cherrymount í suðvesturhluta Norður-Írlands, þegar hún sprakk og þeir létust báðir. Þetta var á mestu átakatímunum sem vörðu í 30 ár, eða allt þar til friðarsamkomulag var gert árið 1998.

John Downey leiddur af lögreglu á Norður-Írlandi. Eitt ódæðið sem hann er sakaður um beindist að vörðum Bretadrottningar. NORDICPHOTOS/GETTY

Downey, sem búsettur hefur verið á Írlandi undanfarna áratugi, var einn af þeim 200 liðsmönnum IRA sem Tony Blair, þáverandi forsætisráðherra og Gerry Adams, leiðtogi Sinn Fein, stjórnmálaarms IRA, sömdu um að yrðu ekki ákærðir fyrir glæpi sína. Þegar íhaldsstjórn Davids Cameron komst til valda árið 2010 var þetta samkomulag sett í uppnám.

Árið 2013 var Downey kærður fyrir tvær sprengjuárásir í Hyde Park og Regent's Park í Lundúnum þann 20. júlí árið 1982, þar sem 11 hermenn létust. Downey mætti fyrir réttinn í Lundúnum en málinu var vísað frá þar sem lögregluyfirvöld á Norður-Írlandi höfðu fullvissað hann um að ekkert yrði aðhafst gegn honum á grundvelli samkomulagsins.

Haustið 2018 gáfu lögregluyfirvöld á Norður-Írlandi út evrópska handtökutilskipun á hendur Downey fyrir morðin frá árinu 1972. Á sama tíma höfðuðu fjölskyldur hermannanna í Lundúnum einkamál á hendur honum. Opinber beiðni um framsal frá Írlandi barst hæstaréttinum í Dyflinni 5. nóvember og var Downey handtekinn í Donegal sama dag en settur í stofufangelsi á meðan framsalsbeiðnin var í vinnslu. Í mars úrskurðaði hæstiréttur að framsal væri mögulegt og í október var hann framseldur.

Sinn Fein hafa haldið uppi vörnum fyrir Downey og segja framsalið brjóta í bága við friðarsamkomulagið. Einnig að Downey sjálfur hafi átt þátt í því að samkomulagið var gert árið 1998. „Það er ljóst að breska ríkisstjórnin vinnur þetta mál í slæmri trú. Downey ætti að vera heima í Donegal með fjölskyldu sinni," sagði Frankie Molloy, þingmaður flokksins. Segja þeir málið skapa hættulegt fordæmi fyrir frekari ákærur. Sambandssinnar fagna hins vegar framsalinu og segja að löngu sé kominn tími á réttlæti fyrir fjölskyldur hermannanna.

Þó að friðarsamkomulagið 1998 hafi verið bylting í samskiptum kaþólikka og mótmælenda á Norður-Írlandi má lítið út af bera til að átök blossi ekki upp á ný. Hafa ber í huga að enn eru voðaverk stunduð í landinu af skæruliðahópum, til að mynda af NIRA, sem lýsa sér sem arftaka IRA og hafa meðal annars sprengt á Norður-Írlandi og Englandi. Væntanleg útganga Bretlands úr Evrópusambandinu hefur verið vatn á myllu slíkra hópa og hafa þeir heitið árásum á landamæraverði og aðrar stofnanir sem hindra frjálsar samgöngur og verslun á milli norðurs og suðurs.

kristinnhaukur@frettabladid.is

Gámabíllinn er nú til ítarlegrar rannsóknar lögreglu. NORDICPHOTOS/GETTY

Talið víst að líkfundur í Essex tengist mansali

BRETLAND Þrennt er í haldi bresku lögreglunnar í tengslum við fund á 39 líkum í gámabíl í Essex á Englandi fyrr í vikunni. Maður, kona og ökumaður gámabílsins hafa verið færð til yfirheyrslu vegna málsins, en það hefur vakið mikinn óhug. Ráðist hefur verið í þrjár húsleitir á Norður-Írlandi í tengslum við málið.

Af þeim 39 sem fundust er 31 karlmaður og átta konur. Upphaflega var talið að þau hefðu öll verið kínverskir ríkisborgarar en samkvæmt heimildum BBC eru þrír frá Víetnam. Talið er víst að málið tengist mansali.

Ekki hefur fengist staðfest hvort málið tengist hvarfi hinnar 26 ára Pham Tra My. Hún sendi sms-skilaboð á fjölskyldumeðlim á þriðjudagskvöldið þar sem stóð: „Ég er að deyja, ég get ekki andað".

Fjölskyld My segist hafa greitt smyglurum 30 þúsund pund, eða rúmar 4,8 milljónir króna. Síðast vissu þau af henni í Belgíu, þaðan sem gámurinn kom til Bretlands. Sendiráð Víetnam hefur verið í samskiptum við lögregluna í Essex. **– ab**

Invincible 33" breytingapakki að verðmæti 700.000 kr. fylgir

Hilux er ódrepandi harðjaxl og með 33" breytingu eruð þið ósigrandi saman. Hilux Invincible kemur þér þangað sem þig langar, hvort sem það er leiðangur upp til fjalla, næsti veiðitúr eða bara að komast aðeins út fyrir borgina til að ná andanum. Hilux Invincible aukahlutapakki: 33" breyting, hlíf undir framstuðara, gluggavindhlífar, króm á afturljós og Invincible-merki.

2 ára þjónustupakki fylgir með öllum nýjum Hilux, viðskiptavinum að kostnaðarlausu.

7 ára ábyrgð fylgir öllum nýjum Toyota bifreiðum.

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

3+4 ÁBYRGÐ
2 ÁRA ÞJÓNUSTA

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19

Toyota Selfossi
Fossnesi 14

Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. Gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Af vefnum

Björn Reynir Halldórsson
formaður FEDON

Eiga doktorsnemar sér framtíð?

Annað árið í röð hefur ríkisstjórnin boðað niðurskurð til Rannsóknarsjóðs Vísinda- og tækniráðs, sem er einn af helstu möguleikum doktorsnema, sem og nýrannsakenda (nýdoktora) til að öðlast tekjur fyrir rannsóknir sínar. Á síðasta ári var horfið frá þessum niðurskurði í kjölfar harðra mótmæla vísindasamfélagsins, félaga doktorsnema auk stúdentahreyfinganna. Raunar virtust stjórnvöld koma af fjöllum um boðun niðurskurðarins í fyrra og töldu hann ekki samræmast áherslum ríkisstjórnarinnar í málefnum rannsókna og vísinda.

Grundvöllur þess að hér þrífist farsælt rannsóknarsamfélag í framtíðinni er sá að gert sé vel við það í dag.

Lestu greinina í heild á frettabladid.is/skodun

Vilja samstarf um jarðvarma

Fulltrúar hollenska fjármálaráðuneytisins í jarðhitamálum eru nú á Íslandi til að ræða samstarf í jarðvarmamálum. Framkvæmdastjóri Iceland Geothermal segir þá geta fært gróðurhúsabændum mikið.

ORKUMÁL Hollendingar hafa sýnt mikinn áhuga á samstarfi við íslensk fyrirtæki um jarðvarmaorku, bæði ráðgjöf og uppbyggingu. Samstarfið er þó enn á umræðustigi og engin fastmótuð verkefni ákveðin. Fulltrúar hollenska fjármálaráðuneytisins í jarðhitamálum heimsækja nú landið í annað skiptið á þessu ári.

Viðar Helgason, framkvæmdastjóri Iceland Geothermal, segir að á þessum tímapunkti sé verið að ræða þekkingartilfærslu. Annars vegar vegna jarðvarmaveitna til Hollands sem íslensk ráðgjafarfyrirtæki og hugsanlega þjónustufyrirtæki myndu koma að. Hins vegar er verið að ræða samstarf hollenskra fyrirtækja við gróðurhúsabændur á Íslandi en þar eru Hollendingar mjög framarlega á heimsvísu.

Í Hollandi er mikill jarðvarmi, allt að 100 gráða heitur, og öll gróðurhúsin þar jarðvarmahituð. Jarðvarmi er þó ekki notaður í stórum hitaveitukerfum.

Hollendingar telja sig ófluga hvað varðar endurnýjanlega orku en þá er aðeins verið að tala um raforkuna, sem er 25 prósent af orkuþörf landsins. Hin 75 prósentin, varminn, koma að langstærstum hluta úr varmagjöfum knúnum með gasi. Sveitarfélög þar í landi huga nú að því að nýta jarðvarma til að ná markmiðum í loftslagsmálum.

„Við getum lært mikið af Íslendingum því þeir hafa sýnt að hægt er að fá alla raforku og varma úr endurnýjanlegum orkugjöfum," segir Ruud Cino, sem fer fyrir hollensku sendinefndinni, en með honum eru Hanneke Kal og Roel Swierenga.

Ruud Cino, sem fer fyrir hollensku sendinefndinni, segir margt hægt að læra af Íslendingum um endurnýjanlega orku. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

„Fyrir okkur er raunhæft að hita 25 prósent heimila með jarðvarmaverum. Við höfum mjög metnaðarfull markmið. Árið 2030 ætlum við að sjöfalda jarðvarmanotkunina og árið 2050 ætlum við að fjörutíufalda hana," segir Hanneke. Hollendingar horfa einnig til annarra endurnýjanlegra orkugjafa, svo sem sólar- og vindorku. Roel segir að verið sé að ræða við fyrirtæki og skoða samvinnugrundvöll, hollenska ríkið muni ekki hafa beina aðkomu að verkefnum.

Hvað varðar gróðurhúsabændur segir Viðar að Hollendingar geti fært Íslendingum gríðarlega mikið. Til dæmis aðstoð við að hanna og smíða risavaxin gróðurhús og allt sem tengist garðyrkju.

Við erum langt á eftir öðrum þjóðum í garðyrkju og mörg húsin í niðurníðslu.

Viðar Helgason, framkvæmdastjóri Iceland Geothermal

„Við erum langt á eftir öðrum þjóðum í garðyrkju og mörg húsin í niðurníðslu. Íslendingar eiga mikla möguleika á að verða sjálfbærir með matvæli, við getum ræktað hvað sem er því hér er allt til staðar. Koltvísýringur, jarðvarmi og fleira. En einhverra hluta vegna hefur garðyrkjan ekki blómstrað og við önnum ekki eftirspurn eftir til dæmis káli."

Viðar segir aðeins tvö eða þrjú fyrirtæki hafa einhverja burði hér á Íslandi og nefnir til dæmis Lambhaga í því samhengi, sem þó myndi teljast mjög lítið fyrirtæki á hollenskan mælikvarða. Eigendur þessara fyrirtækja, sem fóru af stað fyrir áratugum, séu nú margir komnir á aldur og erfitt að sjá mikla nýliðun á markaðinum.

kristinnhaukur@frettabladid.is

JAGUAR I-PACE

BÍLL ÁRSINS 2020 ER RAFBÍLL

JAGUAR

*Upplýsingar miðast um drægi samkvæmt samræmdum mælingum WLTP sláðsetningar

FJÓRHJÓLADRIF, RAFMAGN, 470 KM* DRÆGI, 400 HESTÖFL, LOFTPÚÐAFJÖÐRUN

Bandalag íslenskra bílablaðamanna (BÍBB) hefur tilkynnt niðurstöðu í vali á „Bíl ársins 2020 á Íslandi". Jaguar I-Pace varð hlutskarpastur með 775 stig. Það voru einkum framúrskarandi aksturseiginleikar, mikið afl og þægindi I-Pace sem heilluðu dómnefndina og skiluðu Jaguar sportjeppanum í toppsætið.

BANDALAG ÍSLENSKRA BÍLL ÁRSINS 2020 BÍLABLAÐAMANNA

jaguarisland.is

Verið velkomin að reynsluaka bíl ársins 2020!

VERÐ FRÁ: 9.790.000 KR.

JAGUAR
HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 525 6500

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

ENNEMM / SÍA / NM96476

Rauði þráðurinn

Audi e-tron 50 quattro er drifinn aflgjafa íslenskrar náttúru. 100% rafdrifinn sportjeppi með 328 km drægni sem kemur þér í rafmagnað samband við landið allt. Með 600 lítra farangursrými að aftan að viðbættum 60 lítrum að framan tekurðu með þér það sem þig langar.
Fjórhjóladrifinn rífur hann sig í hundraðið á sjö sekúndum og nýtur fulltingis allra nýjustu tækni og aðstoðarkerfa sem halda þér á jörðinni.

Rauði þráðurinn er 50 ára samleikur HEKLU + AUDI sem færir þér e-tron 50 á fádæma afmælisverði.

– Skoðaðu úrvalið og tryggðu þér eintak á afmælisverðinu í sýningarsalnum á netinu:

hekla.is/audisalur

e-tron 50

50 ára samleikur

+ Afmælispakki Basic	+ Afmælispakki Advanced	+ Afmælispakki Advanced S-line
7.390.000 kr.	7.990.000 kr.	8.890.000 kr.

HEKLA · Laugavegi 170-174 / Audi.is

Útsýni yfir Esjuna og Sundin, 100 metrum fyrir ofan hleðslustöðvar HEKLU á Laugaveginum

*Búnaður á mynd getur verið frábrugðinn bílum á tilboðsverði.

Hið mjúka vald

Davíð Stefánsson
david@frettabladid.is

Fréttablaðið fjallaði í síðustu viku um tíst Donalds Trump á samfélagsmiðlinum Twitter. Tilefnið var að hann hefur verið 1.000 daga í embætti. Tístið hefur einkennt forsetatíð hans og hægt hefur verið að fylgjast með í rauntíma hvað forsetanum er efst í huga.

Þetta háttalag kann að henta á heimavettvangi þótt orð fjúki sem varla eru djúphugsuð og ekki í þeim anda sem menn hefðu vænst af manni í einu valdamesta embætti veraldar. Það embætti krefst íhugunar, umhugsunar og rólegrar, yfirvegaðrar og rökréttrar ákvarðanatöku en um leið mikillar festu og ákveðni.

Með forsetann í huga sagði Christine Lagarde, verðandi bankastjóri Seðlabanka Evrópu, í síðustu viku að þjóðarleiðtogar yrðu að hegða sér eins og fullorðið fólk. Þeir þyrftu að semja um lausn á viðskiptadeilum og taka rökréttar ákvarðanir. Hún taldi að tíst forsetans gæti dregið úr stöðugleika á mörkuðum á heimsvísu. Stöðugleiki næðist vart nema ráðamenn hegðuðu sér eins og menn, tækju allt til umræðu og semdu sig að niðurstöðum.

Hér er vert að hafa í huga það sem Joseph S. Nye, prófessor emeritus í opinberri stjórnsýslu við Harvard-háskóla, hefur ritað um áhrifamátt ríkja. Hann var ráðgjafi Jimmys Carter forseta og aðstoðarvarnarmálaráðherra í stjórn Bills Clinton.

Nye er þekktur fyrir kenningar um „hinn mjúka mátt“ andstætt hefðbundinni valdbeitingu með hernaðarmætti eða efnahagsmætti ríkja. Ríki geti fengið önnur ríki til liðs við sig með óbeinum hætti.

Fá ríki hafa haft meira mjúkt vald en Bandaríkin. Hið mýkra vald er æ meir megandi í flestu samstarfi þjóða. Þannig getur áhrifamáttur ríkja falist í siðferði, hugmyndum, lífsmynstri, kunnáttu og samstarfsfærni. Önnur ríki fylgja fordæmum vegna þeirra gilda sem þau leggja áherslu á eða ríki nýtur virðingar af einhverjum ástæðum. Áhrifin er sjaldnar að finna í hernaðarmætti, rembingi eða ríg.

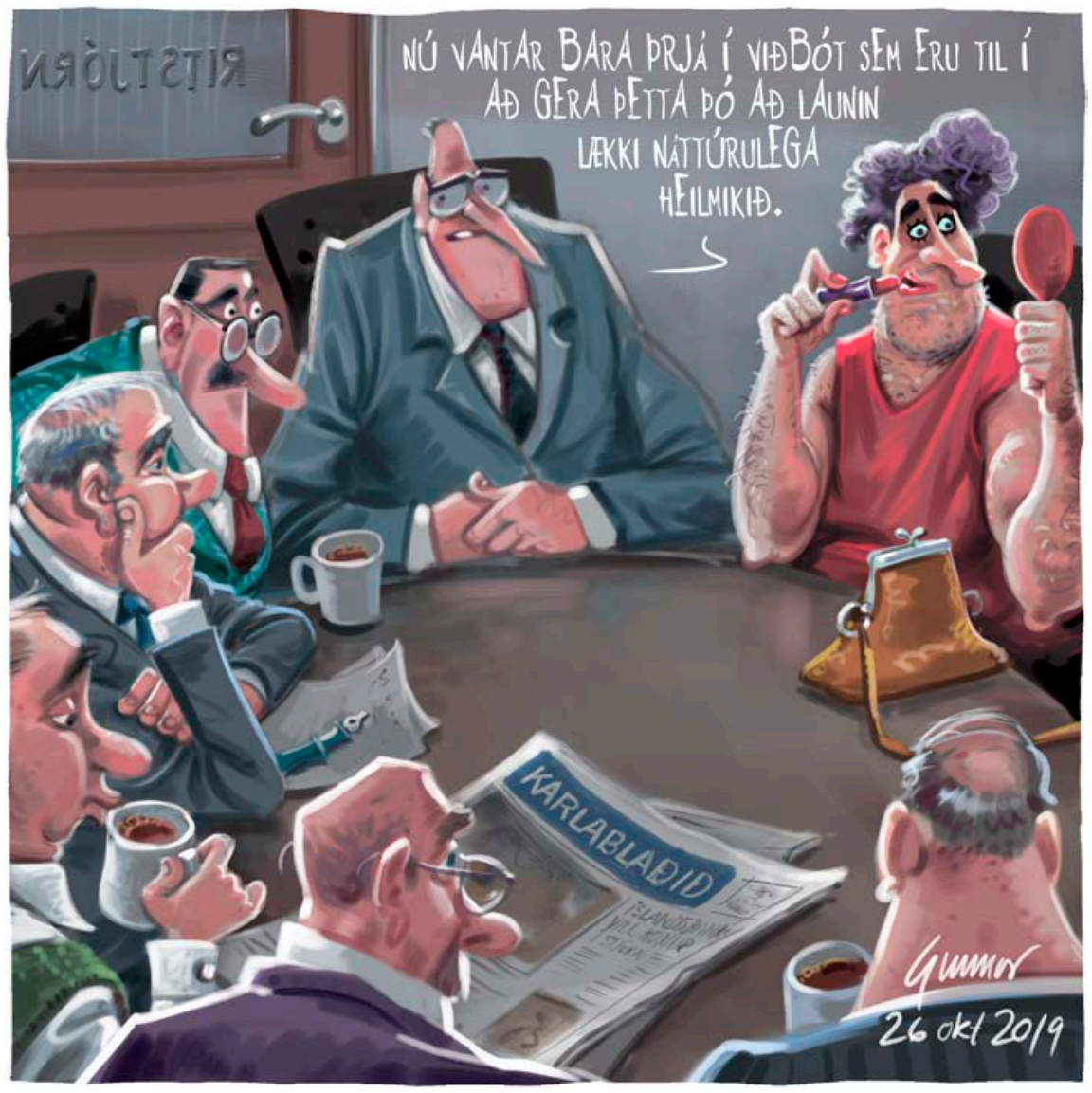
Nye hefur sagt að mikilvægi hins mjúka máttar í utanríkismálum eigi eftir að verða æ meira. Einstefna, hroki og einangrunarhyggja dragi úr áhrifum stórvelda. Menningarlegt aðdráttarafl og nýsköpun eykur þannig áhrifamátt ríkja meira en skotgrafir.

Að sama skapi segir Nye að hefðbundin valdbeiting í þágu þjóðarhagsmuna kunni að vera nauðsyn en það megi ekki beita valdi á kostnað hins mjúka máttar. Bandaríkin verði að standa við alþjóðlegar skuldbindingar og hvetja til alþjóðlegs samstarfs og frjálsra viðskipta. Þannig tryggi Bandaríkin stöðu sína.

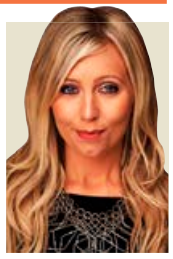
Bandaríkin eru eitt mikilvægasta samstarfsríki okkar Íslendinga. Það gildir um viðskipti, menningu og menntir en ekki síst um öryggismál og víðtækt varnarsamstarf. Það er skiljanlegt að menn hafi áhyggjur af þróun mála þar í landi sé horft til hins tístandi forseta. Á hinn bóginn má ekki gleyma því að margt vanhugsað er látið gott heita á Íslandi. Við líðum býsna margt til að halda friðinn. Það er mikilvægt að hafa í huga að fátt er auðveldara en að setja upp vandlætingarsvip gagnvart öðrum þegar kemur að samskiptum við bandamenn okkar vestanhafs.

Einstefna, hroki og einangrunarhyggja dragi úr áhrifum stórvelda. Menningarlegt aðdráttarafl og nýsköpun eykur áhrifamátt ríkja meira en skotgrafir.

Gunnar



Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



Eru konur nýjung?

Ósýnileiki kvenna virðist ætla að verða lífseigur. Í vikunni fóru sem eldur um sinu á samfélagsmiðlum nýlegar ljósmyndir úr fjölmiðlum þar sem konur voru í forgrunni án þess að þeirra væri getið í myndatexta. Á einni myndinni mátti sjá sitja í þingsal Áslaugu Örnu Sigurbjörnsdóttur dómsmálaráðherra. Undir myndinni stóð: „Gunnar Bragi Sveinsson, þingmaður Miðflokksins. Óli Björn Kárason, þingmaður Sjálfstæðisflokksins.“ Vissulega mátti sjá Gunnar Braga og Óla Björn á myndinni; það glitti í Gunnar Braga í sætaröð fyrir aftan Áslaugu Örnu og Óla Björn á aftasta bekk. En myndin var af Áslaugu Örnu. Á annarri mynd gaf að líta rithöfundinn Jónínu Leósdóttur þar sem hún sótti útgáfuhóf rithöfundarins Lilju Sigurðardóttur í síðustu viku. Undir myndinni stóð: „Sigurjón Kjartansson.“ Ef vel var að gáð – helst með aðstoð stækkunarglers – mátti sjá Sigurjón þar sem hann stóð handan Jónínu, úr fókus.

Yfirskrift albúmsins á Facebook sem geymir þessar grátbroslegu – eða kannski bara grátlegu – myndir er: „Eru konur til? Heita þær eitthvað?“ Þótt spurningarnar séu í gamni gerðar er alvara á ferðum.

„Svona góðar“

Á dögunum voru Nóbelsverðlaunin í bókmenntum veitt pólsku skáldkonunni Olgu Tokarczuk. Af því tilefni tjáði Anders Olsson, aðalritari Sænsku akademíunnar, sig um mikilvægi þess að auka á fjölbreytni meðal vinningshafa Nóbelsverðlaunanna: „Hingað til hafa verðlaunin verið karllæg,“ sagði Olsson. „En nú þegar svona margar konur eru farnar að vera svona góðar vonum við að verðlaunin verði víðfeðmari.“

Konur hafa alltaf verið skáld. Þótt Sænska akademían virðist telja að fyrst núna – árið 2019 – séu að koma fram á sjónarsviðið konur sem kunna að skrifa hafa alltaf verið til konur sem hafa verið „svona góðar“.

Hvað veldur því að ein vitrasta – og virtasta – stofnun veraldar telji að konur séu nýjar af nálinni?

Dökkur skuggi

Í skáldsögu Auðar Övu Ólafsdóttur, Ungfrú Ísland, segir frá ungri skáldkonu utan af landi sem flyst til Reykjavíkur árið 1963. Í höfuðborginni er konunni og hæfileikum hennar hins vegar tekið fálega. Í bókinni segir: „Karlmenn fæðast skáld. Þeir eru um fermingu þegar þeir gangast við því óumflýjanlega hlutskipti sínu að vera snillingar. Það skiptir engu hvort þeir skrifa bækur eða ekki.“

Frá örófi alda hefur veröldin verið á sjálfstillingu sem kallast: Karlmenn. Eins og fyrrnefndar blaðaljósmyndir sýna er nærvera karlmanns nóg til að varpa svo dökkum skugga yfir konu að hún sést ekki lengur.

En konurnar eru þarna. Þær eru dómsmálaráðherrar og skáld og allt þar á milli. Það er hins vegar ekki sama Jón og séra Jón; eða öllu heldur Jón og Jónína. „Þegar karlmaður skrifar um eitthvað eins og uppvaskið kallast það realismi,“ er haft eftir rithöfundinum Margret Atwood. „Þegar kona skrifar um uppvaskið þykir það erfðafræðilegur annmarki.“

Mergurinn málsins er þessi: Handtak karlmanns nýtur virðingar. Sama handtak konu gerir það ekki.

Það eru ekki konur sem eru nýjar af nálinni. Þær hafa alltaf verið til, þær hafa alltaf borið nöfn og þær hafa alltaf verið skáld. Virðing fyrir konum og störfum þeirra er hins vegar nýjung. Sú nýjung hefur þó ef til vill ekki hlotið jafnmikla útbreiðslu og talið var. Ætli hún sé ekki jafnútbreidd og nöfn kvenna í myndatextum fjölmiðla.

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*

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 5.390.000 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 2.290.000 kr.

RENAULT CAPTUR
Intens, sjálfskiptur, bensín
LISTAVERÐ: 3.690.000 kr.
KJARAVERÐ 3.390.000 kr.

NISSAN MICRA
Acenta, beinskiptur, bensín
LISTAVERÐ: 2.840.000 kr.
KJARAVERÐ 2.640.000 kr.

RENAULT KOLEOS
Zen, sjálfskiptur, dísil, 4WD
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN
LISTAVERÐ: 6.350.000 kr.
KJARAVERÐ 5.590.000 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 / NM96485

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

BL

ALLAR VÖRUR*

TAXI

Allar vörur á taxfree tilboði*

*** Taxfree tilboðið gildir af öllum vörum nema vörum frá IITTALA og SKOVBY og jafngildir 19,35% afslætti.**
Að sjálfsögðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði. Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.

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

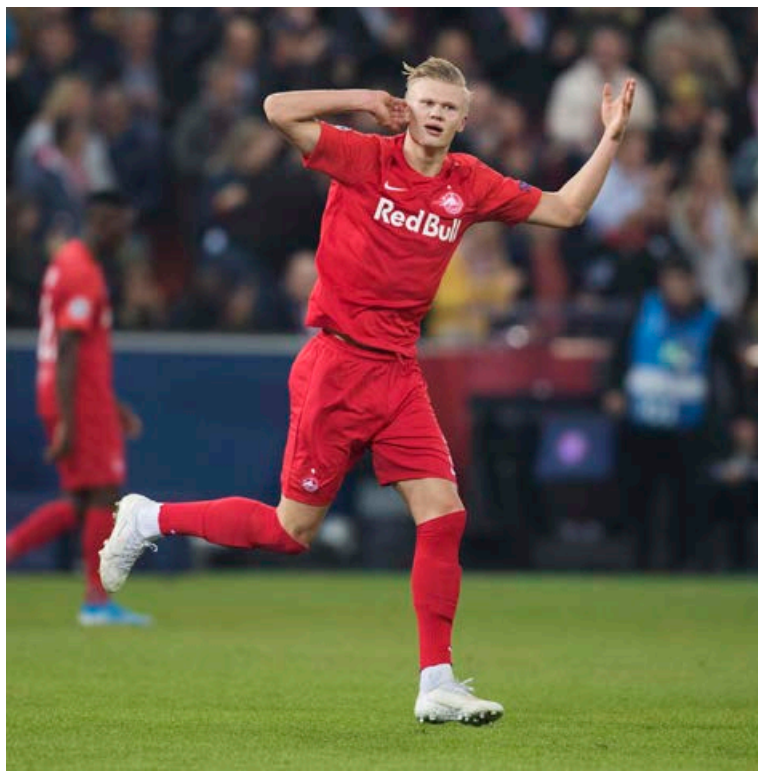
HÚSGAGNA HÖLLIN

Norðmenn að eignast rísandi stjörnu

Nafn norska sóknarmannsins stóra og stæðilega Erlings Braut Håland er á allra vörum þessa stundina. Håland, sem hefur komið eins og stormsveipur inn í evrópska knattspyrnuheiminn í haust, raðar inn mörkum fyrir austurrísku meistarana í Red Bull Salzburg.

FÓTBOLTI Erling Braut Håland skoraði í vikunni bæði mörk austurríska liðsins Salzburg þegar liðið laut í lægra haldi fyrir Napoli í riðlakeppni Meistaradeildar Evrópu í knattspyrnu karla. Þessi 19 ára gamli leikmaður hefur þar af leiðandi skoraði sex mörk í riðlakeppninni og er markahæsti leikmaður keppninnar, með einu marki meira en Robert Lewandowski.

Stóru liðin í Evrópu eru farin að renna hýru auga til þessa stóra og stæðilega framherja en Ole Gunnar Solskjær, knattspyrnustjóri Manchester United, hefur ákveðið forskot í þeim efnum þar sem hann þjálfaði hann hjá norska liðinu Molde á sínum tíma.



Håland fagnar marki gegn Napoli í vikunni. NORDICPHOTOS/GETTY

Lét til sín taka 15 ára gamall

Håland ólst upp hjá Bryne þar sem hann spilaði sinn fyrsta aðalliðsleik í norsku B-deildinni einungis 15 ára. Þá hafði hann þar áður skorað 18 mörk í 14 leikjum fyrir varalið félagsins. Molde festi svo kaup á kauða í febrúarbyrjun árið 2017 en þá var hann 16 ára.

Það er skap í þessum hæfileikaríka leikmanni en í fyrsta deildarleiknum sem hann spilaði var hann áminntur með gulu spjaldi rúmri mínútu eftir að hann kom inn á.

Fyrsta markið í norsku efstu deildinni kom svo þegar hann tryggði Molde sigur á Tromsö og skömmu síðar sá Håland til þess að Molde færi með þrjú stig úr leik gegn Viking Stavanger.

Eftir þann leik siðaði Björn Bergmann Sigurðarson, sem lék með Håland á þeim tíma og skoraði einnig í leiknum, samherja sinn til. Birni Bergmann fannst Håland sýna stuðningsmönnum Viking Stavanger vanvirðingu með því að fagna markinu af of miklum ákafa fyrir framan þá.

Strax ljóst í hvað stefndi

Tímabilið þar á eftir gerði svo hinn ungi og efnilegi leikmaður sem hafði brotist fram á sjónarsviðið sig enn meira gildandi og skoraði 12 mörk í 25 leikjum fyrir Molde sem varð í öðru sæti norsku efstu deildarinnar annað árið í röð.

Hann skoraði meðal annars öll fjögur mörk Molde í 4-0 sigri á Brann sem þá var taplaust á toppi deildarinnar. Eftir þann leik sagði Solskjær, sem þá var þjálfari Molde, að félög í Evrópu væru farin að bera víurnar í hann og seinna spurðist út að útsendari Manchester United hefði verið á leiknum.

Håland skoraði 16 mörk í 30 leikjum fyrir Molde í öllum keppnum og nokkuð ljóst var að Molde myndi ekki njóta krafta hans á næsta keppnistímabili. Sumarið 2018 var hann svo seldur til austurríska orkudrykkjaliðsins Red Bull Salzburg en hann gekk í raðir í félagsins í ársbyrjun 2019.

Gullkynslóð Noregs

Það hefur ekki tekið langan tíma fyrir Håland að aðlagast austurrísku deildinni eða Meistaradeild Evrópu. Hann skoraði 11 mörk í fyrstu sjö deildarleikjum og þrenna hans í sigri gegn Genk í riðlakeppni Meistaradeildarinnar var sú fjórða fyrir Red Bull Salzburg.

Lars Lagerbäck, þjálfari norska landsliðsins, heillaðist af frammistöðu hans með Red Bull Salzburg og valdi hann í A-landsliðið fyrir leiki gegn Möltu og Svíþjóð í undankeppni EM 2020 í byrjun september. Þá hafði hann einnig raðað inn mörkum fyrir U-20 ára landslið Noregs en á HM U-20 ára liða í sumar skoraði hann níu mörk í 12-0 sigri á Hondúras sem tryggði honum gullskóinn á mótinu. Þetta er enn fremur það mesta sem nokkur leikmaður hefur skorað í einum leik á þessu móti.

Håland spilaði sinn fyrsta A-landsleik á móti Möltu en nokkuð ljóst er að landsleikirnir verða fleiri í framtíðinni. Eftir mögur ár hjá Noregi eru bjartir tímar fram undan hjá liðinu þar sem Håland, Kristoffer Ajer, Sander Berge, Martin Ødegaard og Mathias Normann munu taka við keflinu sem lykilleikmenn liðsins.

hjorvaro@frettabladid.is

Gæti orðið sá besti

„Håland er stjarnan í Austurríki þessa stundina. Þrátt fyrir ungan aldur gæti hann orðið einn besti leikmaður sem hefur spilað í Austurríki. Hann er stór, sterkur, fljótur og frábær í að klára færi. Ég hef aldrei séð jafn heilsteyptan framherja á þessum aldri, hvorki í Austurríki né á alþjóðlegu sviði og ef hann spilar rétt úr spilunum gæti hann orðið sá besti í heiminum. Það veltur á því hversu langt Salzburg fer í Evrópu hversu lengi þeir ná að halda honum, Håland og fjölskylda hans eru mjög varkár um að taka rétt skref," sagði David Eder, lýsandi hjá Sky Sports í Austurríki, sem hefur fylgst vandlega með Håland.

„Hugmyndafræði Salzburg hentar honum vel, hraður sóknarleikur. Leikaðferð mun að ég held skipta miklu máli þegar hann velur sér næsta lið, það hentar honum ekki jafn vel að spila í varnarsinnuðu liði. Það spilaði stórt hlutverk hjá Erling að fara í réttar aðstæður fyrir næsta skref og Salzburg reyndist heillaskref. Það var ljóst strax að hann væri framtíðarstjarna," sagði David um Håland sem er orðaður við öll stærstu lið heims um þessar mundir.

„Viðskiptahugmynd Salzburg gengur út á að fá unga leikmenn, móta þá og selja í stærstu deildirnar eins og Sadio Mane og Naby Keita."

VR óskar eftir orlofshúsum

VR óskar eftir að leigja vönduð sumarhús eða orlofsíbúðir til framleigu fyrir félagsmenn sína. Leitað er eftir húsnæði á landsbyggðinni fyrir næsta sumar.

Áhugasamir sendi upplýsingar á vr@vr.is fyrir 15. nóvember 2019.

Eftirfarandi upplýsingar þurfa að fylgja:

- Lýsing á eign og því sem henni fylgir
- Ástand íbúðar og staðsetning
- Stærð, fjöldi svefnplássa og byggingarár
- Lýsing á möguleikum til útivistar og afþreyingar í næsta nágrenni

Öllum tilboðum verður svarað.

VR • Kringlunni 7 • 103 Reykjavík • Sími 510 1700 • vr@vr.is • vr.is

VR

Jákvæð teikn á lofti í íslenskum sigri í gær

HANDBOLTI Íslenska karlalandsliðið í handbolta vann Svía 27-26 í fyrri æfingaleik liðanna í gær en liðin mætast á ný á morgun. Þetta var fimmta viðureign Íslands og Svíþjóðar eftir að Kristján Andrésson tók við sænska liðinu og fjórði sigur Strákanna okkar.

Sóknarleikur Íslands var erfiður á upphafsmínútum leiksins og þegar Ísland fann leiðina fram hjá vörn Svíanna varði markvörður Svía vel á fyrstu mínútum leiksins. Það var því skiljanlegt að Guðmundur Þ. Guðmundsson skyldi taka leikhlé þegar tíu mínútur voru búnar af leiknum og Ísland ekki enn búið að skora. Öflug íslensk vörn hélt spennu í leiknum og munaði aðeins þremur mörkum þrátt fyrir að Ísland ætti eftir að brjóta ísinn á fyrstu tíu mínútum leiksins.

Þegar líða tók á fyrri hálfleikinn komst betra flæði í sóknarleik Íslands og voru Strákarnir okkar fljótir að koma sér inn í leikinn á ný.

Munurinn var tvö mörk í hálfleik en þegar líða tók á seinni hálfleikinn náði Ísland frumkvæðinu og komst yfir í fyrsta sinn í leiknum. Liðin skiptust á forskotinu allan seinni hálfleikinn þrátt fyrir að íslenska liðið væri í villuvandræðum með sex brottvísanir gegn fjórum hjá sænska landsliðinu.

Tíu mínútum fyrir leikslok komst Svíþjóð tveimur mörkum yfir og voru Íslendingar manni færri en Strákunum okkar tókst að snúa leiknum sér í hag á síðustu tíu mínútum leiksins. Með öflugum varnarleik var Ísland fljótt að jafna metin og með 6-3 kafla á seinustu tíu mínútunum náði Ísland að sigla fram úr.

» Viggó Kristjánsson fékk eldskírn sína í gær og varð um leið fyrsti Seltirningurinn í A-landsliðinu fyrir utan Guðjón Val í tuttugu ár.

Sigvaldi Björn Guðjónsson var atkvæðamestur í íslenska liðinu með fimm mörk, næstir komu Kári Kristján Kristjánsson og Ólafur Andrés Guðmundsson með fjögur á heimavelli Ólafs í Kristianstad. Ólafur virtist njóta sín á heimavelli sínum og var duglegur að taka af skarið þegar með þurfti í sóknarleik Íslands. Í markinu varði Viktor Gísli átta bolta og Ágúst Elí tvo.

Í fjarveru nokkurra lykilleikmanna og þegar Aron Pálmarsson fékk snemma tvær brottvísanir í gær fengu óreyndari leikmenn tækifæri til að láta ljós sitt skína og stóðust þeir prófið vel. – kpt

LOKADAGAR! LOKADAGAR!

HAUSTVERÐ!

Á NÝJUM OG NOTUÐUM BÍLUM

EINFALDAÐU BÍLAKAUPIN

Finndu nýja bíla á lager og í pöntun og notaða á lager á brimborg.is

VOLVO XC40 D4 MOMENTUM AWD

190 hö dísil, 5 dyra og sjálfskiptur

Aukabúnaður umfram ríkulegan staðalbúnað:
Málmlitur, Edition pakki sem innifelur: Íslenskt leiðsögukerfi, Harman Kardon hljómkerfi, nálægðarskynjarar að framan og aftan, bakkmyndavél, rafdrifin framsæti, framlenging á setu framsæta, þráðlaus hleðsla fyrir GSM, rafdrifin aðfelling útispegla, varadekk á stálfelgu og CarPlay fyrir Android og Apple.

Verðlistaverð með aukabúnaði: 7.631.000 kr.
HAUSTVERÐ: 7.090.000 kr.

AFSLÁTTUR -541.000 kr.

MAZDA CX-3 OPTIMUM

2.0 bensín, 121 hö, sjálfskiptur, framdrifinn

SkyActiv spartækni, blindpunktsaðvörun, bakkmyndavél, nálægðarskynjarar að framan og aftan, brekkuaðstoð, veglínuskynjari, 18" álfelgur og Bose hljómkerfi er hluti af ríkulegum staðalbúnaði í Mazda CX-3 Optimum. Fáanlegur framhjóladrifinn og fjórhjóladrifinn en báðar útfærslur státa af fádæma góðu veggripi og aksturseiginleikum.

Verðlistaverð með málmlit: 4.070.000 kr.
HAUSTVERÐ: 3.670.000 kr.

AFSLÁTTUR -400.000 kr.

FORD KUGA VIGNALE AWD

2.0 dísil, 180 hö, 5 dyra og sjálfskiptur

Helsti búnaður: Bakkmyndavél, öryggispakki sem inniheldur: Árekstrarvörn, veglínuskynjara, ökumannsvaka, umferðaskiltalesara, sjálfvirk aðalljós og regnskynjara í framrúðu. Hálfsjálfvirk bílastæðaaðstoð og nálægðarskynjarar að framan og aftan, Bi-Xenon aðalljós, LED afturljós, Apple CarPlay og Android Auto, SYNC3 raddstýrt samskiptakerfi, blátannarbúnaður fyrir GSM, neyðarhringing í 112, leiðsögukerfi með Íslandskorti, 4,2" TFT litaskjár, DAB, 9 Sony hátalarar, 8" snerti/litaskjár í miðjustokk, veltivörn, brekkuaðstoð, upphitanleg framrúða, heilsársdekk, Easy Fuel, án skrúfaðs bensínloks, lyklalaust aðgengi, rafdrifin afturhleri með skynjara, leðurklætt mælaborð og hurðarspjöld.
Aukabúnaður í tilboðsbíl umfram ríkulegan staðalbúnað: Málmlitur og varadekk á stálfelgu.

Verðlistaverð með aukabúnaði: 6.570.000 kr.
HAUSTVERÐ: 5.890.000 kr.

AFSLÁTTUR -680.000 kr.

CITROËN C5 AIRCROSS FEEL SUV

1.5 dísil, 130 hö, sjálfskiptur 8 þrepa

Citroën C5 Aircross SUV er með kraftmikilli vél, 8 gíra sjálfskiptingu og Grip Control spólvörn, 23cm veghæð, Progressive Hydraulic Cushions fjöðrunarkerfi og fallegt innra rými.

Verðlistaverð með aukabúnaði: 4.940.000 kr.
HAUSTVERÐ: 4.540.000 kr.

AFSLÁTTUR -400.000 kr.

5 ÁRA CITROËN ÁBYRGÐ
*forsendur 5 ára ábyrgðar er að finna á citroen.is

PEUGEOT 3008 ALLURE SUV

1.2 bensín, 130 hö, sjálfskiptur 8 þrepa

Há sætisstaða, fyrsta flokks þægindi og hugvitssöm tækni einkenna Peugeot 3008. Ökumannsvaki, veglínuskynjun, nálægðarskynjarar að framan og aftan, stafrænt mælaborð, hraðastillir, þráðlaus símahleðsla, Apple Carplay og Android Auto og 18" álfelgur er hluti af ríkulegum staðalbúnaði í Peugeot 3008 Allure.

5 ÁRA PEUGEOT ÁBYRGÐ
*forsendur 5 ára ábyrgðar er að finna á peugeotisland.is

Verðlistaverð með aukabúnaði (bakkmyndavél og málmlitur): 4.930.000 kr.
HAUSTVERÐ: 4.530.000 kr.

AFSLÁTTUR -400.000 kr.

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6 og 8
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Opið virka daga kl. 9-17
Laugardaga 12-16

Komdu í Brimborg strax í dag og tryggðu þér nýjan bíl á geggjuðu Haustverði!

brimborg.is

FRÉTTABLAÐIÐ
HELGIN
26. OKTÓBER 2019 LAUGARDAGUR

Réttu handtökin

Fyllt smáhorn/dumplings

Erna Pétursdóttir og eiginmaður hennar Kunsang Tsering á Makake á Granda. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Íslendingar elska fylltu smáhornin

Við gömlu verbúðirnar, þar sem áður var Kaffi Grandi, er að finna fyrsta eiginlega Dim Sum barinn á Íslandi. Veitingastað þar sem er hægt að fá fyllt smáhorn, eða dumplings, og asíska tapasrétti. Kunsang og Erna segja frá staðnum og matarhefðunum.

„Okkur líður vel hér, þetta er bjart og fallegt húsnæði sem passar vel við hugmyndafræði okkar," segir Erna Pétursdóttir sem rekur með eiginmanni sínum Makake á Granda. Þau eiga einnig og reka vinsælan lítinn stað við Tryggvagötu, Ramen Momo. Þau stofnuðu hann fyrir fimm árum.

Erna og Kunsang kynntust upphaflega á Indlandi, en Kungsang er frá Tíbet. Erna starfaði þar sem kennari og Kunsang var í listaskóla. Þau eiga tvö börn, 8 og 6 ára, og líkar lífið vel á Íslandi.

„Okkur dreymdi alltaf um að opna stærri stað eins og Makake en við fórum okkur hægt. Við viljum leggja rækt við það sem við gerum. Þetta er ástríða og við byrjum smátt, förum okkur hægt. Það skilar sér í stöðugri rekstri, lægra verði til viðskiptavina og meiri gæðum," segir Erna frá. Þau aðhyllast slow food hugmyndafræðina sem felur í sér að velja staðbundið hráefni og auka meðvitund fólks um matarmenningu, þekkingu og hefðir.

„Reglulega kemur hingað eldra fólk sem man eftir Kaffi Granda og finnst gott að sitja hér inni og spila á spil og horfa á útsýnið. Það á góðar minningar héðan. Ég tek vel á móti því og spjalla við það og reyni að fá það til að prófa asískan mat," segir Kunsang.

Hönnnun staðarins og öll umgjörð ber þess merki að þau hafa lagt mikla vinnu og hugsun í staðinn. Veggina prýðir myndlist eftir bróður Ernu, Dag Pétursson. Matseðlarnir eru einnig skreyttir grafík eftir hann og bæklingur sem inniheldur fróðleik um fyllt smáhorn. Lesendur sjá dæmi um hönnunina í þessari grein í fróðleiksmolum um smáhornin.

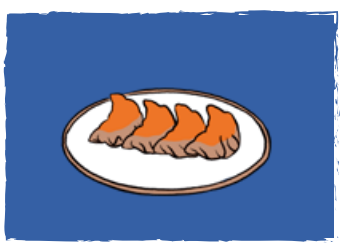
„Við leggjum mikið upp úr því að kynna þessar matarhefðir og viljum nota íslenska heitið smáhorn yfir dumplings," segir Erna. Við hönnun staðarins þá vildum við frekar nýta það sem var til frekar en að kaupa allt nýtt. Borðin eru úr kössum og ljósakrónurnar eru gerðar úr vín -og bjórflöskum. "

Staðurinn er opinn á kvöldin og í janúar stefna Erna og Kunsang á að opna verslun með hráefni í asíska matargerð sem þau framleiða á staðnum.

Heiti staðarins hefur skemmtilega tengingu við Japan, Makake (stundum kallaðir Snow Monkeys) er japönsk apategund sem elskar að baða sig og slaka á í heitum uppsprettum og búa til snjóbolta. „Okkur fannst þessi tenging skemmtileg enda elskum við Íslendingar að sitja í heitum pottum í snjónum," segir Erna.

Ítarlegri leiðbeiningar og kennslumyndband um hvernig má laga fyllt smáhorn er að finna á frettabladid.is.

Hargao Gufusoðin glær horn, stundum kölluð rækjuhúfur vegna lögunarinnar.



Gyoza Þetta eru fyllt smáhorn að japönskum hætti en uppskriftin er upprunalega kínversk (í Kína eru þau kölluð jiaozi) og hún barst til Japans með japönskum hermönnum þegar þeir sneru heim úr síðari heimsstyrjöldinni. Þau eru brotin saman í þunnt deig, steikt og svo gufusoðin að lokum.

Mandu Kóresk smáhorn sem hægt er að fylla með öllu mögulegu. Yfirleitt eru í fyllingunni hakkað svínakjöt, nautakjöt, kál eða kímtsjí, engifer og hvítlaukur. Fyrst eru hornin soðin og svo pönnusteikt ef vill.

Wonton Þessir bögglar eru settir ofan í súpu og eru yfirleitt minni en önnur fyllt horn. Þegar wonton er alveg soðið verður það glært og þá sést fyllingin svo maður veit hver hún er áður en maður bragðar á krásinni.

Shao Mai Þessi kínversku smáhorn eru borin fram sem smábitar. Þau eru upprunalega frá Mongólíu þar sem þau voru á matseðli tehúsa. Þau eru yfirleitt fyllt með svínakjöti, rækjum, sveppum og vorlauk.

Bao Opinbert heiti þessara kínversku smáhorna er baozi og menn hafa neytt þeirra í einhverri mynd allt frá þriðju öld tímatals okkar. Það má fylla þau með grænmeti eða með kjöti.

Momo Tíbetskar núðlur eru búnar til úr hveiti og vatni sem er hnoðað í deig. Yfirleitt er um að ræða hvítt hveiti og stundum er ögn af matarsóda eða brauðgeri bætt út í til að bæta áferðina.

Geimverur ráðast á jörðina og tvöfalt líf Sifjar

Skáldsaga Sifjar Sigmarsdóttur, Ég er svikari, er komin út á íslensku í þýðingu Höllu Sverrisdóttur. Sif skrifaði bókina á ensku og hún var gefin út í Bretlandi árið 2017 af Hodder útgáfurisanum þar í landi. Sagan, sem mætti flokka sem vísindaskáldsögu fyrir unglinga, fjallar um Amy sem býr í London með fjölskyldu sinni þegar geimverur ráðast á jörðina og virðast hafa sérstakan áhuga á því að safna til sín 14-19 ára krökkum.

Sif er íslenskum lesendum að góðu kunn fyrir ungmennabækur sínar. Hún er farin að hasla sér völl sem rithöfundur þar sem hún býr í Bretlandi en í sumar kom út á ensku spennusagan The Sharp Edge of a Snowflake og hefur fengið góða dóma.

„Það má segja að ég lifi tvöföldu lífi, ég starfa bæði á Íslandi og í Bretlandi. Ég skrifa bækurnar sem koma út í Bretlandi á ensku og hafði ekki tíma til að þýða þær sjálf yfir á íslensku. Halla Sverrisdóttir þýddi og mér fannst mjög merkilegt að sjá niðurstöðuna og hversu merkilegt framlag þýðandans er. Það má segja að skáldsagan sé eingetin en þegar þær eru þýddar verða foreldrarnir tveir."

Sif hefur verið búsett í Bretlandi síðan árið 2002. Hún hélt þangað í meistaranám í bókmenntafræði. „Á námsárunum man ég eftir því að hafa gengið um Waterstones bókabúðirnar í London og hugsað með mér að það væri nú gaman að fá útgefna eftir sig bók og sjá hana á borði í bókabúðinni. Þannig að þegar ég sá bók eftir mig á borði í Waterstones fyrir tveimur árum þá hefði ég næstum getað farið að gráta af gleði." – kbg

Sif les upp úr bók sinni á www.frettabladid.is í nýjum lið; Upplestur. Þar er einnig að finna lengra viðtal við hana.

Sif Sigmarsdóttir lifir tvöföldu lífi sem rithöfundur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

HONDA

CR-V HYBRID

HYBRID **BÍLL ÁRSINS** 2019*

HONDA CR-V 4X4 BENSÍN
FRÁ KR. 5.890.000
SJÁLFSKIPTUR

HONDA CR-V 4X4 HYBRID
FRÁ KR. 6.190.000
SJÁLFSKIPTUR

HAGKVÆMNI SEM ÞÚ SÉRÐ

Upplifðu nútíma skilvirkni, án þess að takmarka akstursánægju þína. CR-V Hybrid framleiðir sitt eigið rafmagn; sjálfhleðsla, svo þú þurfir aldrei að stinga í samband. Skilvirkni CR-V Hybrid er ekki eingöngu mæld við bensíndæluna, líka hvernig þú upplifir aksturseiginleikana. Sterk, en um leið létt bygging hans framkallar lipra og örugga akstur-eiginleika og með háþróuðu fjöðrunarkerfinu verður aksturinn einstaklega þægilegur. Honda hefur framleitt Hybrid bifreiðar í meira en tuttugu ár - reynsla sem þú getur treyst á. CR-V Hybrid er með 5 ára ábyrgð á öllu Hybrid kerfinu frá framleiðanda, sem veitir þér hugarró, það er ávinningur að aka með tækni sem þú getur treyst.

WHATCAR?
CAR OF THE YEAR 2019

OPIÐ LAUGARDAGA MILLI **KL. 12:00 OG 16:00**

*Honda CR-V Hybrid var valinn bíl ársins 2019 - Car of the year í flokki Hybrid bíla í verðflokki frá £30.000

BERNHARD

Bernhard - Honda á Íslandi
Vatnagörðum 24
104 Reykjavík
Sími 520 1100
www.honda.is

Umboðsaðilar:

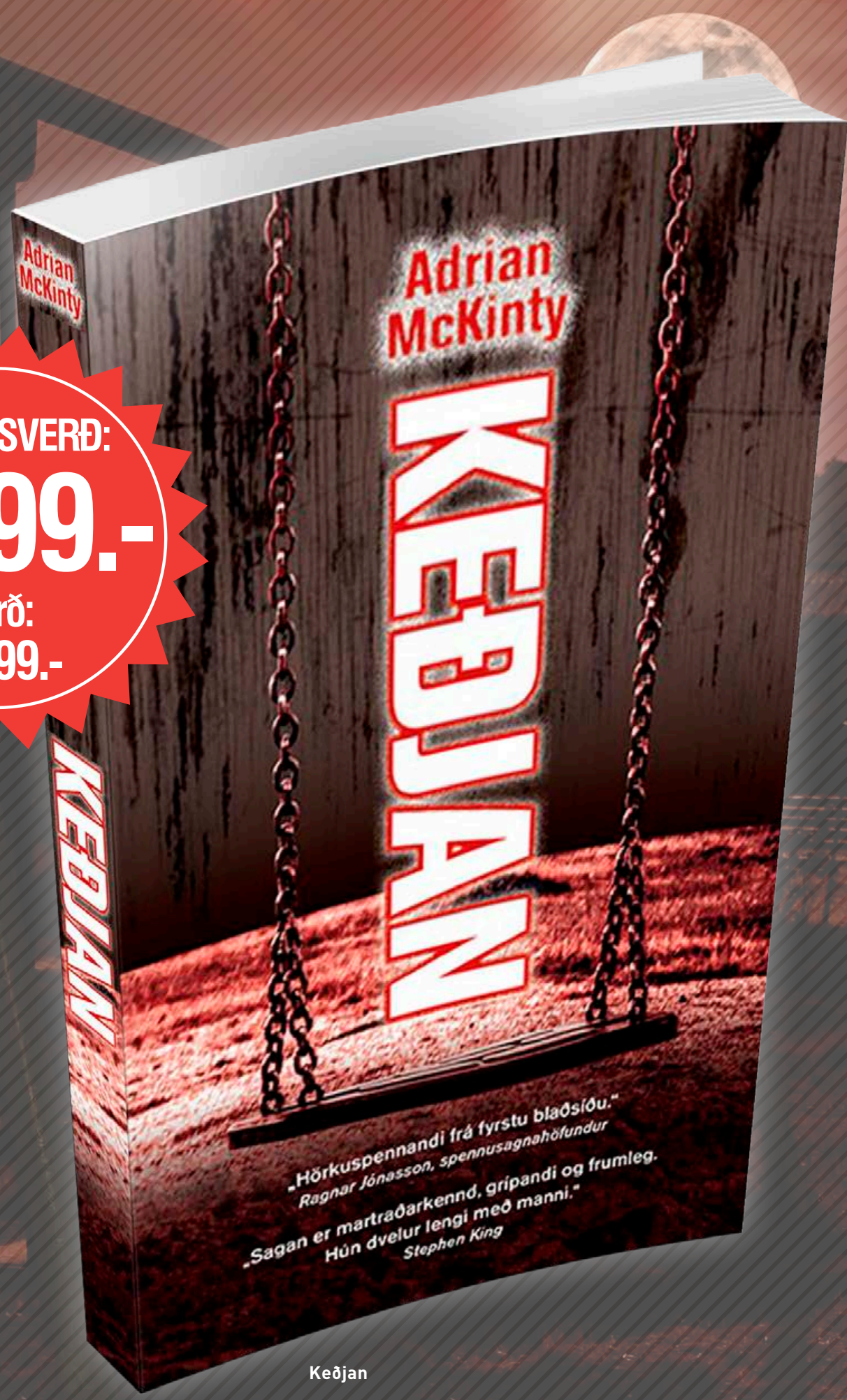
Bílver
Innesvegi 1
Akranesi
Sími 431 1985

Höldur
Þórsstíg 2
Akureyri
Sími 461 6020

Bragginn
Flötum 20
Vestmannaeyjum
Sími 481 1535

HONDA

GRÍPANDI & FRUMLEG!

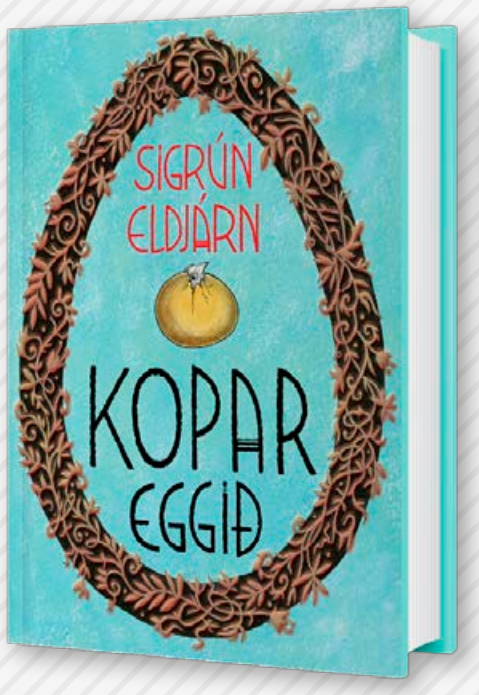


TILBOÐSVERÐ:
3.199.-
Verð:
3.999.-

Keðjan

„Hörkuspennandi frá fyrstu blaðsíðu."
Ragnar Jónasson, spennusagnahöfundur

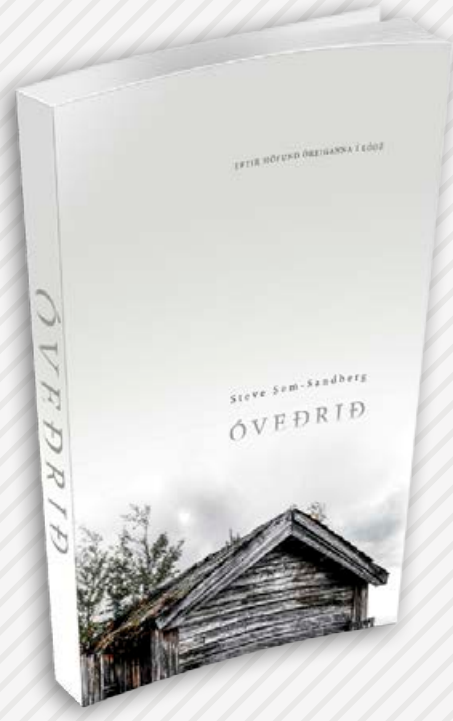
VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON



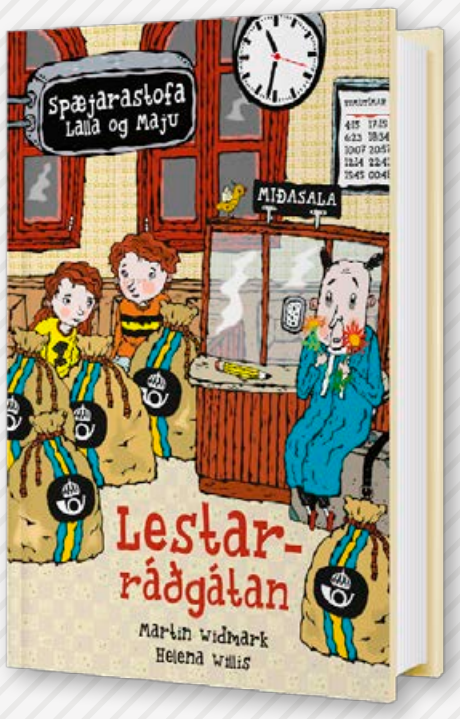
Kopareggið
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-

Bókin um fyrirgefninguna
TILBOÐSVERÐ: 3.199.-
Verð áður: 3.759.-

Helga Saga
TILBOÐSVERÐ: 5.199.-
Verð áður: 6.699.-

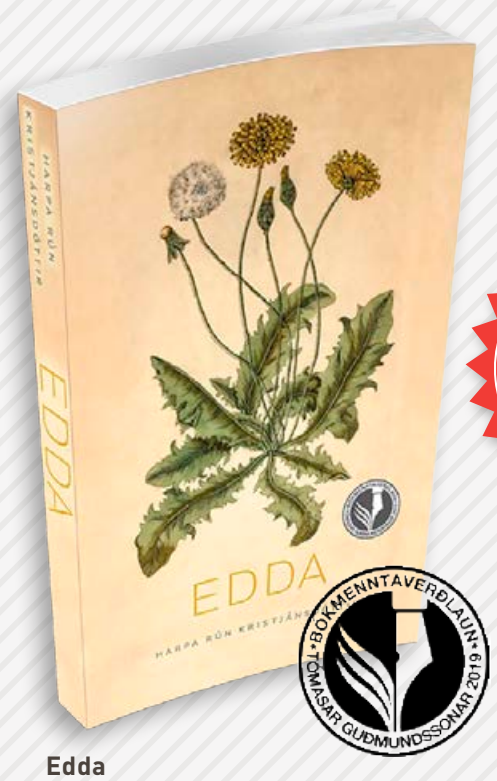


Óveðrið
TILBOÐSVERÐ: 3.299.-
Verð áður: 4.299.-



Spæjarastofa Lalla og Maju - Lestarráðgátan
TILBOÐSVERÐ: 3.399.-
Verð áður: 4.299.-

Ég er svikari
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-



Edda
TILBOÐSVERÐ: 2.899.-
Verð áður: 3.699.-

Kokkáll
TILBOÐSVERÐ: 5.599.-
Verð áður: 6.999.-

Hárbókin
TILBOÐSVERÐ: 4.599.-
Verð áður: 5.699.-

Friðbergur forseti
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-

Selpur sem ljúga
TILBOÐSVERÐ: 5.599.-
Verð áður: 6.999.-

Kiddi klaufi - Randver kjaftar frá
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-

Café
AUSTURSTRÆTI • SKÓLAVÖRÐUSTÍG
LAUGAVEGI • AKUREYRI • VESTMANNAEYJUM

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Álfabakka 16, Mjódd

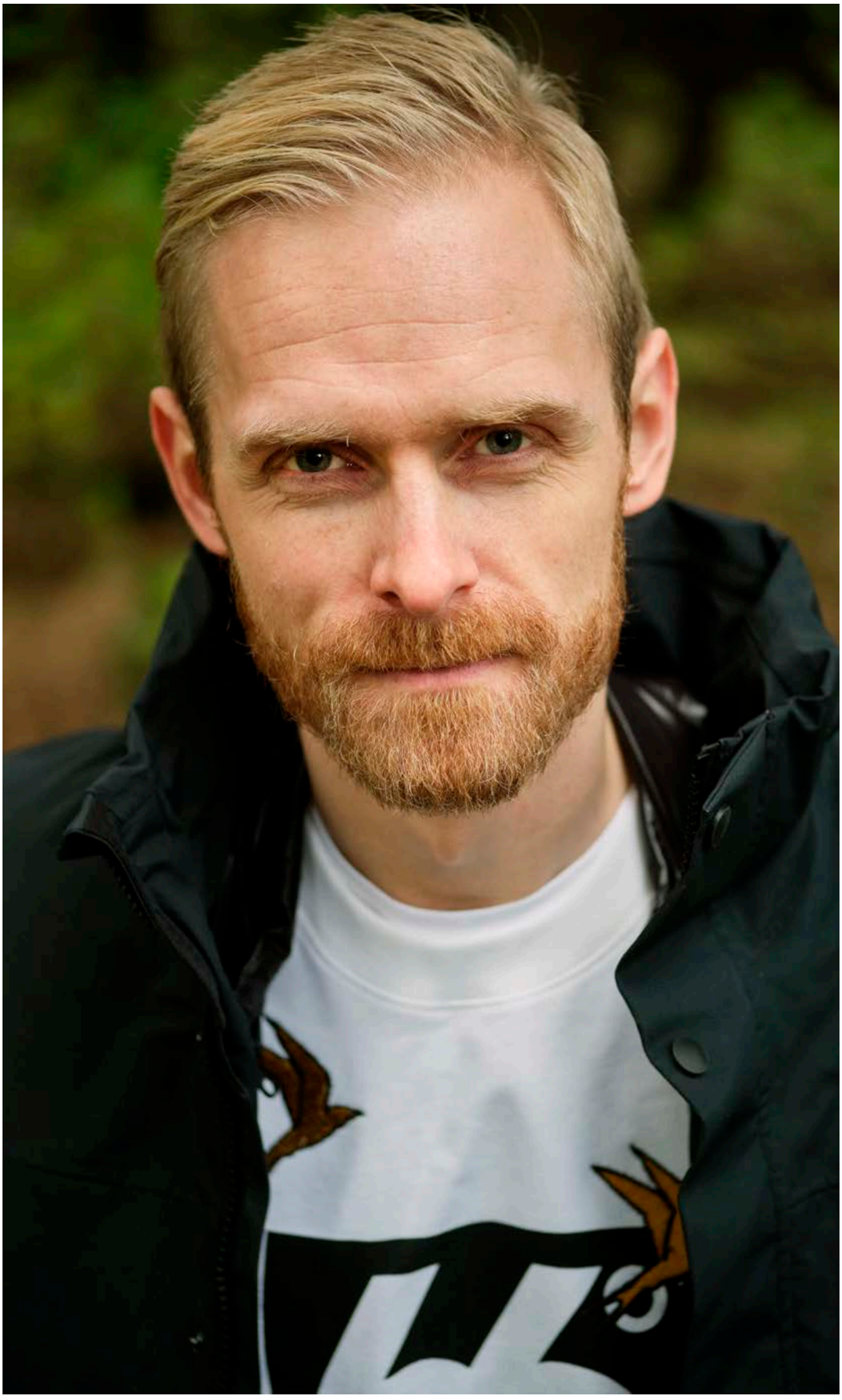
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Krossmóa 4

Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1
Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

Penninn Eymundsson
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 28. október, eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is



„Ég ákvað að skoða betur hvað það var sem gerðist þegar ég var lítill drengur.“

Draumurinn að verða heimavinnandi húsfaðir

Björgvin Páll Gústavsson segir frá erfiðri barnæsku og glímu við kvíða og vanlíðan á fullorðinsárum í nýrri bók, Án filters. Í einlægu viðtali segir hann frá því hvers vegna hann ákvað að gera upp líf sitt og hvert hann stefnir. Honum finnst föðurhlutverkið mjög mikilvægt og í lok ferils síns á hann sér þann draum að verða heimavinnandi húsfaðir.

„Það er auðveldara en áður að villast af leið, glansmyndirnar gera það að verkum að mínu mati,“ segir Björgvin Páll Gústavsson handboltamaður sem ætlar að flytja heim til Íslands frá Danmörku næsta sumar. Hann tilkynnti forsvarsmönnum Skjern ákvörðun sína fyrir nokkru. Björgvin hefur verið í atvinnumennsku ytra í ellefu ár og segir ákvörðun sína og fjölskyldunnar um að flytja heim snúa að því að verða betri manneskja. Styrkja fjölskyldu- og vinabönd og huga að andlegri heilsu.

„Árangur getur stundum leitt fólk af réttri leið. Hann er svolítið hættulegur. Þá finnur maður fyrst fyrir tóminu. Jim Carrey leikari hefur velt þessu fyrir sér og sagðist óska sér að allir fengju að prófa að verða ríkir og frægir. Þá fyndi fólk fyrir tómarúminu innra með sér.

Það er ævilangt verkefni að takast á við það að vera góð manneskja og gæta að andlegri heilsu sinni. Þetta er sérstaklega vandasamt í dag því samfélagið okkar er fullt af glansmyndum. Samkvæmt Instagram lifa allir hinu fullkomna lífi. Ég er ekki á móti því að fólk setji inn fallegar myndir úr fríinu. En hið góða líf er bara ósköp venjulegur hversdagur. Bestu stundirnar verða ekki í einhverju lúxuslífi, eða í því að lyfta bikar. Þær eru faldar í hverjum degi. Þær eru í rútínunni. Þegar þú sækir börnin í leikskólann, þegar þú ert með þeim að lita í stofunni heima.“

Kyngdi stoltinu

Björgvin Páll segist hafa þurft að kyngja stoltinu þegar hann tók ákvörðun um að breyta um áherslur og svo að hætta loks hjá Skjern. „Það að kyngja egóinu og hætta að hugsa allt út frá sjálfum sér var það mikilvægasta sem ég hef gert á mínum ferli. Bæði sem handboltamaður og manneskja. Ég ákvað að styðja við árangur liðsins með því að styrkja upprennandi markmann. Það var það rétta að gera fyrir liðið og hinum markmanni liðsins gekk betur og betur. Hann var valinn leikmaður ársins hjá klúbbnum, markmaður ársins í Danmörku. Ég fékk fyrir vikið minni og minni spilatíma og setti mig sjálfur í þá stöðu að vera í slakri leikæfingu og ekki eins spennandi kostur fyrir landsliðsþjálfarann,“ segir Björgvin Páll sem segist þrátt fyrir það vera sannfærður um að það hafi verið rétt ákvörðun.

„Ég stend fyllilega við þá ákvörðun að láta mér standa á sama um hver stóð í markinu eins lengi og liðið náði árangri. Þetta hljómar sem eðlileg hugsun innan liðsíþróttar en að mörgu leyti eru íþróttamenn og þá sérstaklega í atvinnumennsku í ákveðinni samkeppni við liðsfélaga sína um stöðu í liðinu. Þetta er ómeðvitað kennt upp alla yngri flokka. Það að bera sig saman við aðra og eins er það mjög ríkt, sérstaklega í íslensku samfélagi, að bera sig saman við náungann. Þegar maður eldist og þroskast fer aðeins að draga úr þessu og maður byrjar hægt og rólega að aflæra mikið af þessum hlutum. Það verður bara að koma í ljós hvort þessi leið muni á endanum gera mig að betri markmanni til lengri tíma litið.“

Fjölskylduvænt líf í Danmörku

Þótt Björgvin Pál og eiginkonu hans, Karen Einarsdóttur, langi til að flytja heim hefur lífið verið fjölskyldunni gott í smábænum Skjern í Danmörku. „Þetta er fjölskylduvænt samfélag, við erum með þrjá litla orma og sjáum ekki eftir því að hafa saman tekið ákvörðun um að flytja hingað fyrir einu og hálfu ári síðan,“ segir Björgvin Páll. Þau Karen eiga saman tvíburana Emilíu og Einar Leó, sem eru tæplega tveggja ára gömul, og þá áttu þau fyrir sex ára gamla stúlku, hana

Í MÍNUM DRAUMAHEIMI VÆRI FRÁBÆRT EF BÖRN FENGJU AÐ VERA HEIMA MEÐ FORELDRUM SÍNUM EINN DAG Í VIKU. ÞAÐ VÆRI SKÓLASKYLDA FJÖLSKYLDUNNAR EINN VIRKAN DAG Í VIKU.

Uppáhaldstími dagsins er þegar börnin eru komin heim.

Emmu. „Emma okkar naut þess að vera með okkur foreldrana með sér fyrstu tvö árin hér heima. Við Karen ákváðum að gera það líka fyrir tvíburana og viljum vera mikið til staðar fyrir þá þessi fyrstu ár í lífi þeirra. Nú eru þeir hluta dags á ungbarnaleikskóla hér í Skjern og það er gott fyrir þá líka," segir Björgvin Páll og lýsir degi í lífi fjölskyldunnar.

„Eldri stelpan mín er í haustfríi í skólanum svo Karen og hún ætla að eiga saman gæðadag. Ég fer á æfingu og eftir hana sæki ég krílin á leikskólann og fer á danska hjólinu mínu, svona kassahjóli sem þeir geta setið báðir í. Það er ofsalega fallegt og ljúft haustveður og ég hlakka alltaf svo til að sækja þá. Hér í Danmörku eru engar brekkur að drepa mann og ekkert lárétt rok beint í andlitið. Þetta er oft uppáhaldstími dagsins. Svo er það fjölskyldulífið sem tekur við seinnipartinn, eða úlfatíminn, eins og sumir kalla þennan tíma dags," segir Björgvin sposkur. „Krakkarnir eru auðvitað í misjöfnu skapi þegar þau koma heim og maður þarf því svolítið að fara eftir líðan þeirra, hvað við gerum saman. Hvort við perlum eða litum, bökum eða förum út að gera eitthvað."

Niðurbrot og uppgjör

Færsla Björgvins Páls á Facebook þar sem hann lýsir andlegum erfiðleikum í upphafi árs hefur vakið mikla athygli. Björgvin segir frá því þegar hann sat fyrir utan dómkirkjuna í Köln í janúar síðastliðnum, um miðja nótt, eftir að íslenska karlalandsliðið tapaði fyrir Frökkum á HM.

„Það er nánast enginn á ferli fyrir utan mig, enda niðdimmt, mið nótt og hávetur. Ég ætti að vera sofandi á hóteli landsliðsins, í nágrenni við lestarstöðina í Köln. Í langan tíma hef ég reynt að láta einkenni um andlegt og líkamlegt hrun sem vind um eyru þjóta," sagði Björgvin Páll á Facebook. Færslan er úr upphafskafla ævisögu hans: Án filters, sem hann gaf út í vikunni og fyrsta kafla bókarinnar má lesa hér aftar í viðtalinu.

„Þegar ég og þú ræddum saman í viðtali fyrir nærri tveimur árum síðan var einhver úrvinnsla farin af stað hjá mér. En svo kom þetta af fullum krafti upp á yfirborðið í janúar á þessu ári. Ég ætlaði mér aldrei að skrifa ævisögu. Sá það alls ekki fyrir mér en eftir að ég brotnaði niður í upphafi árs fór ég að púsla saman lífi mínu. Sjá hlutina í betra samhengi og skrifa. Ég ákvað síðan að gefa þetta út fyrir aðra því fleiri eru að glíma við svipaða líðan," segir hann.

Björgvin Páll segist hafa fundið fyrir sterkum tilgangi. Hann vildi nýta andlegt niðurbrot sitt til að byggja sig upp og kortleggja ferðalagið fyrir aðra. „Ég vildi líka skoða það af hverju ég bjó til þessa leið, að verða þessi geðveiki karakter innan vallar. Þegar mín raunverulegu gildi eru mjúk. Að vera góður pabbi og leggja rækt við fjölskylduna. Ég er í raun að jarða egóið og lokakaflinn í því var nú að klippa mig stutt. Mörgum finnst það ef til vill skrýtið en mig hefur oft langað að klippa mig en ég fylltist kvíða við tilhugsunina. Það er gott að horfa í spegilinn á þennan stuttklippta mann. Því í huga mér er ég nú endanlega búinn að kveðja ímynd harða handboltamannsins," segir Björgvin Páll.

Ég er ekki villtur og brjálaður

Björgvin er fæddur á Hvammstanga árið 1985 en flutti í Kópavoginn fjögurra ára gamall. Foreldrar hans skildu þegar hann var tveggja ára. Pabbi hans varð eftir á Hvammstanga og samband foreldra hans var ekki gott og samskiptin lítil.

Uppgjör Björgvins Páls hófst fyrir nokkrum árum. Hann glímdi við mikla vanlíðan og hegðunarörðugleika og dvaldi um tíma á BUGL eftir að hafa verið tekinn með hníf í skólanum átta ára gamall. Heimilisaðstæður hans áttu þátt í vandanum.

„Ég stend við það sem ég sagði, ég á handboltanum bæði líf mitt og barnanna að þakka. Ég fann stað þar sem ég gat notið mín og fengið heilbrigða útrás. En hann var hins vegar engin töfralausn, vandamálin fóru ekkert."

Björgvin Páll fékk að skoða skjöl sem voru til um hann í kerfinu og það var erfitt fyrir hann að lesa þau á sínum tíma. Þetta voru skjöl

Siemens heimilistækin fást hjá Smith & Norland.

Nóatúni 4 · Sími 520 3000 · www.sminor.is

SMITH & NORLAND

Björgvin Páll með Emilíu og Einari Leó, eiginkonu sinni Karen og dóttur sinni Emmu. „Bestu stundirnar verða ekki í einhverju lúxuslífi, eða í því að lyfta bikar," segir hann. MYND/LINE THORØ ØSTERBY

frá ýmsum stöðum; allt frá barnaverndaryfirvöldum til bréfa frá umsjónarkennara hans í grunnskóla.

„Ég ákvað að skoða betur hvað það var sem gerðist þegar ég var lítill drengur. Reyna að átta mig á því. Færa þennan dreng nær mér. Ég hafði búið til einhver skil þarna á milli og síðan fest mig við aðra ímynd, hinn sterka handboltamann. Ég ákvað að rífa og skemma ímyndina sem fólk hefur af mér og sem ég samsamaði mig stundum líka. Ég er ekki villtur og brjálaður. Ég er blíður, mjúkur og rólegur. Og hef alltaf verið það og haft þörf fyrir að vera nákvæmlega þannig. En kannski var ekki pláss fyrir þannig dreng og þess vegna var ég erfiður á skólalóðinni.

Þegar ég var lítill snerist allt um að vera bestur og betri en hinn. Að sýna hvað maður getur. Ég var að leita að einhverri útrás og var reiður og hræddur. Að lokum fann ég útrásina sem ég þurfti í handboltanum og hætti að vera erfiður á skólalóðinni. En þessar mjúku hliðar héldu áfram að vera vanræktar," segir hann.

Erfið lífsreynsla

Björgvin deilir með lesendum mjög persónulegum upplýsingum um líðan sína í æsku á BUGL og erfiðar heimilisaðstæður. „Í pappírunum mínum frá BUGL er viðtal við mig þar sem ég óska þess að foreldrum mínum þætti vænna um mig og ég fengi að vera meira með þeim," segir Björgvin frá.

Hann spyr sig oft hvað hefði gerst hefði hann verið settur á lyf. „Handboltinn var mitt lyf. En var það rétt ákvörðun að setja mig ekki á lyf? Ég er ekki viss um það en álasa ekki móður minni sem þvertók fyrir að ég yrði settur á rítalín."

Hann tekur fram að hann sé alls ekki að dæma foreldra sína og það fólk sem ól hann upp. Þau hafi ekki haft tíma eða ráð til að annast hann. Vandinn hafi verið orðinn of flókinn. Hann segist einnig náinn móður sinni og hafa átt sterkt vinasamband við hana sem varð stundum flókið því hún átti við drykkjuvandamál að stríða og glímdi við vanlíðan.

Hann axlaði mjög ungur þunga ábyrgð. Hann deilir erfiðri minningu í bókinni sem lýsir vel heimilisaðstæðum. Árið 2001 þegar Björgvin var sextán ára gamall gerði móðir hans eina af mörgum tilraunum til þess að svipta sig lífi. Björgvin var heima og gætti systur sinnar sem var þá sjö ára gömul. Honum var mjög umhugað um að systir hans yrði ekki vitni að því sem væri að gerast. „Upp frá þessum degi leið mér eins og ég bæri ábyrgð á því að ekkert kæmi fyrir hana," segir Björgvin.

Börn þurfa foreldra sína

Á meðan hann skrifaði minningar sínar varð honum æ oftar hugsað til mikilvægis þess að börn njóti stuðnings foreldra sinna. Fái góðan tíma með þeim. „Það eru ekki öll börn sem þurfa á sálfræðingum eða geðlæknum að halda. Heldur foreldrum sínum. Ég er sannfærður um að mörg barna í vanda þurfa bara á mömmu og pabba að halda.

Á Íslandi erum við að berjast við tímann, við vinnum alltof mikið og börnin fá of lítinn tíma með okkur. Við kvörtum yfir skólakerfinu, finnst vandinn hljóta að stafa þaðan. En hvað erum við sjálf að gera fyrir börnin okkar? Við þurfum að horfast í augu við þetta. Við foreldrar þurfum að spyrna við fyrir börnin okkar og krefjast tíma með þeim. Þetta byrjar hjá okkur. Hér í Danmörku eru börn sótt í leikskólann miklu fyrr, þau eru ekki geymd þar til í lok dags.

Í mínum draumaheimi væri frábært ef börn fengju að vera heima með foreldrum sínum einn dag í viku. Það væri skólaskylda fjölskyldunnar einn virkan dag í viku. Börn læra svo mikið af foreldrum sínum og þau verða að finna til öryggis.

Í fullri einlægni þá get ég sagt þér að minn draumur er að verða heimavinnandi húsfaðir. Ég sé það fyrir mér í lok ferils míns. Og mér finnst það virðingarvert og mikilvægt hlutverk. Ég átta mig alveg á því að það er ekki dæmigert en ég er alinn upp af konum í kvennaheimi. Ég skil hvað þetta er dýrmætt og ég sé líka hvernig samfélagið dregur okkur samt í aðra átt. Í átt að fortíðinni og hinu karllæga. Ég vil ekki að samfélagið fari ofan í þann pytt, haldi áfram að þrengja að tímanum og hinu góða lífi, hversdeginum með börnunum, því það er betra líf í boði.

En hvað get ég gert í núinu til þess að framtíðin verði björt? Ég get verið fyrirmynd og reynt að láta gott af mér leiða. Ég er þakklátur fyrir að fá að rækta hlutverk mitt sem faðir, handboltamaður og manneskja. Ég ætla að nálgast hlutverk mitt af auðmýkt og gleði."

Kafli úr bók Björgvins Páls, Án filters

1. Brunarúst

Klukkan er tvö eftir miðnætti hinn 21. janúar 2019 og ég sit á kirkjutröppunum fyrir framan dómkirkjuna í Köln. Í kvöld tapaði íslenska handboltalandsliðið fyrir Frökkum á HM. Það er nánast enginn á ferli fyrir utan mig, enda niðdimmt, mið nótt og hávetur. Ég ætti að vera sofandi á hóteli landsliðsins, í nágrenni við lestarstöðina í Köln. Það er mikilvægur dagur fram undan og einungis tveir dagar í næsta leik sem verður gegn Brasilíu. Ég læddist út þar sem ég gat ekki meir. Ég er svo sem orðinn vanur því að þurfa oft að liggja í rúminu með hausinn á fullu þegar ég á að vera farinn að sofa en í kvöld eru ofhugsanirnar á allt öðru stigi. Þar sem ég lá þarna í rúminu jókst hjartslátturinn í sífellu eftir því sem mínúturnar liðu og þegar ég var að fá alvarlegt kvíðakast sá ég mér þann kost vænstan að koma mér út undir bert loft. Mér fannst ég vera mitt á milli þess að þurfa að grenja og öskra og leið eins og ég væri gjörsamlega að missa vitið.

Í langan tíma hef ég reynt að láta einkenni um líkamlegt hrun sem vind um eyru þjóta. Ég hef í margar vikur átt svefnlausar nætur, aðeins sofið örfáar klukkustundir í senn á hverri nóttu. Svo eru það blóðnasirnar á morgnana, stanslaus höfuðverkur nánast allan daginn, þungir stoðverkir um allan líkamann, svimaköst, jafnvægisleysi, sjóntruflanir, suð í eyrum í tíma og ótíma, lítil matarlyst og stanslaus flensueinkenni. Eitthvað hlaut undan að láta. Fyrir utan erfiðleikana sem fylgja því að eiga við öll þessi einkenni er orðið allt of erfitt að reyna að halda haus og láta eins og ekkert sé innan um liðsfélagana.

Á leiðinni hingað að kirkjunni frá hótelinu kom ég að aðallestarstöðinni og varð skyndilega sannfærður um að hryðjuverkamenn væru á stöðinni og hún yrði sprengd í loft upp á næstu sekúndum. Raunveruleikakenndin yfirgaf mig þar sem ég var mitt í mínu fyrsta ofsakvíðakasti. Ég hljóp í gegnum lestarstöðina og horfði stanslaust aftur fyrir mig þar til óttanum létti loks fyrir utan dómkirkjuna. Ég var gjörsamlega bugaður á líkama og sál og hrundi saman á kirkjutröppunum. Ég hágrét eins og lítið barn og leyfði mér loksins að finna fyrir öllu því sem ég hafði reynt að berja niður.

Nú þegar mesti gráturinn er yfirstaðinn átta ég mig á því að ég er kominn með algjört ógeð á sjálfum mér, eða öllu heldur þessum brjálaða handboltamanni sem ég bjó til í þeim tilgangi að slökkva á líkamlegum og andlegum vandamálum sem ég hef glímt við í áraraðir. Þessum karakter hefur tekist að drepa alla verki, kvíða og aðra kvilla, enda hefur hann þurft að halda íslensku „sturluninni" og þjóðarstoltinu hátt á lofti. Það hefur ekki verið annað í boði en að finna leiðir til að búa til aukaorku, sem skilar sér í fleiri boltum vörðum og hjálpar öðrum leikmönnum liðsins að sýna tilfinningar og hámarka sjálfa sig. Auðvitað hefur á köflum komið sér vel að geta sett sig í þennan gír og kostirnir við það hafa verið margir en nú hefur þessi handboltakarakter einfaldlega öðlast fleiri galla en kosti. Ekki aðeins hefur hann verið að skemma samskipti við liðsfélaga inni á vellinum heldur er hann einfaldlega að gera mig að verri manneskju í alla staði.

Með því að setja mig stanslaust í þennan gír og setja upp þessa grímu hef ég smám saman sokkið æ dýpra inn í veikindi sem eru að bera mig ofurliði. Leiðtoginn, pælarinn, létti gæinn og blíði faðirinn sem ég vil vera utan vallar eru eiginleikar sem hafa smám saman verið að hverfa vegna stöðugs þrýstings frá handboltatýpunni sem aldrei má sýna veikleika. Undanfarið hefur mér fundist ég vera byrjaður að bregðast sjálfum mér með hegðun minni og áttað mig á að það er einfaldlega orðið of erfitt að halda þessari grímu uppi. Ég átta mig á því nú í kvöld að ef ég ætla að halda áfram að rækta gildi mín utan vallar, þar sem mér er mun mikilvægara að vera góð manneskja en góður í handbolta og ekki síst að halda áfram að vera til staðar fyrir börnin mín þrjú, þá verður þessi gríma einfaldlega að falla.

PIER

A WORLD OF INSPIRATION
PIER
BRINGING IT HOME

www.pier.is

Þetta tilboð gildir 17- 23. október. Gildir ekki með öðrum tilboðum.

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

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

Átök, ósigrar og klofin þjóð

23. júní 2016
■ Bretland greiðir atkvæði um að yfirgefa Evrópusambandið með 51,89% atkvæðum en 48,11% vildu aðild áfram.

24. júní 2016
■ David Cameron forsætisráðherra, sem mótfallinn var útgöngu, tilkynnir afsögn sína.

13. júlí 2016
■ Theresa May verður forsætisráðherra.

28. mars 2017
■ May undirritar bréf til Evrópusambandsins með vísan í 50. gr. Sáttmála Evrópusambandsins um útgöngu. Þar með hefst formlega útgönguferli Bretlands úr ESB.

9. júní 2017
■ Í þingkosningum, boðuðum með skömmum fyrirvara, tapar Íhaldsflokkurinn meirihluta á þingi. May þarf að mynda minnihlutastjórn með stuðningi sambandssinna á Norður-Írlandi, DUP.

8. desember 2017
■ Bretland og ESB ná loks samkomulagi um fyrstu stig Brexit-samningaviðræðnanna. Samningurinn tryggir að landamærin milli Norður-Írlands og Írlands verði opin.

2. mars 2018
■ Theresa May gerir grein fyrir efnahagslegri framtíðarsýn fyrir útgöngu Breta úr ESB. Þar fari Bretar úr markaðs- og tollabandalagi ESB, en mikilvægum efnahagslegum og lagalegum tengingum við ESB verði viðhaldið með viðskiptasamningum.

19. mars 2018
■ Samkomulag næst um meginskilmála fyrir aðlögun Breta að útgöngunni.

7. júlí 2018
■ May og ríkisstjórn hennar kynna áætlun um að viðhalda nánum efnahagslegum tengslum við ESB. Það er kallað „mjúkt Brexit“ og er harðlega gagnrýnt.

8. júlí 2018
■ David Davis lætur af störfum sem útgöngumálaráðherra og Boris Johnson sem utanríkisráðherra. Báðir vildu „hart Brexit“.

13. nóvember 2018
■ Bretland og ESB ná samkomulagi um drög að útgöngusamningi Breta. Ráðherrar í liði May segja af sér vegna þessa. Átök í fjölmiðlum aukast.

4. desember 2018
■ Breska þingið ávítar ríkisstjórn May fyrir að hafa sýnt þinginu lítilsvirðingu með því að birta aðeins hluta lögfræðiálits á útgöngusamningnum en ekki allan samninginn.

12. desember 2018
■ Theresa May stendur af sér vantraust í Íhaldsflokknum þegar rúmur þriðjungur þingmanna breska Íhaldsflokksins samþykkti vantraust á May. Staða hennar er talin veik.

15. janúar, 2019
■ Útgöngusamningur May er kolfelldur í neðri málstofu þingsins. 202 styðja samkomulagið en 432 eru á móti. Það er talinn mesti ósigur ríkisstjórnar Breta í meira en öld.

16. janúar, 2019
■ May lifir af vantrauststillögu sem Jeremy Corbyn, leiðtogi Verkamannaflokksins, lagði fram í þinginu.

29. janúar 2019
■ Meirihluti þingmanna greiðir atkvæði með breytingartillögum á útgöngusamningnum. Þingið samþykkir að lýsa andstöðu sinni við útgöngu án samnings en hafnar áætlun um seinkun útgöngu.

12. mars, 2019
■ Annar samningur May felldur. 242 þingmenn styðja hann en 391 er á móti. Pólitísk átök magnast.

> Þann 23. júní 2016 kaus naumur meirihluti Breta að yfirgefa Evrópusambandið. Enn sér ekki fyrir endann á vandræðum í breska þinginu.

Kristinn Haukur Guðnason
kristinnhaukur@frettabladid.is

Útganga Bretlands úr Evrópusambandinu hefur klofið bæði bresku þjóðina og stjórnmálin í herðar niður og átökin í þinginu hafa verið fordæmalaus. Tveir forsætisráðherrar hafa sagt af sér vegna málsins, ríkisstjórnir beðið marga fáheyrða og niðurlægjandi ósigra í þinginu, þingflokkar riðlast til, þingmenn verið reknir úr flokkum, ákvarðanir dæmdar ólöglegar af dómstólum og þingforseti varla haft undan að skamma þingmenn fyrir brigsl um svik og landráð.

Enn sér ekki fyrir endann á hnútinn í þinginu og á meðan bíða breskir borgarar, innflytjendur, atvinnulífið og stofnanir með hjartað í buxunum.

Meðfylgjandi er yfirlit yfir helstu tímasetningar frá hinum örlagaríka degi 23. júní 2016 þegar naumur meirihluti Breta kaus að yfirgefa Evrópusambandið.

21. mars 2019
■ ESB veitir Bretum útgöngufrest til 22. maí.

29. mars 2019
■ Brexit-samningur May er felldur í þinginu í þriðja sinn með 58 atkvæða mun. 285 þingmenn styðja hann en 344 eru á móti.

1. apríl 2019
■ Þingmenn hafna öllum tillögum að úrlausnum í útgöngumálum. Klofningur innan flokka verður æ augljósari.

5. apríl 2019
■ May biður ESB um nýjan frest, til 30. júní.

10. apríl 2019
■ Leiðtogar Evrópusambandsríkja bjóða Bretum framlengingu á fresti, til 31. október.

23. maí 2019
■ Kosningar til Evrópuþings. Nýstofnaður Brexit-flokkur Nigels Farage fær 30,5 prósenta fylgi og flesta þingmenn.

24. maí 2019
■ Eftir að hafa sótt á brattann alla sína forsætisráðherratíð segir Theresa May af sér sem forsætisráðherra.

23. júlí 2019
■ Alexander Boris de Pfeffel Johnson – eða Boris Johnson sigrar í leiðtogakjöri Íhaldsflokksins.

24. júlí 2019
■ Johnson verður formlega forsætisráðherra. Hann lofar úrgöngu úr ESB 31. október, sama hvað.

28. ágúst 2019
■ Elísabet II, drottning, samþykkir beiðni Johnsons um að fimm vikna hlé verði gert á þingstörfum, einungis örfáum dögum eftir að þingmenn koma úr sumarfríi. Ákvörðunin veldur gífurlegri reiði þingmanna.

3. september 2019
■ Breska þingið samþykkir að taka dagskrá þingsins í sínar hendur eftir að Johnson rekur 21 upprreisnarmann úr Íhaldsflokknum. Þeirra á meðal er dóttursonur Churchills. Johnson er nú ekki með meirihluta, þrátt fyrir stuðning DUP.

4. september 2019
■ Neðri málstofa breska þingsins samþykkir að forsætisráðherranum, Boris Johnson, beri að sækja um frestun á útgöngu takist ekki samningar fyrir 18. október. Brexit án samninga er hindrað og Johnson fær ekki að boða til kosninga.

9. september 2019
■ Breska þingið hafnar öðru sinni tillögu Boris Johnson um að boða til þingkosninga þann 15. október, áður en Bretar eiga að ganga úr Evrópusambandinu.

24. september 2019
■ Hæstiréttur Bretlands kemst að þeirri niðurstöðu að ákvörðun Boris Johnson, um að gera hlé á störfum breska þingsins, hafi verið ólögleg. Áfrýjunardómstóll í Skotlandi hafði einnig komist að slíkri niðurstöðu.

17. október 2019
■ Boris Johnson, forsætisráðherra Bretlands, segir að nýr samningur hafi náðst um útgöngu Breta úr Evrópusambandinu. Samningurinn er svipaður og samningur May sem ítrekað var hafnað í þinginu. DUP hafnar samningnum.

19. október 2019
■ Samningurinn kemst ekki á dagskrá þingsins. Boris Johnson sendir bréf til Evrópusambandsins og óskar eftir því að útgöngu Breta verði frestað.

24. október 2019
■ Boris Johnson segir að hann muni einungis gefa þingmönnum meiri tíma til að ræða útgöngusamning ef þeir samþykkja að boða til kosninga 12. desember næstkomandi.

Fólk

Helgin

LAUGARDAGUR 26. OKTÓBER 2019

Jólabarn allt árið

Elín Marta Ásgeirsdóttir er eitt mesta jólabarn á Íslandi. Hún hlustar á jólatónlist í marga mánuði og telur niður dagana til jóla. Það var auðvitað hún sem stofnaði Facebook-hópinn Jólabörn. →2

Elín Marta stofnaði Facebook-grúppuna Jólabörn fyrir fimm árum. Nú er síðan með 1.900 jólabörn sem fylgjendur. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

EINSTAKT KOLLAGEN RAKAKREM

GEFUR GÓÐA NÆRINGU OG MIKINN RAKA

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

Baby Foot

Baby Foot er stoltur styrktaraðili Bleiku Slaufunnar

Baby Foot er fótaumhirðuvara sem fjarlægir dauðar húðfrumur og harða húð, þannig að fæturnir verða silkimjúkir

200 kr. af hverri seldri pakkningu renna til Bleiku Slaufunnar

Baby Foot fæst m.a. í Hagkaup, Krónunni og apótekum um land allt

Framhald af forsíðu

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Þótt flestum finnist enn langt til jóla eru sumir farnir að bíða þeirra með mikilli eftirvæntingu, fagna öllum skreytingum og jólageitinni í Ikea. Elín Marta er eitt þessara jólabarna. Hún segist ekki eiga langt að sækja þennan áhuga því bæði móðir hennar og amma hafa alltaf verið mikil jólabörn og skreytt mikið fyrir jólin. „Það er óhætt að segja að ég sé mikið jólabarn og hef alltaf verið. Mamma hefur alltaf skreytt mjög mikið og safnað að sér alls kyns jólaskrauti. Ætli hún hafi ekki smitast af móður sinni sem einnig var mikið fyrir að skreyta," segir Elín Marta. „Svo hefur dóttir mín erft þetta frá mér þótt hún sé bara sjö ára. Hún er strax farin að tala um jólin og hlakkar mikið til þeirra," bætir hún við og hlær að öllu saman.

Þótt Elín Marta hugsi um jólin allt árið byrjar hún ekkert sérstaklega snemma að skreyta. „Ég byrja yfirleitt að skreyta þegar ég set aðventuljós í gluggann fyrst í aðventunni. En ég lauma nú gjarnan einhverjum ljósaseríum upp fyrr því það er svo gott að fá birtuna frá þeim," segir hún. „Ég er ekkert sérstaklega jólaskrautsglöð sjálf þótt ég sé svona mikið jólabarn. Hef þetta hæfilegt og nágrannar mínir þurfa ekkert að óttast. En ég hef ótrúlega gaman af því að horfa á jólaskraut hjá öðrum og dáist mikið að því. Jólin eru svo ótrúlega skemmtilegur tími og minn uppáhalds á árinu."

Nítján hundruð jólabörn

Elín Marta segist tala um jólin allan ársins hring og byrja að telja niður um hásumar. „Stundum er fólk að verða brjálað á þessum áhuga mínum," segir hún. Elín Marta setti upp jólasíðuna á Facebook fyrir fimm árum. „Ég vissi um nokkra svona jólabrjálaða og ákvað að gleðja þá með þessari síðu þar sem alltaf væri hægt að dást að jólum og öllu því sem þeim fylgja. Þetta fór rólega af stað en allt í einu jókst aðsóknin og núna eru 1.900 jólabörn sem fylgja síðunni. Ég er því ekki sú eina á landinu," segir hún. „Á þessari síðu má fólk vera spennt og fullt tilhlökkunar, dást að jólamyndum og telja niður. Þetta var lítið fyrst og hálfgerður saumaklúbbur, fólk að deila jólamyndum. Ég vona að síðan fari á fullt núna fyrir jólin og hlakka til að sjá myndir. Þeir hörðustu fara sennilega að skreyta núna fljótlega þótt það sé eiginlega ekki samfélagslega viðurkennt að skreyta svo snemma. Margir í þessum hópi setja jólaljósin fljótt upp bæði úti og inni."

Jólaljósin eru ekki enn komin upp hjá fólki en Elín Marta hlakkar mikið til þegar skreytingarnar koma á húsin. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Jólabakstur fljótlega

Elín Marta ólst upp við smákökubakstur fyrir jólin og hún viðheldur þeim sið. „Ég býst við fara í baksturinn fljótlega. Geri alltaf nokkrar tegundir og held í hefðirnar. Það er svo notalegt að fá bökunarilminn um húsið. Jólalögin eru alltaf í spilun. Ég meira að segja laumast til að hlusta á þau í vinnunni því það er svo notalegt að hafa þau í bakgrunninum. Svo gott að hafa smá „jingle" í eyrunum," segir Elín Marta sem er starfs- og námsráðgjafi hjá Þjónustu- og þekkingarmiðstöðinni fyrir blinda og sjónskerta. Þetta er krefjandi starf en hún segist finna sig í því að hjálpa öðrum. „Það reyndar tengir mig við jólin því mér finnst ofboðslega gaman að gefa gjafir. Ég ákveð mjög snemma hvað mig langar að gefa fjölskyldunni í jólagjöf. Við gefum gjafir hvert til annars upp í fermingaraldur."

Heldur í gamlar hefðir

Elín María á tvö börn og sambýlismaður hennar átti tvö fyrir svo fjölskyldan er stór. „Það er alltaf mikil gleði hjá okkur um jólin þegar fjölskyldan hittist. „Amma mín bauð alltaf stórfjölskyldunni í heitt súkkulaði og kökur á jóladag sem var ákaflega skemmtilegt. Núna er hún orðin öldruð og komin á hjúkrunarheimili svo það er ekki lengur, því miður. Ég hef reynt að bæta fyrir það og býð heim til mín nánustu fjölskyldu. Mér finnst notalegt að halda í gamlar hefðir. Við förum síðan í hangikjöt til foreldra minna. Ég var alin upp við svínabóg á aðfangadag en maðurinn minn er ekki fyrir hvítt kjöt þannig að við höfum sammælst um svínahamborgarhrygg í staðinn."

Dætur Elínar Mörtu, Ásta Svanhild og Þórunn Edda, við jólatréð 2017.

Við fallega jólahúsið á Akureyri í september síðastliðnum. Elín Marta þarf alltaf að kíkja á jólaandann í húsinu þegar hún á leið um Norðurland.

Móðir Elínar Mörtu vildi hafa jólaskrautið langt fram í janúar en dóttirin tekur allt niður á þrettándanum. Ástæðan er sú að Elín Marta á afmæli 18. janúar og hún skammaðist sín fyrir það að jólatré væri enn í stofunni þegar hún bauð vinum sínum í afmælisveislu.

Brugðið á jólaleik í Hyde Park í London í desember 2011.

„Það var sérstaklega viðkvæmt á unglingsárunum," segir hún. „Hins vegar finn ég alltaf fyrir jólablús þegar jólaskrautið er tekið niður. Þegar ljósin fara verður allt svo dimmt. Ég reyni því að halda í hvítu perurnar sem lengst. Annað tilhlökkunarefni er þegar jólabækurnar streyma á markaðinn. Ég bíð eftir Bókatíðindunum," segir hún en viðurkennir að bóklestur sé minni en hann var áður fyrr. „Ég bý alltaf til aðventudagatal sem ég opna síðan með börnunum og finnst dásamlegt þegar aðventan fer á fullt og jólasveinarnir koma til byggða."

Viðburður í jólahúsi

Facebook-síðan Jólabörn ætlar að vera með viðburð 5. desember. „Við ætlum að koma saman í Jólahúsinu í Hafnarstræti og eiga skemmtilegt jólakvöld. Þeir sem eru meðlimir á síðunni og mæta á viðburðinn fá 15% afslátt af jólaskrauti þetta kvöld. Það verður mjög jólakósý og ég hlakka til að hitta allt þetta fólk sem hefur áhuga á síðunni minni, sjá framan í það og ræða saman. „Mér finnst mjög skemmtilegt að halda úti þessari síðu og væri til í að hún yrði mun virkari. Ég hvet meðlimi til að fara á fullt í jólaskapinu og deila efni," segir Elín Marta. „Nóvember og desember eru dimmir og kaldir mánuðir og jólaskrautið og -ljósin eru fyrir mér ljósið í myrkrinu. Fólk er innilegra á þessum árstíma og maður fær fleiri knús. Fjölskyldur hittast og vinnustaðir gera eitthvað skemmtilegt. Jólin vekja upp góðar minningar. Ég er mikil vetrarkona enda fædd í janúar. Þessi árstími hentar mér því mjög vel. Mér þykir gaman að fara út í snjóinn að leika með börnunum."

Ég hef notað **Probi Mage** mjólkursýrugerla um nokkurt skeið með mjög áþreifanlegum árangri. Meltingin er mun betri og mér líður allri betur, þess vegna hika ég ekki við að mæla með þessari góðu vöru. Sjálf tek ég hana daglega og sleppi ekki degi úr. - *Þórunn Kristjónsdóttir*

abel heilsuvörur www.abelheilsuvorur.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.

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

Útgefandi: Torg ehf | **Ábyrgðarmaður:** Jóhanna Helga Viðarsdóttir | **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,

Lífið tók u-beygju til hins betra

Femarelle Rejuvenate við upphaf tíðahvarfaa er náttúruleg lausn. Virknin er staðfest með klínískum rannsóknum. Sýnt er að það vinnur einnig gegn beinþynningu og hefur góð áhrif á geðið.

Breytingaskeiðið (tíðahvörf) er eitthvað sem engin kona sleppur við. Einkenna fer þó oft að gæta allt að 10 árum áður en eiginleg tíðahvörf hefjast. Einkennin geta verið afar mismunandi og þó svo að sumar konur sleppi nokkuð vel og finni lítið fyrir breytingunum eru samt ákveðin einkenni sem margar hverjar finna fyrir.

Einkenni eftir þrítugt

Það eru mörg dæmi þess að konur fari að finna fyrir einkennum sem tengjast breyttri hormónastarfsemi upp úr þrítugu, og stundum fyrr. Þessi einkenni tengjast minnkandi framleiðslu estrogens og geta t.d. verið:

- Fyrirtíðaspenna
- Óreglulegar blæðingar
- Hitakóf og nætursviti
- Svefntruflanir
- Skapsveiflur
- Minni orka, þreyta og slen
- Pirringur
- Aukinn hjartsláttur
- Höfuðverkur
- Minni kynlöngun

Það er orðið sífellt algengara að konur þjáist á einhvern hátt vegna ójafnvægis í hormónaframleiðslu. Heilbrigt líferni getur spilað stórt hlutverk í að draga úr einkennum en oftar en ekki þarf meira til.

„Líf mitt breyttist“

Dídí Ásgeirs starfar í apóteki þar sem hún kynntist fyrst Femarelle. Hún hafði þetta að segja: „48 ára og í blóma lífsins taldi ég mig alls ekki vera komna á þann stað að vera byrjuð á breytingaskeiðinu. Ég svaf illa, vaknaði mörgum sinnum á nóttu og gat engan veginn sofið þar sem ég kófsvitnaði og bæði sæng og koddi rennblaut. Ég var sem sagt í bullandi afneitun. Einn góðan veðurdag fékk ég samt nóg og ákvað að kaupa mér einn pakka af þessari snilldarvöru og hugsaði, „ég hef engu að tapa“. Viðbrögðin létu ekki á sér standa en ég tók tvær töflur á dag og þegar ég var búin með tvö spjöld úr pakkanum breyttist líf mitt, þvílíkur munur! Ég tók u-beygju í lífinu, svitinn er horfinn, ég sef miklu betur og næ meiri og betri hvíld þannig að dagurinn á eftir er allt annar. Þær konur sem kannast við þessi einkenni ættu ekki að hika við að prófa Femarelle. Femarelle Rejuvenate er klárlega málið.“

Það eru mörg dæmi þess að konur fari að finna fyrir einkennum sem tengjast breyttri hormónastarfsemi upp úr þrítugu og stundum fyrr. Þessi einkenni tengjast minnkandi framleiðslu estrogens.

Femarelle Rejuvenate

Fjölmargir kvensjúkdómalæknar mæla með Femarelle sem fyrstu meðferð við tíðahvörf en að baki Femarelle línunni liggja fjölmargar klínískar rannsóknir sem tryggja virkni og auka líkur á betri lífsgæðum. Beinþéttni fer minnkandi um svipað leyti og hormónabreytingar hefjast og getur inntaka á Femarelle Rejuvenate verið ágætis forvörn gegn einkennum breytingaskeiðsins ásamt því að minnka verulega líkur á beinþynningu. Auk DT56a sem slær á einkennin inniheldur Femarelle einnig hörfræ sem stuðla að meira hormónajafnvægi, B2- og B7-vítamín fyrir eðlileg efnaskipti, aukna orku og viðhald húðar, slímhúðar og hárs.

> **Ég tók u-beygju í lífinu, svitinn er horfinn, ég sef miklu betur og næ meiri og betri hvíld þannig að dagurinn á eftir verður allt annar.**
>
> **Dídí Ásgeirs**

Aldrei haft jafn þykkt hár

Er hárlos eða of þunnt hár að plaga þig? Hair Volume inniheldur vaxtarvakann Proxyanidin B2, hirsisþykkni, vítamín og steinefni sem eru mikilvæg fyrir hárið og geta gert það líflegra og fallegra.

Hár þynnist með aldrinum, hjá báðum kynjum og þó svo að skallamyndun sé algengari hjá körlum, getur hún einnig gerst hjá konum og það er fjöldi fólks sem þjáist út af hárlosi og þunnu og líflausu hári. Þættir sem geta valdið hárlosi samkvæmt Vísindavef Háskóla Íslands:

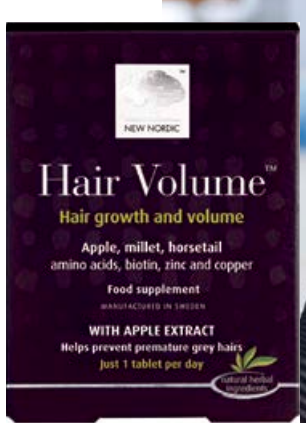
- Erfðir og aldur
- Hormónabreytingar
- Alvarlegir sjúkdómar
- Tilfinningaleg og líkamleg streita
- Slæmir ávanar eins og hártog
- Bruni
- Geislameðferð (krabbamein)
- Lyfjameðferð
- Tinea capitis (sveppasýking)
- Slæm dagleg meðferð á hárinu við litun, þurrkun, umhirðu og fl.

> **Hef aldrei haft jafn löng augnhár og þykkt hár.**
>
> **Edda Dungal**

Aldrei haft jafn þykkt hár

Edda Dungal hefur tekið inn Hair Volume í nokkurn tíma eftir að hún missti allt hár í lyfjameðferð:

„Þegar ég var í krabbameinsmeðferð missti ég allt hár, bæði á höfði, augnhár og augabrúnir. Þegar lyfjagjöfinni lauk byrjaði ég að taka Hair Volume frá New Nordic en það tók u.þ.b. 4-6 vikur að sjá hárið byrja að vaxa aftur. Ég hef aldrei haft jafn löng augnhár, þykkar augabrúnir og þykkt hár og núna og það hvarflar ekki að mér að hætta að taka þetta inn.“



Edda Dungal hefur tekið inn Hair Volume í nokkurn tíma eftir að hún missti allt hár í lyfjameðferð. FRÉTTABLAÐIÐ/ VALLI

Líflegra og fallegra hár

Hair Volume bætiefnið getur hjálpað til við að viðhalda þykkt hársins og hárvexti en það inniheldur jurtaþykkni úr eplum sem er ríkt af Proxyanidin B2 og hirsi sem er bæði ríkt af steinefnum og B-vítamínum. Bíótín og sink stuðla að viðhaldi eðlilegs hárs og kopar stuðlar að viðhaldi húð- og hárlitar.

Sölustaðir: apótek, heilsuhús og heilsuhillur verslana

Ilmandi gullpokar og jólaspil

Birna Bjarnason saumar nánast óslítandi töskur sem ilma af kaffi. Efniviðurinn er gylltir pokar undan kaffibaunum.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
siggainga@gmail.com

Birna Bjarnason leikskólakennari segist ekki vera mikið fyrir handavinnu en hún hefur þó saumað fjöldann allan af fallegum, gylltum töskum úr kaffipokum. „Ég kann varla að þræða saumnál," svarar hún hlæjandi þegar hún er spurð út í hugmyndina á bak við töskurnar. „Ég hélt saumaklúbbsgleði í desember fyrir nokkrum árum og átti að vera með pakka tilbúinn. Þannig er að við vinkonurnar förum saman í jólaspil á aðventunni, sem er nokkurs konar pakkaleikur. Við bjuggum sjálfar til þetta spil og höfum verið að selja það að gamni okkar fyrir jólin. Þetta er svona okkar ævintýri. Allir eiga að koma með nokkra pakka sem eru settir á borðið og síðan hefst leikurinn. Skilyrðið er að í pakkanum leynist eitthvað handgert eða eitthvað sem hægt væri að borða. Þar sem ég var í vinnunni rak ég augun í gyllta poka utan af kaffibaunum sem voru á leið í ruslið og datt í hug að nýta þá og búa til töskur úr þeim," upplýsir Birna. „Ég kalla töskurnar gullpokana mína og hef gefið þær í afmælisgjafir og jólagjafir. Þær eru nær óslítandi og hægt að nota fyrir hvað sem er. Ein vinkona mín notar sína tösku t.d. sem sundtösku. Þótt ég sé ekki mikil handavinnukona finn ég mínar leiðir til að búa eitthvað til," bætir hún við.

> **Þar sem ég var í vinnunni rak ég augun í gyllta poka utan af kaffibaunum sem voru á leið í ruslið og datt í hug að nýta þá og búa til töskur úr þeim.**

Birna þvær ekki kaffipokana áður en hún notar þá, heldur strýkur vandlega af þeim. „Ég vil ekki þvo pokana því það er svo góð lykt af kaffinu og ég vil að hún haldi sér. Ég sauma sex til átta poka saman í lengju og hef hálfan poka í botninum. Ég nota límband til að líma þessa hluta saman og síðan sauma ég pokana saman í venjulegri saumavél. Límbandið kroppa ég síðan af. Þetta er ótrúlega einfalt. Fyrst ég get gert þetta, geta allir gert þetta," segir Birna glaðlega.

Rusl í jógúrtdós

Spurð hvort hún hafi áhuga á endurvinnslu segir Birna að svo sé. „Á deildinni á leikskólanum þar sem ég vinn er allt rusl flokkað og við notum helst ekkert plast. Eftir vikuna er ekki meira óflokkað rusl en svo að það passar í eina jógúrtdós, allt annað fer í endurvinnslu. Við plokkum líka rusl úti við og það vekur mikla lukku hjá börnunum. Þetta byrjar allt hjá börnunum, þau eru svo meðtækileg og elska þetta og hvetja vonandi foreldra sína áfram heima. Sjálf er ég dugleg að flokka rusl heima hjá mér en í raun snýst þetta líka um að minnka alla neyslu og huga vel að umhverfinu. Ég reyni að standa mig og geng t.d. í vinnuna á hverjum degi. Ég hef líka endurnýtt gömul sængurver og nota þau sem poka undir dósir. Það er ýmislegt hægt að gera fyrir umhverfið með því að nota hugarflugið," segir Birna.

Birna er leikskólakennari en á deildinni er allt rusl flokkað og helst ekkert plast notað. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Jólaspilið hennar Birnu og vinkvenna hennar.

Birna bjó til þessar skemmtilegu endurunnu töskur.

Hallgrímskirkja

LAUGARDAGUR 26. OKTÓBER 2019

Prestarnir Irma Sjöfn Óskarsdóttir, Sveinn Valgeirsson, Elínborg Sturludóttir og Sigurður Árni Þórðarson sjá um kvöldkirkjuna, ásamt kirkjuverðinum Grétari Einarssyni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Opna trúarheiminn að kvöldi

Þeir sem koma í friðsælan faðm kvöldkirkjunnar í Hallgrímskirkju í vetur ganga inn í kyrrð og rökkvaða kirkju með kertaljósum. Næstu kvöldkirkjur verða opnar í nóvember og desember.

Við prestarnir vitum að margir leita einhvers sem er djúptækt og persónulega gefandi í glundroða nútímans. Margir upplifa samskipti fólks sem yfirborðsleg og ekki nærandi en allir vilja jákvæða reynslu sem hvorki ógnar né spillir, heldur róar og kyrrir," segir séra Sigurður Árni Þórðarson, sóknarprestur í Hallgrímskirkju, um inntak kvöldkirkjunnar sem haldin var í fyrsta sinn í fyrrakvöld, fimmtudaginn 24. október.

Kvöldkirkjan er samvinnuverkefni presta og starfsfólks Hallgrímskirkju og Dómkirkjunnar og verður fyrst um sinn haldin einu sinni í mánuði, fyrst í Hallgrímskirkju og í Dómkirkjunni eftir áramót.

„Þögn er áberandi einkenni kvöldkirkjunnar en orð hljóma á slökunarstundum og í íhugunum. Þau sem koma í kvöldkirkju ganga inn með kyrrlátum hætti og fólk talar um sín hversdagsmál utan kirkjunnar," segir séra Elínborg Sturludóttir í Dómkirkjunni.

Stundum verður þó tónlistarflutningur í kvöldkirkjunni.

„Eitt hljóðfæri verður stundum notað eða orðlaus söngur mannsraddar," útskýrir séra Sigurður Árni. „Fólk hefur frelsi til að vera það sjálft í hinu heilaga rými og mikill hreyfanleiki er stíll kvöldkirkjunnar. Fólk situr ekki lengi, heldur rölta margir um kirkjuna í kyrrð og hlustar á sitt innra hvísl eða önnur hljóð rýmisins."

Séra Elínborg segir suma dvelja lengi í kvöldkirkjunni og aðra stutt.

„Mörgum hentar jafnvel að leggjast á kirkjubekki eða dýnur til að stilla sinn innri mann og tengja við tákn og hljóma kirkjunnar. Sumir kveikja á kerti til íhugunar eða sem bænakerti. Aðrir krjúpa einhvers staðar í kirkjunni."

Tilfinningar í helgirými

Sunnudagsmessur og kyrrðarstundir dagkirkjunnar eru magnaðar en höfða ekki til allra.

„Tilgangur kvöldkirkjunnar er að opna trúarheiminn fyrir fólki sem finnur sig ekki í venjulegu helgihaldi dagkirkjunnar," segir séra Sigurður Árni. „Kvöldkirkjan er öðruvísi en venjulegu helgistundirnar sem fólk hefur áður upplifað. Hún er ekki á sunnudögum heldur á virkum degi og fólk er ekki bundið við kirkjubekkina heldur hefur möguleika á að ganga um kirkjurýmið, setjast niður, færa sig og finna nýjan stað. Svo hefur fólk möguleika til að tjá sig og tilfinningar sínar, skila inn í helgirýmið spurningum, líka reiði og sekt, semsé túlka stóru lífsmálin og skila þeim til Guðs. Tilfinningarnar má líka setja á blað. Bænir eru tjáðar og iðkaðar með ýmsu óhefðbundnu móti í kvöldkirkjunni."

Séra Elínborg segir kvöldkirkjuna reyna að gefa fólki gott næði.

„Myndatökur eru til að mynda ekki heimilaðar því þær trufla bæði fólk sem sækir kirkjuna sem og flytjendur," segir Elínborg og bæði hvetja þau sem flesta til að koma í kvöldkirkjuna.

„Það er gott að fara í kvöldkirkjuna í Hallgrímskirkju fyrst og svo geta menn farið á pöbbinn eða út að borða og líka komið við í kirkjunni á leið heim," segir séra Sigurður Árni.

Dómkirkjuprestarnir Elínborg Sturludóttir og Sveinn Valgeirsson og Hallgrímskirkjuprestarnir Irma Sjöfn Óskarsdóttir og Sigurður Árni Þórðarson, auk Grétars Einarssonar kirkjuvarðar í Hallgrímskirkju, sjá um efni kvöldkirkjunnar sem verður í Hallgrímskirkju í tvö skipti enn í haust; fimmtudagana 21. nóvember og 12. desember frá klukkan 17 til 21.30.

Messuþjónahópur ásamt sóknarpresti.

Lifandi þátttaka í helgihaldi

Í Hallgrímskirkju starfar fjöldi sjálfboðaliða sem taka þátt í starfi kirkjunnar með ýmsum hætti. Meðal þeirra eru messuþjónar sem taka þátt í öllum messum kirkjunnar. Hlutverk þeirra felst meðal annars í að taka hlýlega á móti kirkjugestum og afhenda þeim sálmabækur og -skrár, lesa Biblíutexta og almenna kirkjubæn auk þess að aðstoða við útdeilingu í altarisgöngum. Starfandi eru fimm hópar messuþjóna sem skipta á milli sín messum ársins.

Þeir sem vilja taka virkan þátt í þessu starfi skrá sig í messuhóp og taka þátt í messum á nokkurra vikna fresti. Að vera í messuhóp er ætlað að efla fólk og gefa þeim sem vilja færi á að vera virkir þátttakendur í kirkjunni.

Öllum er velkomið að vera í messuþjónahópi og er áhugasömum bent á að hafa samband við presta Hallgrímskirkju.

Hátíðarmessa verður í Hallgrímskirkju á morgun.

Hátíðarmessa á Hallgrímsdegi

Mikið verður um dýrðir á morgun þegar vígsluafmæli Hallgrímskirkju verður fagnað með hátíðarmessu en þennan dag, 26. október, eru 33 ár frá vígslu Hallgrímskirkju. Að auki minnumst við þann 27. október 345. ártíðar Hallgríms Pétursonar.

Sr. Irma Sjöfn Óskarsdóttir prédikar og þjónar fyrir altari ásamt dr. Sigurði Árna Þórðarsyni. Messuþjónar aðstoða.

Tónlistarflutningur: Mótettukór Hallgrímskirkju. Stjórnandi er Hörður Áskelsson og organisti er Björn Steinar Sólbergsson.

Umsjón með barnastarfi þennan dag hafa þau Bogi Benediktsson og Rósa Árnadóttir.

Strax eftir messuna verða afhent fyrstu eintök nýrrar þýðingar og útgáfu Passíusálmanna á ensku. Þýðandi er dr. Gracia Grindal, ljóða- og sálmaskáld, sem um langt skeið var prófessor í prédikunarfræðum við Luther-stofnunina í St. Paul, Minnesota.

Þýðingin er gefin út af Hallgrímskirkju í samvinnu við Skálholtsútgáfuna með stuðningi Kristnisjóðs. Hún kemur út í veglegu kiljuformi með vísunum í steindan glugga Leifs Breiðfjörð yfir kirkjudyrum og form Hallgrímskirkju. Hönnuður bókarinnar er Halla Sólveig Þorgeirsdóttir.

Að lokinni athöfn og kirkjukaffi, rétt fyrir klukkan 13.00 mun Leifur Breiðfjörð glerlistamaður segja frá tilurð steinda gluggans yfir kirkjudyrum, táknum, merkingu, formum og litum.

Einar Karl Haraldsson, formaður útgáfustjórnar, segir bókina einstaklega vandaða. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Passíusálmarnir á ensku og í lit

Engin bók hefur verið prentuð jafn oft hér á landi og Passíusálmarnir. Á morgun kemur út ný ensk þýðing og er það dr. Gracia Grindal sem á heiðurinn af henni. Einar Karl Haraldsson, formaður útgáfustjórnar, segir að hún sé fyrsta konan sem ræðst í þýðingu á Passíusálmunum.

Þjóðkirkjan hefur falið Hallgrímskirkju það verkefni að gefa Passíusálma Hallgríms Pétursonar út á erlendum tungumálum. Ensk þýðing Arthurs Charles Cook hefur verið prentuð þrisvar sinnum en er nú uppseld," útskýrir Einar. „Það er alltaf einhver hluti af hinum mikla fjölda ferðamanna í kirkjunni sem er forvitinn um skáldið sem Hallgrímskirkja er helguð og vill kynna sér Passíusálmana. Og við erum svo heppin að spánný ensk þýðing var fyrir hendi."

Þroskað ljóðskáld að verki

Einar segir þau sem koma að verkefninu vera himinlifandi með þýðandann sem búi yfir viðamikilli og dýrmætri þekkingu. „Það var hún sem valdi Hallgrím og það er mikill happafengur fyrir Hallgrímskirkju. Gracia Grindal var prófessor í prédikunarfræðum við Luther-stofnunina í Saint Paul í Minnesota og er sjálf ljóða- og sálmaskáld.

Hún lýsir því í fjörlegum formála hvernig hún komst í kynni við Passíusálmana við rannsóknir á norrænum sálmum og kirkjutónlist. Þegar hún komst á eftirlaun gat hún helgað sig glímunni við Passíusálmana. Hún lagði greinilega mikla alúð og vinnu í þýðinguna og lýsir því hve samvinna hennar við Karl Sigurbjörnsson biskup, Sigurð Sævarsson tónskáld og Margréti Eggertsdóttur, rannsóknarprófessor við Árnastofnun, skipti miklu máli fyrir útkomuna."

Einar segir Grindal listilegan þýðanda sem hafi frumtextann í heiðri. „Það sést að þroskað ljóðskáld er að verki. Hún nær því að vera nálæg frumtextanum og trú tónlistinni sem honum tilheyrir. Ljóðrænan tapast ekki í þýðingu eins og stundum vill verða. Og þetta er mikil kúnst því svo merkilega vill til, eins og hún lýsir, að enskan, þetta orðríkasta mál allra tungumála, er tildæmis fátæk af rímorðum."

> **Snilld þeirra felst í persónulegri einlægni skáldsins, meistaratökum á forminu og djúpri andlegri visku. Þeir hafa verið fólki huggun, styrkur og vegvísir í meir en 350 ár.**

Þá gæti hún þess einnig að textinn sé aðgengilegur samtímalesendum. „Gracia lýsir því hvernig hún forðast að nota orð sem hljóma ankannalega eða fornyrðisleg í eyrum lesenda í dag. Til þess að nálgast íslenskuna leitar hún í angló-saxíska málhefð þar sem oft er að finna einfaldar og skýrar samsvaranir."

Litrík og vönduð hönnun

Líkt og í þýðingunni var mikill metnaður lagður í hönnun bókarinnar. „Útgáfustjórnin ákvað, að tillögu Eddu Möller hjá Skálholtsútgáfunni, að gefa ensku þýðinguna út í veglegri kilju sem í sjálfu sér er nýjung. Einnig var ákveðið að nota myndstef úr 9 metra háum steindum glugga Leifs Breiðfjörð, sem er yfir aðaldyrum Hallgrímskirkju, í hönnun bókarinnar ásamt formum úr kirkjunni," segir Einar.

„Tekinn er einkennislitur úr litapallettu glerlistaverksins. Í ensku útgáfunni er hann gulur sem er tákn vonar, visku og þróttar. Aðrir litir úr verkinu munu síðan einkenna væntanlegar útgáfur meðal annars á þýsku og dönsku. Hönnuður bókarinnar er Halla Sólveig Þorgeirsdóttir."

Einar segir Passíusálmana hafa mikla þýðingu fyrir íslensku þjóðina. „Þeir hafa verið gefnir út í næstum 100 útgáfum, oftar en nokkur önnur íslensk bók. Snilld þeirra felst í persónulegri einlægni skáldsins, meistaratökum á forminu og djúpri andlegri visku. Þeir hafa verið fólki huggun, styrkur og vegvísir í meir en 350 ár."

Einar greinir áhuga á bókinni meðal ferðafólks og segir hana enn fremur eiga fullt erindi við afkomendur Vestur-Íslendinga. „Við höldum að þessi aðgengilega enska útgáfa eigi erindi til Vestur-Íslendinga enda eru Passíusálmarnir sannarlega hluti af sameiginlegri arfleifð okkar og þeirra. Hún gæti líka þótt tilvalin til að gefa vinum erlendis. Hægt verður að panta hana gegnum heimasíðu Kirkjuhússins og á Amazon."

Þess má geta að sendiherrar Bretlands og Kanada verða viðstaddir útgáfuathöfn við lok messu í Hallgrímskirkju á morgun.

Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir | Sölumaður auglýsinga: Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103 | Veffang: frettabladid.is

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

FRAMKVÆMDASÝSLA RÍKISINS

Viltu taka þátt í mótun vinnuumhverfis framtíðarinnar?

Framkvæmdasýsla ríkisins leitar að drífandi og framsýnum liðsmönnum til að taka þátt í fjölbreyttum uppbyggingarverkefnum. Um er að ræða krefjandi og fjölbreytt störf með miklum þróunarmöguleikum.

Framkvæmdasýsla ríkisins (FSR) er leiðandi afl á sviði opinberra framkvæmda og húsnæðisöflunar. Markmið okkar er auka skilvirkni, hagkvæmni, gæði og samfélagslegan ávinning við framkvæmdir og húsnæðisöflun á vegum ríkisins. FSR er í fararbroddi við að innleiða vistvænar vinnuaðferðir og upplýsingalíkön mannvirkja (BIM) í byggingariðnaði á Íslandi. FSR vinnur samkvæmt vottuðu gæðastjórnunarkerfi ISO 9001 og er stöðugt unnið að því að auka gæði í starfsemi stofnunarinnar.

Meðal verkefna sem FSR vinnur að um þessar mundir eru undirbúningur uppbyggingar hjúkrunarheimila víða um land, Hús íslenskunnnar, ný skrifstofubygging Alþingis, gestastofur í þjóðgörðum, viðbygging við stjórnarráðshúsið, þróun stjórnarráðsreits og ofanflóðaverkefni víða um land, auk fjölbreyttra húsnæðisöflunarverkefna þar sem unnið er markvisst að innleiðingu nýjunga í skipulagi vinnuumhverfis.

Lögð er áhersla á að starfsfólk sýni frumkvæði, fagmennsku og þjónustulund, njóti sín í starfi og hafi möguleika á að auka þekkingu sína og reynslu með markvissum hætti.

Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknir gilda í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.

Verkefnastjóri vinnuumhverfis

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Verkefnastjórnun og þátttaka í vinnslu verkefna er lúta að breytingum og framþróun vinnuumhverfis hjá opinberum aðilum
- Þróun og innleiðing nýjunga í aðferðafræði FSR á sviði þarfagreininga og breytinga vinnuumhverfis
- Stuðningur við viðskiptavini FSR í ferli breytinga
- Þekkingarmiðlun innan sem utan FSR á sviði þróunar vinnuumhverfis
- Þátttaka í ýmsum umbótaverkefnum innan FSR

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði arkitektúrs eða innanhússarkitektúrs
- Háskólamenntun tengd stjórnun, t.d. mannauðs- eða breytingastjórnun
- Reynsla af hönnun og/eða verkefnastjórnun er kostur
- Reynsla af mannauðsmálum eða breytingastjórnun er kostur
- Frumkvæði, leiðtogahæfni, sjálfstraust og ögun í vinnubrögðum
- Jákvætt viðmót og afburða færni í mannlegum samskiptum og miðlun efnis
- Góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti

Verkefnastjóri - arkitekt

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Almenn verkefnastjórnun á stigi þarfagreininga og hönnunar
- Fjölbreytt ráðgjöf til viðskiptavina FSR um húsnæðismál
- Gerð frumathugana, þarfagreininga og húsrýmisáætlana
- Umsjón með hönnunarsamkeppnum
- Gerð hönnunarsamninga
- Rýni útboðsgagna og gerð umsagna
- Þátttaka í frumkvæðisverkefnum FSR

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í arkitektúr. Meistarapróf er kostur
- Þekking á hönnunarstjórn og/eða verkefnisstjórn
- Þekking á hönnun og notkun hönnunarhugbúnaðar
- Þekking á forritum vegna myndrænnar framsetningar efnis er kostur
- Þekking á BIM og á hugmyndafræði vistvænnar hönnunar er kostur
- Þekking á umhverfisvottunarkerfum er kostur
- Frumkvæði, sjálfstraust og ögun í vinnubrögðum
- Jákvætt viðmót og færni í mannlegum samskiptum og miðlun efnis
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Áhugasamir einstaklingar, af öllum kynjum og aldri, eru hvattir til að sækja um starfið

Nánari upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Þórður S. Óskarsson (thordur@intellecta.is) í síma 511-1225. Umsóknarfrestur er til og með 11. nóvember 2019. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is og henni þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf. ***Öllum umsóknum verður svarað að ráðningu lokinni.***
Intellecta, Síðumúli 5, 108 Reykjavík, sími 511 1225.

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Tryggðu þér líflega jólavinnu

Skemmtilegt vinnuumhverfi fyrir tvítuga og eldri

Afgreiðsla í Vínbúðum á höfuðborgarsvæðinu

Við leitum að jákvæðum og röskum einstaklingum sem eru tilbúnir að veita framúrskarandi og ábyrga þjónustu.

Helstu verkefni

- Afgreiðsla og þjónusta við viðskiptavini
- Framstilling á vöru og vörumeðhöndlun
- Umhirða búðar

Hæfniskröfur

- Jákvæðni og rík þjónustulund
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Reynsla af verslunarstörfum er kostur

Vinsamlega skráið óskir um staðsetningu í umsókn. Starfshlutföll eru breytileg eftir staðsetningu Vínbúðar.

Umsækjendur þurfa að hafa náð 20 ára aldri og sakavottorðs er krafist.
Umsóknarfrestur er til og með 15. desember nk. Umsóknir óskast fylltar út á **vinbudin.is**
Nánari upplýsingar veitir: Thelma Kristín Snorradóttir, starf@vinbudin.is, 560 7700

Gildi ÁTVR eru LIPURÐ – ÞEKKING – ÁBYRGÐ.
Ráðningar í stöður hjá fyrirtækinu taka mið af þessum gildum.

ÁTVR rekur 51 Vínbúð um allt land. Stefna ÁTVR er að vera eitt af fremstu þjónustufyrirtækjum landsins og fyrirmynd á sviði samfélagsábyrgðar. Fyrirtækið vill að vinnustaðurinn sé öruggur, heilsueflandi og skemmtilegur þar sem samskipti einkennast af lipurð, þekkingu og ábyrgð.

JAFNLAUNAVOTTUN 2018 - 2021

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

VÍNBÚÐIN

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

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

Capacent_

capacent.is

Framkvæmdastjóri þjónustuskrifstofu

Þjónustuskrifstofa SIGL óskar eftir að ráða framkvæmdastjóra til starfa. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf sem reynir á frumkvæði og ríka samskiptahæfni. Hlutverk SIGL er m.a. að þjónusta fjögur fagstéttarfélög og gæta hagsmuna þeirra og félagsmanna.

Umsóknarfrestur
12. nóvember

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/14892

Starfssvið:
- Daglegur rekstur skrifstofu.
- Bókhald og fjármál.
- Þjónusta og upplýsingagjöf til félagsmanna.
- Móttaka og meðhöndlun gagna.
- Úrvinnsla umsókna og yfirumsjón með félagatali.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólamenntun eða önnur menntun sem nýtist í starfið.
- Þekking og reynsla af fjármálatengdum störfum.
- Góð alhliða reynsla af skrifstofustörfum.
- Hæfni í mannlegum samskiptum og þjónustulund.
- Frumkvæði og skipulagshæfni.

Þjónustuskrifstofa SIGL er þjónustueining fyrir 4 fagstéttarfélög háskólamenntaðra heilbrigðisstétta, Félag sjúkraþjálfara, Iðjuþjálfafélag Íslands, Félag geislafræðinga og Félag lífeindafræðinga, sem heldur utan um daglegan rekstur félaganna. Samtals eru félagsmenn nálægt 1500.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Sviðsstjóri rekstrarsviðs

HS Veitur hf. óska eftir að ráða í starf sviðsstjóra rekstrarsviðs. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf fyrir árangursmiðaðan einstakling sem hefur brennandi áhuga á rekstri. Sviðsstjóri rekstrarsviðs situr í framkvæmdastjórn fyrirtækisins og er staðgengill forstjóra.

Rekstrarsvið hýsir þjónustu-, mannauðs-, gæða-, umhverfis- og öryggismál en starfandi eru stjórnendur sem leiða hvern þessara málaflokka.

Umsóknarfrestur
15. nóvember

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/14909

Helstu verkefni:
- Daglegur rekstur og stjórnun sviðsins.
- Ábyrgð á mannauðsmálum.
- Ábyrgð á þjónustu-, gæða-, umhverfis- og öryggismálum.
- Áætlanagerð og eftirfylgni.
- Þátttaka í stefnumótun fyrirtækisins.
- Skýrslugerð til stjórnar.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af rekstri og stjórnun.
- Reynsla af áætlanagerð og rík kostnaðarvitund.
- Reynsla af stefnumótun og breytingastjórnun.
- Leiðtogahæfileikar og góð samskiptahæfni.
- Frumkvæði og lausnamiðuð hugsun.

HS Veitur hf. voru stofnaðar 1. desember 2008 þegar Hitaveita Suðurnesja hf. var skipt í HS Veitur hf. og HS Orku hf. HS Veitur hf. annast raforkudreifingu á Suðurnesjum, í Hafnarfirði, í hluta Garðabæjar, m.a. á Álftanesi, í Vestmannaeyjum og í Árborg. Fyrirtækið annast hitaveiturekstur á Suðurnesjum og í Vestmannaeyjum og vatnsveiturekstur að stórum hluta á Suðurnesjum og í Vestmannaeyjum. Nánari upplýsingar á www.hsveitur.is

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

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

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Sérfræðingur / lögreglufulltrúi	Héraðssaksóknari	Reykjavík	201910/1798
Mannauðs- og gæðastjóri	Landbúnaðarháskóli Íslands	Hvanneyri	201910/1797
Upplýsinga- og gagnastjóri	Landbúnaðarháskóli Íslands	Hvanneyri	201910/1796
Næringafræðingur	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201910/1795
Framhaldskólakennari	Fjölbrautaskóli Snæfellinga	Grundarfjörður	201910/1794
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæslan Fjörður	Hafnarfjörður	201910/1793
Verkefnastjóri - arkitekt	Framkvæmdasýsla ríkisins	Reykjavík	201910/1792
Verkefnastjóri vinnuumhverfis	Framkvæmdasýsla ríkisins	Reykjavík	201910/1791
Sérfæðingar á efnahagssviði	Hagstofa Íslands	Reykjavík	201910/1790
Skrifstofumaður	Landspítlai	Reykjavík	201910/1789
Móttökuritari	Heilsugæslan Miðbæ	Reykjavík	201910/1788
Yfirlæknir heilsugæslu	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Egilsstaðir	201910/1787
Sérfræðingur í heimilislækningum	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Fjarðabyggð	201910/1786
Sjúkraþjálfari	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201910/1785
Geislafræðingur	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201910/1784
Aðstoðaryfirlögregluþjónn	Lögreglustjórinn á höfuðborgarsv.	Reykjavík	201910/1783
Starfsmenn í þjónustuver	Landspítali, símaver	Reykjavík	201910/1782
Yfirlæknir, meðferðargeðdeild	Landspítali, Laugarás meðferðargeðd.	Reykjavík	201910/1781
Sérfræðingur	Heilbrigðisráðuneytið	Reykjavík	201910/1780
Þjónustufulltrúi geðheilsuteymi	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201910/1779
Móttökuritari	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Blönduós	201910/1778
Sérfræðilæknir	Landspítali, svefndeild	Reykjavík	201910/1777
Starfsmaður í eldhúsi/dagvinna	Landspítali, Laugarás meðferðargeðd.	Reykjavík	201910/1776
Forstöðumaður Hljóðbókasafns	Mennta- og menningarmálaráðun.	Kópavogur	201910/1775
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæslan Miðbæ	Reykjavík	201910/1774

BJÖRNSBAKARI
Sími: 561 1433

Við óskum eftir starfsfólki í afgreiðslu

Vinnutími er frá 12:00 til 18:30 og aðra hverja helgi

Framtíðarstarf.
Umsóknir sendist á
bjornsbakari@bjornsbakari.is

Merkt ATVINNA

Embassy clerk

The Embassy of Japan seeks a capable, responsible and flexible person for the position of Office Clerk.
Starting on 1st of February, 2020 (negotiable) with a contract renewal every two years.

Requirements:

- University degree
- Language skills in English and Icelandic (both written and spoken)
- Proficient use of computer/internet
- Good research and analytical skills
- Good knowledge of Iceland
- Good communication skills

Deadline for application: 22nd November, 2019

If interested, please send your CV and a short essay on Japan (less than 600 words), both in English to:

Embassy of Japan
Laugavegur 182, 105 Reykjavik
Tel: 510-8600
e-mail: japan@rk.mofa.go.jp

Landsvirkjun

Spennandi **stjórnunarstarf**
á Blöndusvæði

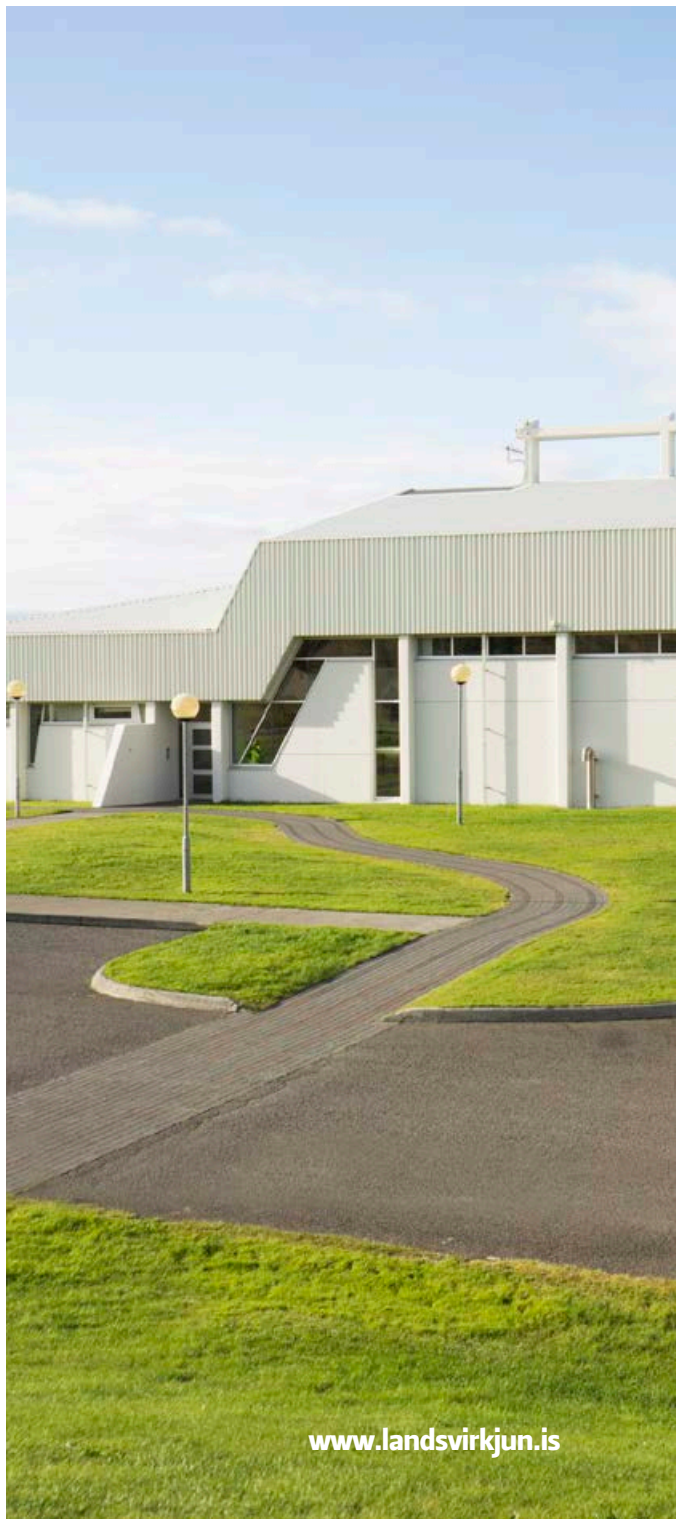
Við leitum að einstaklingi með skipulags- og stjórnunarhæfni í starf stöðvarstjóra. Í starfinu felst stjórnun og rekstur aflstöðva á Blöndusvæði; Blöndu og Laxárstöðva. Viðkomandi ber einnig ábyrgð á samskiptum við hagsmunaaðila. Við leitum að aðila sem býr yfir hæfni til að miðla upplýsingum, sýnir frumkvæði og er leiðtogi.

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, t.d. af rafmagns- og eða vélasviði
- Stjórnunarþekking
- Leiðtogahæfileikar
- Reynsla af rekstri og viðhaldsstjórnun
- Reynsla af öryggis-, gæða- og umhverfisstjórnun
- Lipurð í samskiptum og hæfni til sjálfstæðra vinnubragða
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti

Sótt er um starfið hjá Capacent, www.capacent.is.
Nánari upplýsingar veita Auður Bjarnadóttir (audur.bjarnadottir@capacent.is) og Þóra Pétursdóttir (thora.petursdottir@capacent.is).
Umsóknarfrestur er til og með 11. nóvember 2019.

Jafnlaunaúttekt PwC 2018
JAFNLAUNAVOTTUN 2019 - 2022
JAFNRÉTTISVÍSIR · CAPACENT

Landsvirkjun hvetur konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.



Ljósmynd: Ragnar Th. Sigurðsson / Arctic Images

Spennandi störf og tækifæri í Breiðholti

Skóla- og frístundasvið og velferðarsvið Reykjavíkurborgar hefja sameiginlegt þróunarverkefni í Breiðholti þar sem markmiðið er að bæta þjónustu við börn, ungmenni og fjölskyldur þeirra. Þar verður lögð áhersla á að þétta samstarf skóla- og frístundasviðs og velferðarsviðs.

Stofnuð verður skóla- og frístundadeild sem starfar innan þjónustumiðstöðvar Breiðholts. Þjónustan verður færð í auknum mæli í skólaumhverfi barna og ungmenna með aðferðum snemmtækrar íhlutunar og stuðningur við starfsfólk og stjórnendur verður nær vettvangi. Skóla- og frístundadeild verður stýrt af teymi þriggja sérfræðinga, einum í hverjum mála-flokkanna, leikskóla-, grunnskóla- og frístundastarfs.

Í nýju mannauðs- og rekstrarteymi þjónustumiðstöðvar verður unnið að mannauðsmálum, rekstri og umsýslu með húsnæði allra starfseininga SFS og VEL í Breiðholti .

LAUSAR STÖÐUR Í SKÓLA- OG FRÍSTUNDADEILD

Deildarstjóri grunnskólahluta
Deildarstjóri grunnskólahluta skóla- og frístundadeildar hefur m.a. forystu í fagmálum grunnskóla, þ.e. þróun starfshátta og skólastarfs í samræmi við menntastefnu og aðrar áherslur og stefnur Reykjavíkurborgar, lög um grunnskóla og aðalnámskrá grunnskóla. Deildarstjóri er yfirmaður grunnskólastjóra í Breiðholti.

Deildarstjóri leikskólahluta
Deildarstjóri leikskólahluta skóla- og frístundadeildar hefur forystu í fagmálum leikskóla, þ.e. þróun starfshátta og leikskólastarfs í samræmi við menntastefnu og aðrar áherslur og stefnur Reykjavíkurborgar, lög um leikskóla og aðalnámskrá leikskóla. Deildarstjóri er yfirmaður leikskólastjóra í Breiðholti.

Nánari upplýsingar um störf í skóla- og frístundadeild veitir Ragnheiður E. Stefánsdóttir mannauðsstjóri, sími 411 1111 eða ragnheidur.e.stefansdottir@reykjavik.is

LAUSAR STÖÐUR Í MANNAUÐS- OG REKSTRARTEYMI

Verkefnastjóri fasteigna- og búnaðarmála
Verkefnastjóri fasteigna- og búnaðarmála tilheyrir mannauðs- og rekstrarteymi og sinnir ráðgjöf við starfseiningar skóla- og frístundasviðs og velferðarsviðs í Breiðholti. Verkefnastjóri annast m.a. umsýslu og utanumhaldi með rekstri húsnæðis og veitir stjórnendum ráðgjöf og upplýsingar varðandi stærri búnaðarkaup, viðhald og rekstur fasteigna.

Mannauðsráðgjafi
Mannauðsráðgjafi tilheyrir mannauðs- og rekstrarteymi og sinnir mannauðsþjónustu við starfseiningar velferðarsviðs og skóla- og frístundasviðs í Breiðholti. Mannauðsráðgjafi veitir m.a. stjórnendum stuðning og ráðgjöf, aðstoðar við ráðningar, sér um fræðslumál og kemur að úrvinnslu starfsmannamála.

Nánari upplýsingar um störf í mannauðs- og rekstrarteymi veitir Óskar Dýrmundur Ólafsson hverfisstjóri, sími 411 1300 eða oskar.dyrmundur.olafsson@reykjavik.is

Hægt er að sækja um öll störfin og sjá nánari upplýsingar um verkefni og hæfniskröfur á reykjavik.is/storf

Reykjavíkurborg

SÓLHEIMAR
SJÁLFBÆRT SAMFÉLAG

Á Sólheimum í Grímsnesi búa að jafnaði yfir eitthundrað manns og eru starfsmenn Sólheima um fimmtíu talsins. Hlutverk Sólheima er að skapa sjálfbært samfélag, byggt á kristnum gildum og hugmyndum mannspeki, sem veitir íbúum tækifæri til að vaxa, þroskast og vera virkur þátttakandi. Starfsemi Sólheima og aðstaða er sniðin að því að þjóna fólki með þroskahömlun sem býr yfir starfsgetu.
Gildi Sólheima eru; kærleikur, fagmennska, sköpunargleði og virðing.

Staða fagstjóra ferðaþjónustu Sólheima

Blómlegt samfélag Sólheima í Grímsnesi óskar eftir að ráða fagstjóra ferðaþjónustu. Um er að ræða spennandi og fjölbreytt framtíðarstarf þar sem blandast saman rekstur gistiheimilis og Sesseljuhúss, sem er fræðasetur um umhverfismál. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf sem fyrst. Búseta að Sólheimum og virk þátttaka í uppbyggingu og aðhlynningu samfélagsins er skilyrði.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Dagleg umsjón með rekstri gistihúss, umsýsla bókana og samskipti við gesti Sólheima
- Tilboðsgerð og skipulag hópa sem heimsækja Sólheima
- Samstarf við aðrar rekstrareiningar Sólheima um þjónustu gesta og störf sjálfboðaliða
- Ræktun viðskiptatengsla og öflun nýrra viðskipta
- Umsýsla kynningarstarfsemi um samfélag Sólheima og sögu þess, sjálfbærni og önnur verkefni
- Umsjón með sjálfboðaliðum og dvöl þeirra á Sólheimum
- Virk þátttaka í þróun samfélagsins, framtíðarsýn og vöruþróun
- Virk þátttaka í verkefnum samfélagsins og góð samvinna við aðrar rekstrareiningar þess
- Jákvæð og góð samskipti við íbúa Sólheima og alla þá er sækja samfélagið heim

Hæfniskröfur
- Viðskiptafræðimenntun og eða sérmenntun í umhverfis- eða ferðamálafræði
- Reynsla úr ferðaþjónustu skilyrði
- Góð hæfni til að umsýsla bókanir, bókunarvefi og önnur samskipti við viðskiptavini
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð hæfni til að útbúa og halda kynningar á bæði íslensku og ensku
- Áhugi og góð þekking á sjálfbærni og umhverfismálum
- Frumkvæði og hæfni til að vinna sjálfstætt

Frumskilyrði er hæfni til að starfa eftir gildum Sólheima sem eru: kærleikur,fagmennska, sköpunargleði og virðing.
Fagstjóri ferðaþjónustu heyrir undir framkvæmdastjóra Sólheima.

Umsókn ásamt ferilskrá og kynningarbréfi á íslensku og ensku sendist til: **umsoknir@solheimar.is**, merkt: Fagstjóri ferðaþjónustu.

Umsóknarfrestur er til 4. nóvember 2019.

Ertu að leita að sérfræðingi?

hagvangur.is

HAGVANGUR

Heilsugæslan Seltjarnarnesi og Vesturbæ auglýsir eftir heimilislækni. Umsóknarfrestur er til 28. október nk.

Nánari upplýsingar veita:
Emilía P. Jóhannsdóttir-emilia.p.johannsdottir@heilsugaeslan.is-513-6100
Einar Þór Þórarinsson-einar.thor.thorarinsson@heilsugaeslan.is-513-6100

Sjá nánar á www.heilsugaeslan.is og www.starfatorg.is

Fasteignasala Kópavogs
Ábyrgð, reynsla & góð þjónusta

Löggildur fasteignasali óskast til starfa á Fasteignasölu Kópavogs

Sendið upplýsingar um ykkur á gunnlaugur@fastko.is / gudmundur@fastko.is eða á skifstofu okkar að Hamraborg 14a, Kópavogi.

Embætti forstöðumanns Hljóðbókasafns Íslands

Auglýst er laust til umsóknar embætti forstöðumanns Hljóðbókasafns Íslands.

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

Umsóknarfrestur er til og með 18. nóvember 2019.

Stjórnarráð Íslands
Mennta- og menningarmálaráðuneytið

VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

VIÐSKIPTASTJÓRI SAMGÖNGUÞJÓNUSTU

Isavia óskar eftir að ráða öflugan einstakling í starf viðskiptastjóra í samgönguþjónustu á viðskiptasviði. Starfið felur í sér umsjón með rekstrarleyfishöfum og leigutökum í Flugstöð Leifs Eiríkssonar.

Viðskiptastjóri vinnur í nánu samstarfi við aðra stjórnendur að því að veita viðskiptavinum Isavia góða þjónustu.

Nánari upplýsingar veitir Gunnar Ingi Hafsteinsson deildarstjóri,
gunnar.hafsteinsson@isavia.is

Hæfniskröfur
- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar
- Reynsla af gerð áætlana og úrvinnslu gagna
- Vönduð og sjálfstæð vinnubrögð og lausnaúrræði
- Reynsla við vinnu á sviði samgönguþjónustu er kostur

Vegna kröfu reglugerðar um flugvernd þurfa umsækjendur að fylla út og skila inn umsókn vegna bakgrunnsskoðunar lögreglu og vera með hreint sakavottorð. Nánari upplýsingar er að finna á isavia.is.

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

STARFSSTÖÐ:
KEFLAVÍK

UMSÓKNARFRESTUR:
3. NÓVEMBER

UMSÓKNIR:
ISAVIA.IS/ATVINNA

isavia

VERZLUNARSKÓLI ÍSLANDS

Vaktmaður fasteignar

Verzlunarskóli Íslands óskar að ráða til starfa vaktmann fasteignar skólans.

Starf vaktmanns felst í daglegri umsjón á húseign og lóð skólans í samstarfi við húsvörð. Vinnutími vaktmanns er frá klukkan 13 til 19 alla virka daga.

Hæfnikröfur:
- Þekking á framkvæmdum og viðhaldi.
- Reynsla sem nýtist í starfi.
- Hæfni í mannlegum samskiptum.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Almenn tölvukunnátta.

Við bjóðum:
- Góða vinnuaðstöðu.
- Góðan starfsanda á framsæknum vinnustað.

Nánari upplýsingar gefur Guðrún Inga Sívertsen starfsmanna- og þróunarstjóri gunninga@verslo.is eða í síma 5 900 600. Umsóknarfrestur er til 1. nóvember og skal senda umsóknir ásamt ferilskrá á netfangið gunninga@verslo.is

Verzlunarskóli Íslands er framhaldsskóli með um 940 nemendur. Samkvæmt lögum um framhaldsskóla nr. 92 frá 2008 er ekki heimilt að ráða einstakling til starfa sem hlotið hefur dóm fyrir brot á XXII. kafla almennra hegningarlaga og því er beðið um sakavottorð áður en ráðið er í starfið.

MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI

Menntaskólinn í Kópavogi er lifandi, fjölbreyttur og umfram allt skemmtilegur vinnustaður. Rúmlega 900 hundruð nemendur skólans stunda almennt bóknám á framhaldsskólastigi eða nám í ferðamála- og matvælagreinum. Við skólann starfa 100 hressir starfsmenn á öllum aldri með fjölbreytta menntun og hæfni. Gleði, jákvæðni og góður starfsandi einkennir vinnustaðinn.

Innkaupastjóri við Menntaskólann í Kópavogi

Menntaskólinn í Kópavogi óskar eftir að ráða innkaupastjóra í fullt starf.
Æskilegt að umsækjandi geti hafið störf sem fyrst eða eftir nánara samkomulagi.
Innkaupastjóri sér um innkaup, samninga við birgja, lagerhald og afgreiðslu sérvöru til faghópa.
Stærsti hluti starfsins er umsjón með aðföngum til kennslu í matvælaskólanum.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Gerð samninga við birgja
- Pantanir á vörum skv. beiðni frá kennurum
- Móttaka vöru og eftirlit með gæðum skv. GÁMES gæðakerfi
- Rýni reikninga og pantana í samstarfi við fjármálastjóra
- Eftirlit með lagerstöðu
- Hreinlæti á lager og kælum
- Tiltekt pantana og afhending

Hæfnikröfur
- Góð almenn tölvufærni er nauðsynleg
- Þekking á innkaupakerfi ríkisins kostur
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðhorf
- Skipulagshæfni, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum

Menntun
- Menntun sem nýtist í starfi og gæti menntun á sviði matvælafræði verið kostur.

Um er að ræða 100% starf og ráðið í starfið sem fyrst.
Umsóknarfrestur er til 29. október.
Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert.

Frekari upplýsingar um starfið veitir Guðríður Eldey Arnardóttir skólameistari í síma 594 4000
Allar umsóknir fara í gegnum **starfatorg.is** og skal sækja um stöðuna þar.

VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

SÉRFRÆÐINGUR Í INNKAUPADEILD

Isavia óskar eftir að ráða kraftmikinn og metnaðarfullan sérfræðing á svið innkaupa. Helstu verkefnin felast í að veita deildum og sviðum félagsins almenna innkaupaþjónustu og ráðgjöf. Hafa umsjón með innkaupapöntunum og þarfa- og kostnaðargreiningu. Auk þess felur starfið í sér undirbúning og framkvæmd útboða / verðfyrirspurna og samskipti við birgja.

Nánari upplýsingar veitir Kristín Gestsdóttir, deildarstjóri innkaupadeildar, **kristin.gestsdottir@isavia.is**

Hæfniskröfur
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Haldbær reynsla af sambærilegu starfi
- Þekking á opinberum innkaupum æskileg
- Mjög góð færni í íslensku og ensku, bæði í tal og ritmáli
- Jákvæðni, þjónustulund og góð samskiptafærni

Vegna kröfu reglugerðar um flugvernd þurfa umsækjendur að fylla út og skila inn umsókn vegna bakgrunnsskoðunar lögreglu og vera með hreint sakavottorð. Nánari upplýsingar er að finna á isavia.is.

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

STARFSSTÖÐ: **REYKJAVÍK**

UMSÓKNARFRESTUR: **3. NÓVEMBER**

UMSÓKNIR: **ISAVIA.IS/ATVINNA**

isavia

Nýtt fólk

Nýr framkvæmdastjóri Smartmedia

Hjörvar Hermannsson hefur tekið við stöðu framkvæmdastjóra Smartmedia en hann hefur verið sölu- og verkefnastjóri hjá félaginu í tvö ár. Tóku breytingarnar gildi 15. október síðastliðinn. Hjörvar kemur til með að bera ábyrgð á daglegum rekstri og styðja við þann mikla vöxt sem átt hefur sér stað í netverslun hér á landi undanfarin ár. Hann hefur lokið BS-námi í viðskiptafræðum við Háskóla Íslands og MS-gráðu í markaðsfræðum við Griffith University í Ástralíu. Áður starfaði Hjörvar sem verkefnastjóri á auglýsingastofunni PIPAR/TBWA. Breytingar eru liður í því að efla stuðning Smartmedia við viðskiptavini sína í stafrænum umskiptum en fyrirtækið þjónustar yfir 140 íslensk smá- og heildsölufyrirtæki sem veita þjónustu sína í stórauknum mæli í gegnum netið.

Svanborg til Viðreisnar

Svanborg Sigmarsdóttir stjórnmálafræðingur hefur tekið til starfa sem framkvæmdastjóri borgarstjórnarflokks Viðreisnar og verkefnastjóri sveitarstjórnarmála. „Hugsjónir Viðreisnar um frjálslyndi, frelsi, jafnréttismál, umhverfismál og alþjóðasamvinnu ríma vel við mína sannfæringu um gott og réttlátt samfélag. Því hlakka ég mjög til að taka þátt í starfi Viðreisnar," segir Svanborg. Undanfarinn áratug hefur Svanborg starfað sem upplýsingafulltrúi opinberra aðila, nú síðast hjá Ríkisendurskoðun. Áður var hún blaðamaður á Fréttablaðinu og hefur reglulega kennt áfanga í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands og Háskólann á Bifröst.

Sigríður til Völku

Sigríður Olgeirsdóttir var nýverið ráðin sviðsstjóri þjónustu hjá hátæknifyrirtækinu Völku. Hún mun bera ábyrgð á þjónustusviði fyrirtækisins á alþjóðavísu, en fyrirtækið hefur vaxið mjög síðustu misseri. Sigríður var síðustu níu ár framkvæmdastjóri rekstrar- og upplýsingatæknisviðs Íslandsbanka. Hún hefur einnig setið í fjölda stjórna í viðskiptalífinu, hérlendis sem erlendis. Hún var framkvæmdastjóri Ax hugbúnaðarhúss, forstjóri Humac, og framkvæmdastjóri hjá Tæknivali og stofnaði og byggði upp Tæknival í Danmörku. Sigríður er kerfisfræðingur frá Tigentskolen í Danmörku, með MBA-gráðu frá Háskólanum í Reykjavík, AMP-gráðu frá Harvard Business School og próf í rekstrar- og viðskiptafræðum frá Endurmenntun Háskóla Íslands.

FRÉTTABLAÐIÐ

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

INHOPE insafe SAFT

TILKYNNA ÓVIÐEIGANDI EÐA ÓLÖGLEGT EFNI Á NETINU

Bókari

Fasteignafélag óskar eftir bókara í 50% starf.

Í starfinu felast eftirfarandi verkefni, bókhald, vsk uppgjör, gjaldkera- og innheimtustörf, launauppgjör, auk samskipta við banka.

Áskilnaður gerður um mjög góða bókhaldskunnáttu (DK), og tölvufærni. Sömuleiðis frumkvæði, sjálfstæði, og færni í mannlegum samskiptum.

Umsóknir sendist fyrir 5.11.2019 á eftirfarandi netfang: gretar@lundurfasteignir.is

GRÖFUMAÐUR

Urð og Grjót ehf

óskar eftir vönum Gröfumanni í vinnu til langtíma, verður að vera vanur á beltagröfu.

Áhugasamir hafið samband á urdoggrjot@urdoggrjot.is eða S:660 0040.

» Ráðningarþjónusta

Framleiðslustjóri garðyrkjustöðvar

Gróðrarstöðin Lambhagi ehf. óskar eftir að ráða umsjónarmann nýrrar gróðrarstöðvar sem er í uppbyggingu í Lundi í Mosfellsdal.

Um er að ræða fullt starf til framtíðar og mun viðkomandi hafa umsjón með framleiðslu á salati í stöðinni.

» Starfssvið

- Umsjón og ábyrgð á gróðrarstöð
- Umsjón með starfsfólki gróðrarstöðvar
- Skipulagning daglegra starfa og verkefna
- Almenn störf í gróðrarstöð

» Hæfniskröfur

- Menntun á sviði garðyrkjufræði, landbúnaðarverkfræði eða sambærileg menntun æskileg
- Reynsla af vinnu við lokuð ræktunarkerfi kostur
- Metnaður og frumkvæði í starfi
- Rík ábyrgðakennd, skipulögð vinnubrögð og góð hæfni í mannlegum samskiptum

Lambhagi

Í Lundi eru tvö lítil hús sem fyrirtækið hefur umráð yfir og mun viðkomandi starfsmaður eiga möguleika á að hafa búsetu í öðru þeirra ásamt fjölskyldu sinni ef svo ber undir.

Gróðrarstöðin Lambhagi ehf. var stofnuð árið 1979 og er stærsti framleiðandi og seljandi á fersku salati og kryddjurtum á Íslandi.

Nánari upplýsingar um starfið er að finna á heimasíðu HH Ráðgjafar www.hhr.is og eru áhugasamir beðnir um að sækja um starfið þar.

HH RÁÐGJÖF RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

» HH Ráðgjöf • Fjarðargata 13 - 15 • 220 Hafnarfjörður • Sími: 561 5900 • hhr@hhr.is • www.hhr.is

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

Staða leikskólastjóra við leikskólann Fífuborg

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir stöðu leikskólastjóra í Fífuborg lausa til umsóknar.
Fífuborg er fjögurra deilda leikskóli við Fífurima í Grafarvogi. Gildi leikskólans eru virðing, heilbrigði og gleði. Fífuborg er Grænfánaskóli og unnið er eftir kenningum John Dewey, Caroline Pratt og Lev Vygotsky. Í leikskólanum er lögð áhersla á lýðræðislega stjórnun með samstarfi allra sem mynda samfélag Fífuborgar, að raddir barnanna heyrist og þau hafi áhrif á umhverfi sitt en börnin fá fræðslu um réttindi barna samkvæmt Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna. Markvisst er unnið með mál og læsi, m.a. með þróunarverkefninu „Litlu könnuðirnir" þar sem unnið er með læsi í tengslum við könnunaraðferðina. Fífuborg hlaut hvatningarverðlaun skóla- og frístundaráðs 2019 fyrir verkefnið „Ella endurvinnsludúkka" og leikskólinn tekur þátt í vináttuverkefni Barnaheilla. Gott samstarf er við foreldra og grenndarsamfélagið í nágrenni leikskólans.
Leitað er að einstaklingi sem býr yfir leiðtogahæfileikum og er tilbúinn til að leiða áfram gott og metnaðarfullt leikskólastarf í Fífuborg.

Meginhlutverk leikskólastjóra er að:
- Vera faglegur leiðtogi leikskólans og móta framtíðarstefnu hans innan ramma laga, reglugerða, aðalnámskrár og stefnu Reykjavíkurborgar.
- Bera ábyrgð á daglegu starfi í leikskólanum.
- Skipuleggja foreldrasamstarf í samvinnu við foreldra og starfsmenn.
- Hafa yfirumsjón með innra mati á starfi leikskólans og umbótaáætlunum.
- Hvetja til þróunar og nýbreytni í leikskólastarfi.
- Stýra rekstri leikskólans á grundvelli fjárhagsáætlunar.
- Bera ábyrgð á starfsmannamálum, svo sem ráðningum, vinnutilhögun og starfsþróun.
- Skipuleggja tengsl skólans við ýmsa samstarfsaðila.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Leikskólakennaramenntun og leyfisbréf leikskólakennara.
- Viðbótarmenntun í stjórnun eða kennslureynsla á leikskólastigi.
- Reynsla af stjórnun æskileg.
- Stjórnunarhæfileikar og vilji til að leita nýrra leiða.
- Þekking á rekstri, áætlanagerð og fjármálastjórnun.
- Lipurð og hæfni í samskiptum.
- Sjálfstæði og frumkvæði.

Í öllu starfi skóla- og frístundasviðs er unnið að innleiðingu Menntastefnu Reykjavíkur, „Látum draumana rætast", þar sem leiðarljósin eru virkni og þátttaka barna, aukið samstarf og fagmennska.

Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf, leyfisbréf til að nota starfsheitið leikskólakennari og greinargerð um framtíðarsýn umsækjanda á starf í leikskólanum.
Ráðið verður í stöðuna frá 1. janúar 2020. Umsóknarfrestur er til og með 11. nóvember 2019.
Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands vegna Félags stjórnenda leikskóla.
Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is/storf

Nánari upplýsingar veita Ingibjörg M. Gunnlaugsdóttir, skrifstofustjóri fagskrifstofu leikskólamála eða Elísabet Helga Pálmadóttir þróunarfulltrúi, sími 411 1111. Netföng: ingibjorg.m.gunnlaugsdottir@reykjavik.is og elisabet.helga.palmadottir@reykjavik.is

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

HELGARSTARF

Starfskraftur óskast í afgreiðslustarf í bakarí í Árbænum aðra hvora helgi. Ekki yngri en 20 ára.

Vinsamlegast sendið umsóknir á sveinsbakari@sveinsbakari.is

Reykjavíkurborg

LANGHOLTSSKÓLI

Lausar stöður í Langholtsskóla

- **Yfirmaður mötuneytis (matreiðslumaður). Laus frá 1. febrúar 2020.**
- **Heimilisfræðikennari frá 1. janúar 2020.**

Nánari upplýsingar gefur Hreiðar Sigtryggsson skólastjóri í síma 6648280 og á hreidar.sigtryggsson@rvkskolar.is.

Sjá einnig vef Reykjavíkurborgar: http://reykjavik.is/laus-storf.

Leitum að góðum sölumanni í sölu og markaðsdeild Nordic Times media.

Hæfniskröfur:
- Reynsla af sölumennsku
- Laun eru árangurstengd það er prósenta af sölu auglýsinga og fagumfjallana. Umfangsmikil og spennandi verkefni eru framundan og góðir tekjumöguleikar fyrir réttan aðila.

Nordic Times Media er útgefandi vefmiðlana og tímaritana Icelandic times og Lands og sögu. Icelandic Times er útgefið á kínversku, ensku, frönsku og þýsku. Land og saga er á íslensku. Útgáfurnar fjalla um samfélagsmál, nýsköpun, ferðaþjónustu, náttúru Íslands, sögu menningu, hönnun og viðskipti og hafa komið út frá árinu 2006.

Nordic Times
Síðumúla 29
108 Reykjavík
Sími 822 0567/ 578 2600
kennitala: 700493-2889

Tourism, Culture and Business · Issue 1 · 2019
NORDIC TIMES

ICELANDIC TIMES LAND&SAGA

Síðumúli 29 • 108 Rvk • www.icelandictimes.com

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Flataskóli
- Leikskólakennari eða starfsmaður með aðra háskólamenntun
- Umsjónarmaður tómstundaheimilis
- Þroskaþjálfi

Sjálandsskóli
- Umsjónarkennari í afleysingar

Leikskólinn Bæjarból
- Leikskólakennari

Ægisgrund - heimili fatlaðs fólks
- Starfsfólk í vaktavinnu

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

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

GARÐABÆR
GARÐATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

Finnur þú starf við þitt hæfi hjá Kópavogsbæ?

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

Kópavogsbær

kopavogur.is

Sérfræðingur á skrifstofu hagmála og fjárlaga

Heilbrigðisráðuneytið auglýsir lausa til umsóknar stöðu sérfræðings á skrifstofu hagmála og fjárlaga. Um er að ræða starf sem tengist fyrst og fremst hagmálum og gagnagreiningu. Starfið krefst reynslu á því sviði.

Starfssvið
- Upplýsingaöflun og framsetning tölfræðilegra upplýsinga.
- Greining gagna sem nýtast m.a. við stefnumótun á málefnasviðum ráðuneytisins.
- Uppsetning mælaborða og skýrslna í Power BI til birtingar í ráðuneytinu eða á ytri vef.
- Aðkoma að stefnumótun og skipulagi gagnamála.
- Kostnaðargreining og gerð reiknilíkana.
- Þátttaka í stefnumótun í málaflokkum ráðuneytisins í samstarfi við fagskrifstofur og stofnanir þess.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun í hagfræði, tölfræði, tölvunarfræði, raunvísindum, verkfræði eða önnur sambærileg menntun. Framhaldsmenntun er kostur.
- Færni í meðferð, greiningu og úrvinnslu tölulegra gagna.
- Reynsla af kostnaðargreiningu og gerð reiknilíkana í Excel er kostur.
- Áhugi og þekking á viðskiptagreindarhugbúnaði og birtingu tölulegra gagna á myndrænan hátt.
- Reynsla af vinnslu gagna í Power BI eða öðrum viðskiptagreindarhugbúnaði er kostur.
- Þekking á DAX-forritunarmálinu (eða sambærilegu) er kostur.
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót.
- Færni til að geta unnið sjálfstætt á skipulagðan og agaðan hátt.
- Færni og vilji til að vinna í opnu rými.
- Þekking og reynsla af teymisvinnu og verkefnastjórnun er kostur
- Gott vald á íslensku og hæfni til að miðla upplýsingum á skýran hátt.
- Góð kunnátta í ensku og einu norðurlandamáli er kostur.

Um launakjör fer eftir kjarasamningi fjármála- og efnahagsráðherra og Félags háskólamenntaðra starfsmanna stjórnarráðsins. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Í boði er áhugavert og fjölbreytt starf í krefjandi og skemmtilegu starfsumhverfi. Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig umsækjandi uppfyllir hæfniskröfur.

Sækja skal um starfið á starfatorgi, starfatorg.is

Nánari upplýsingar um starfið veita
Runólfur Birgir Leifsson, skrifstofustjóri - runolfur.leifsson@hrn.is - 545-8700
og Kristín Helgadóttir, mannauðsstjóri, kristin.helgad@hrn.is - 545-8700

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

HÉÐINN

Héðinn er fyrirtæki sem spannar næstum 100 ára sögu í þjónustu við iðnað og sjávarútveg. Á tæknideild Héðins starfa um 20 manns. Helstu verkefni tæknideildarinnar er hönnun á vélbúnaði til fiskimjöls- og lýsisvinnslu og verkefnisstýring þeim tengdum. Framundan eru spennandi tímar þar sem við höfum þróað byltingarkennda aðferð við að framleiða fiskmjöl og lýsi þar sem orkunýtni og gæði eru höfð að leiðarljósi.

Verkfræðingur eða tæknifræðingur

Hefur þú áhuga á hönnun og þróun?

Starfssvið:
- Hönnun og þróun á vélbúnaði
- Virk þátttaka í vöruþróun með áherslu á hönnun fyrir framleiðslu
- Utanumhald verkefna

Hæfniskröfur:
- Þekking á Autodesk Inventor
- Reynsla af Autodesk Vault kostur
- Þekking á vöruþróun kostur
- Skipulags- og samskiptahæfni
- Geta unnið sjálfstætt og í teymi
- Hæfni í íslensku og ensku í ræðu og riti

Við leggjum mikla áherslu á jafnt kynjahlutfall og hvetjum því einstaklinga af báðum kynjum til að sækja um.

Hvers vegna Héðinn?
Við erum metnaðarfullur vinnustaður sem einkennist af virðingu og jákvæðum samskiptum. Við leggjum mikla áherslu á jafnvægi milli vinnu og einkalífs, bjóðum upp á fyrsta flokks aðbúnað, sveigjanlegan vinnu tíma og hvetjum mannauð til að sækja sér endurmenntun.

Upplýsingar veitir: Sverrir Briem - sverrir@hagvangur.is - Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is
Umsóknarfrestur er til og með 6 nóv.

Sunnulækjarskóli

Við Sunnulækjarskóla á Selfossi er laus staða kennara á elsta stigi

Meðal kennslugreina er íslenska.
Í skólanum eru um 710 nemendur og þar er lögð áhersla á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólastarfinu koma.
Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launanefndar Sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands.

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

Nánari upplýsingar má finna á vefsíðu skólans: http://www.sunnulaekjarskoli.is og í tölvupósti: birgir@sunnulaek.is
Umsóknarfrestur er til 5. nóvember.

Sótt er um starfið á vef Sveitarfélagsins Árborgar, http://www.arborg.is, laus störf.

Skólastjóri

Eldhús-Hjá Dóra í Mjódd

Matsölustaðurinn Hjá Dóra óskar eftir að ráða starfskraft í afgreiðslu og þrif virka daga.

Upplýsingar á staðnum eða í s. 5573910 virka daga eða
dorikokkur@visir.is
Íslensku kunnátta nauðsynleg

Eldhús-Hjá Dóra í Mjódd

Matsölustaðurinn Hjá Dóra í Mjódd óskar eftir að ráða matreiðslumann eða manneskju vana eldhússtörfum í eldhúsið okkar.

Upplýsingar á staðnum eða í s. 5573910 virka daga eða
dorikokkur@visir.is
Íslensku kunnátta nauðsynleg

Suðurnesjabær er framsækið sveitarfélag sem hefur það að leiðarljósi að veita framúrskarandi þjónustu á sviði velferðarmála. Fjölskyldusvið er samþætt þjónustueining og til þess heyrir félags-, frístunda- og fræðsluþjónusta. Lögð er áhersla á að sérfræðingar fjölskyldusviðs vinni í teymum, þvert á stofnanir og beri ábyrgð á þjónustunni í sameiningu. Í Suðurnesjabæ búa um 3550 íbúar.

SUÐURNESJABÆR

Vilt þú móta framtíðina með okkur?

Yfirsálfræðingur og talmeinafræðingur óskast í fullt starf í nýtt teymi fræðsluþjónustu á fjölskyldusviði Suðurnesjabæjar.

Yfirsálfræðingur fræðsludeildar

Starfssvið:
- Ráðgjöf, stuðningur og fræðsla til foreldra barna og starfsfólks leik- og grunnskóla.
- Sálfræðilegar athuganir og greiningar á börnum, ráðgjöf í kjölfar greininga og eftirfylgd mála.
- Þverfaglegt samstarf við aðra sérfræðinga innan og utan stofnunarinnar og seta í teymum um einstök börn innan skólanna.
- Þátttaka í fræðslufundum og námskeiðahaldi fyrir foreldra og starfsfólk leik- og grunnskóla.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Sálfræðimenntun og réttindi til að starfa sem sálfræðingur.
- Þekking og reynsla af sálfræðilegum athugunum, beitingu greiningarprófa í skólum og ráðgjöf.
- Frumkvæði, ábyrgð og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Færni í mannlegum samskiptum og þverfaglegu samstarfi.
- Hreint sakavottorð.

Talmeinafræðingur fræðsludeildar

Starfssvið:
- Greiningar á tal- og málvanda og mat á málþroska.
- Mál- og talþjálfun og eftirfylgni.
- Ráðgjöf við foreldra og starfsfólk skóla.
- Þátttaka í þverfaglegri vinnu í leik- og grunnskóla.
- Vinna að snemmtækri íhlutun og koma að móttöku barna með annað tungumál.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Starfsleyfi sem talmeinafræðingur.
- Færni í mannlegum samskiptum og þverfaglegu samstarfi.
- Frumkvæði, ábyrgð og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Hreint sakavottorð.

Umsóknarfrestur er til og með 2. nóvember 2019.

Með umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf, auk greinargerðar um faglegar áherslur í starfi.
Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf í janúar 2020. Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðeigandi fagfélaga.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Kristín Helgadóttir, deildarstjóri fræðsludeildar Suðurnesjabæjar kristin@sudurnesjabaer.is.

Umsóknum skal skilað á rafrænu formi á netfangið afgreidsla@sudurnesjabaer.is

VESTURFERÐIR

Umsjónamaður skemmtiferðaskipa

Ferðaskrifstofan Vesturferðir á Ísafirði leita að einstaklingi til að sjá um sölu og skipulagningu ferða fyrir farþega skemmtiferðaskipa sem koma til Ísafjarðar. Viðkomandi þarf að hafa metnað fyrir góðri þjónustu, vera frábær í samskiptum, geta unnið vel undir álagi og hafa góða skipulagshæfileika. Unnið er á dagvinnutíma alla virka daga yfir vetrarmánuðina, en alla daga vikunnar eftir vaktaplani á sumrin.

Starfssvið:
- Sala og skiplag ferða í samvinnu við helstu viðskiptavini Vesturferða.
- Skipulag og utanumhald skipaferða.
- Vöruþróun í samvinnu við framkvæmdastjóra.
- Samskipti við birgja, verktaka og samstarfsaðila.
- Annað tilfallandi.

Hæfniskröfur:
- Færni í mannlegum samskiptum og sveigjanleiki.
- Reynsla og/eða menntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af verkefnastjórnun eða sambærilegu.
- Góð almenn tölvukunnátta (Office).
- Mjög góð ensku og íslensku kunnátta.
- Þekking á svæðinu er kostur.
- Þarf að geta unnið sjálfstætt og taka ábyrgð.
- Geta til að vinna undir álagi.

Umsóknarfrestur er til og með 3. nóvember nk. Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar á linda@westtours.is. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.

Ferðaskrifstofan Vesturferðir sjá um skipulagningu ferða fyrir gesti skemmtiferðaskip sem koma til hafnar á Ísafirði og er gert ráð fyrir uþb 130 komum sumarið 2020. Vesturferðir ehf. eru í eigu 60 óskildra hluthafa og eru með skrifstofu á Ísafirði.

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Vantar þig starfsfólk?

HAGVANGUR
hagvangur.is

Erum við
að leita **að þér?**

ÚTBOÐ

Ræktun sumarblóma og matjurta Hafnarfjarðarbær og Kópavogsbær óska eftir tilboðum í ræktun sumarblóma og matjurta fyrir árin 2020-2022.

Útboðsgögn verða afhent rafrænt og skulu þeir sem óska eftir útboðsgögnum fyrir verk þetta senda tölvupóst á netfangið ingibjorgs@hafnarfjordur.is frá og með mánudeginum 28. október nk. Í tölvupósti skal koma fram nafn tengiliðar vegna útboðsins, símanúmer, netfang og nafn fyrirtækis.

Tilboð skulu hafa borist í hús Umhverfis- og skipulagssviðs Hafnarfjarðarbæjar að Norðurhellu 2, 221 Hafnarfirði, fyrir kl. 11:00 þriðjudaginn 12. nóvember 2019 og verða þau þá opnuð í viðurvist þeirra bjóðenda sem þar mæta.

Umhverfis- og skipulagssvið Hafnarfjarðarbæjar
Umhverfissvið Kópavogsbæjar

Kópavogsbær
HAFNARFJÖRÐUR

FRÆÐSLUNETIÐ Símenntun á Suðurlandi
HÁSKÓLAFÉLAG SUÐURLANDS

Náms- og rannsóknarstyrkur

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

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

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

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

Vindmyllur á Grjóthálsi í Borgarbyggð

Mat á umhverfisáhrifum framkvæmda
Drög að matsáætlun

Áformað er að reisa 2 - 6 vindmyllur í landi Hafþórsstaða og Sigmundarstaða í Borgarbyggð og er áætlað afl þeirra 9,8-30 MW. Framkvæmdaraðili er félag sem stofnað yrði um framkvæmdina í samstarfi við eigendur Hafþórs- og Sigmundarstaða.

Í drögum að matsáætlun er m.a. fjallað um helstu áhrifaþætti framkvæmdarinnar og þá umhverfisþætti sem kunna að verða fyrir áhrifum. Þá er gerð grein fyrir hvernig staðið verður að vinnu vegna mats á umhverfisáhrifum og hvaða gögn og rannsóknir verða lögð til grundvallar matinu.

Drögin hafa nú verið auglýst til kynningar og eru aðgengileg á heimasíðu VSÓ Ráðgjafar www.vso.is.

Senda skal skriflegar athugasemdir eða ábendingar um drögin á netfangið erla@vso.is eða með pósti á VSÓ Ráðgjöf, b.t. Erla B. Aðalsteinsdóttir, Borgartúni 20, 105 Reykjavík.

Frestur til að senda inn ábendingar er til og með 15. nóvember n.k.

Styrkir til gæðaverkefna í heilbrigðisþjónustu 2019

Heilbrigðisráðuneytið auglýsir eftir umsóknum um styrki til gæðaverkefna í heilbrigðisþjónustu 2019. Tilgangur styrkjanna er að stuðla að umbótum, nýbreytni og auknum gæðum í heilbrigðisþjónustunni.

Að þessu sinni er sérstök áhersla lögð á verkefni sem eru í samræmi við heilbrigðisstefnu til 2030 og/eða tengjast innleiðingu áætlunar Embættis landlæknis um gæðaþróun í heilbrigðisþjónustu 2019–2030. Í styrkumsókn skal m.a. koma fram: Markmið verkefnis, framkvæmda- og kostnaðaráætlun og hvernig nýta megi niðurstöður til að auka öryggi og gæði heilbrigðisþjónustunnar.

Sótt skal um í nafni einstakra stofnana eða starfseininga.

Vakin er athygli á að einungis er unnt að sækja um á rafrænu formi. Umsóknarform ásamt nánari upplýsingum er á vef heilbrigðisráðuneytisins www.hrn.is

Umsóknarfrestur er til kl. 13 mánudaginn 18. nóvember 2019.

Heilbrigðisráðuneytinu,
26. október 2019.

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Gagnvirkt innkaupakerfi um þjónustu sérfærðinga í tilteknum skipulags-, byggingar-, samgöngu-, umhverfis- og veitumálum,** EES útboð 14344.

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

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

Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770
www.radum.is • radum@radum.is

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

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. | **Matthías** Lögg. fasteignasali

TRAUSTI fasteignasala

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

VIÐ ERUM TRAUSTI

Álftamýri 10
108 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 28. OKTÓBER
KL. 17:30 - 18:00

Falleg 3ja herbergja 83,7 fm íbúð á fjórðu (efstu hæð) að Álftamýri 10. Eignin skiptist í tvö rúmgóð svefnherbergi, rúmgóða stofu, baðherbergi, eldhús og svalir ásamt tveimur geymslum í kjallara. Eignin er laus við kaupsamning. Nánari uppl. veitir Garðar B. s: 898-0255 gardarbs@trausti.is
Verð: 39,9 millj.

Einihlíð 11
221 Hafnarfjörður

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 28. OKTÓBER
KL. 18:00 - 18:30

Glæsilegt tvílyft einbýlishús með fallegu útsýni. Húsið er 226,8 fm þar af er 56 fm bílskúr en helmingi hans hefur verið breytt í íbúðarrými með sérinngangi. Verönd til suðurs með heitum potti. Hitalagnir eru í bílaplani og tröppum. Nánari uppl. veita Kristín s: 837-1177 kristin@trausti.is og Kristján s: 867-3040 kristjan@trausti.is **Verð: 94,9 millj.**

Bakkavör 2
170 Seltjarnarnes

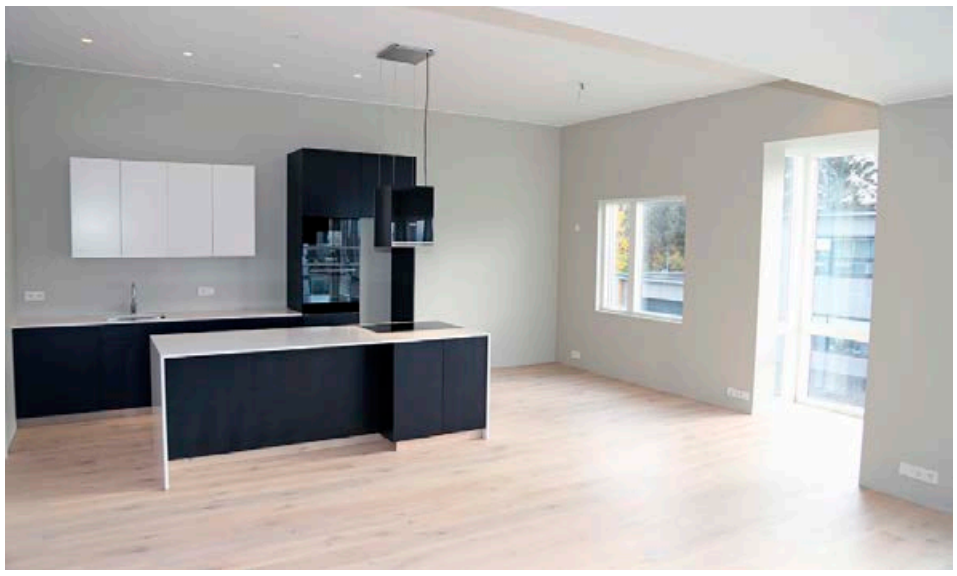
OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 29. OKTÓBER
KL. 17:30 - 18:00

Virkilega fallegt og bjart endaraðhús með auka íbúð, sólskála, innangengum bílskúr og suðurgarði. Fallegt sjávarútsýni til suðurs og fjallasýn. Gróinn garður með timburverönd til suðurs og vesturs. Eignin er skráð 278 fm þar af er 33,3 fm bílskúr. Nánari uppl. veitir Gylfi s: 822-5124 gylfi@trausti.is
Verð: 134,9 millj.

Bogabraut 952
Reykjanesbær

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 29. OKTÓBER
KL. 17:30 - 18:00

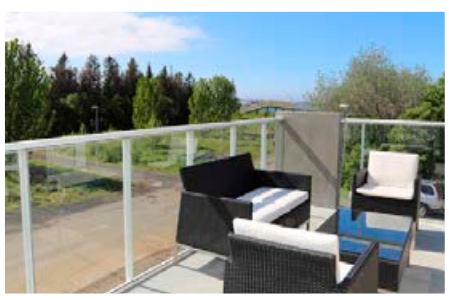
Glæsilegar 3ja herbergja íbúðir. Íbúðirnar eru 89,3 - 97,2 fm og hverri íbúð fylgir geymsla. Um er að ræða tvo stigaganga sem hvor um sig geymir 11 íbúðir. Samtals eru 6 íbúðir á jarðhæð, 8 íbúðir á annarri hæð og 8 íbúðir á þriðju hæð. Nánari uppl. veitir Garðar B. s: 898-0255 gardarbs@trausti.is
Verð: 26,5 millj.



Langar þig að búa í Fossvogi?

Við kynnum glæsilegar íbúðir við Lautarveg, skammt frá Ræktunarstöð Reykjavíkur í Fossvogi

Lautarvegur 38-44



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

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

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

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

TRAUSTI fasteignasala

Vegmúli 4 • 108 Reykjavík • trausti.is

TRILLUVOGUR 1-7

Glæsileg hús við Elliðaárósa

Glæsileg og nýtískuleg raðhús skráð 183,6 fm

- Skilað fullbúnum með gólfefnum
- Afhending des. 2019
- Aukin lofthæð í íbúðinni 3,4m
- Þrjú baðherbergi
- Sérafnotaréttur á lóð 12,5 fm
- Möguleiki á aukaíbúð í kjallara
- Aðgengi að rafmagni í bílageymslu
- Tvö bílastæði í bílageymslu
- Frábær staðsetning

Verð frá: **89,9 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

KAUPENDUR AÐ JÖRÐUM

- Óska eftir jörð sem býður upp á virkjunarkosti eða hefur nú þegar til staðar virkjun.
- Jarðir vítt og breitt á landinu koma til greina.
- Einnig jörð sem hentug er fyrir skógrækt.
- Ekki er nauðsynlegt að húsakostur sé á jörðinni.
- Stærðir frá 50 hekturum og upp úr.
- Nálægð við sjó er kostur og staðsett einna helst á vesturlandi.

Nánari upplýsingar veitir:
Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is **sími:** 695 5520

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

EIGNAMIÐLUN

GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090

ÁLFTAMÝRI 6 - 108 REYKJAVÍK

OPIÐ HÚS

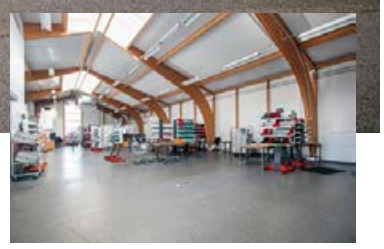
126.4 fm 4 herb. íbúð með bílskúr í mjög góðu fjölbýlishúsi. Tvennar svalir. Eignin skiptist í: forstofu , 3 svefnherbergi, stofu, eldhús, þvottahús, geymslu og bílskúr. **V. 47,9 m**

Opið hús laugardaginn 26. október milli kl. 13:00 og 13:30

Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg.fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg.fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

FOSSALEYNIR 6

112 Grafarvogur



Gott iðnarhúsnæði á stórri athafnalóð í Grafarvogi.

- Stærð húsnæðis er 861 fm og lóðar 2.860 fm.
- Aðalburðarvirki er límtré og veggir og þak eru málmklæddar samlokueiningar.
- Góð starfsamannaaðstaða í húsnæðinu með matsal og eldhúsi.
- Lóðin er malbikuð með fjölda bílastæða og auðvelt að koma gámum fyrir innst á lóðinni.
- Gott atvinnuhúsnæði sem býður upp á fjölbreytta starfssemi.
- Laust til afhendingar strax.

Nánari upplýsingar veita:

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

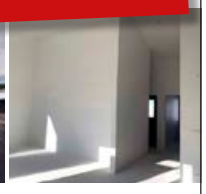
Óskar Harðarson
hdl. og lögg. fasteignasali
oskar@miklaborg.is

Verð: **220 millj.**

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

PARHÚS Í REYKJANESBÆ

4 herbergja 170,2 m² með bílskúr



Tvö nýbyggð staðsteypt parhús til sölu

Furudalur 4 Fullbúið að utan. Tilbúið til innréttingar, verð 50,7milljónir.

Furudalur 20 Fullbúið að utan, fulleinangrað með hitalögn og múruðum útveggjum, verð 41,7 milljónir.

Glæsileg 4 herbergja staðsteypt parhús með bílskúr. Nálægt skóla.

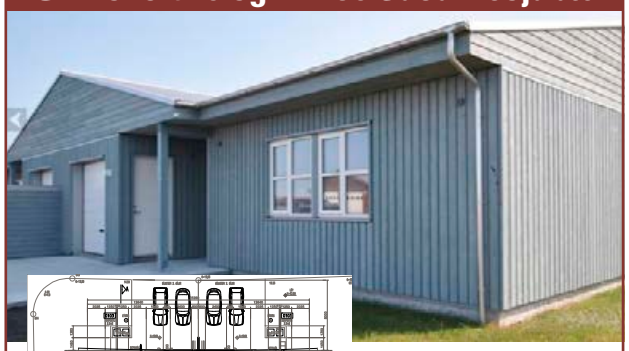
Fasteignasalan **GARÐUR** 562-1200

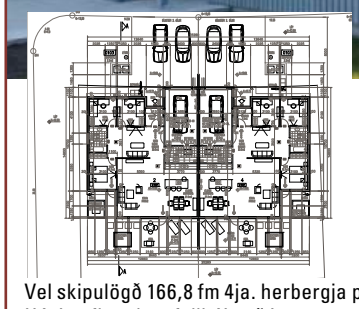
Halldór Freyr Sveinbjörnsson
löggiltur fasteignasali
Sími: 693-2916
halldor@fastgardur.is

ÞINGHOLT FASTEIGNASALA

Sigrún Ragna Sigurðardóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími: 773-7617
sigrun@tingholt.is

Grímsholt 10 og 12 250 Suðurnesjabæ





Verð 46,9 miljónir

Vel skipulögð 166,8 fm 4ja. herbergja parhús þar af er 26fm bílskúr. Húsin afhendast fullbúin að innan, og utan. Parket og flísar á gólfum, gólfhiti. Innangengt í bílskúr. Fullfrágengin lóð, steypt bílaplan.

Bæjarlind 14 | 201 Kópavogur | 822 5588 | tingholt.is

DALSHRAUN 6

220 Hafnarfjörður

Vel staðsett 987,5 fm atvinnuhúsnæði á góðum stað í Hraununum í Hafnarfirði.

- Húsnæðið er nánast allt á einni hæð og var endurnýjað að mestu frá grunni fyrir nokkrum árum.
- Húsnæðið skiptist í vinnusali, innkeyrslusal, starfsmannaaðstöðu, eldhús, snyrtingar og fl.
- Góð aðkoma er að húsnæðinu og nokkur fjöldi bílastæða. Húsnæðið hentar undir ýmsa starfssemi svo sem þjónustu, verslun eða iðnað.
- Glæsilegt húsnæði sem er laust til afhendingar strax.

Nánari upplýsingar veita:

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

Óskar Harðarson
hdl. og lögg. fasteignasali
oskar@miklaborg.is

Verð: **240 millj.**

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

job Finnum draumastarfið saman

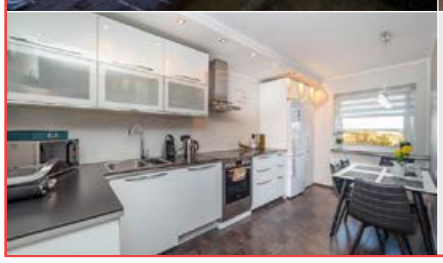
LIND FASTEIGNASALA

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

OPIÐ HÚS › 26. okt 14:00 – 14:30



Kötlufell 9

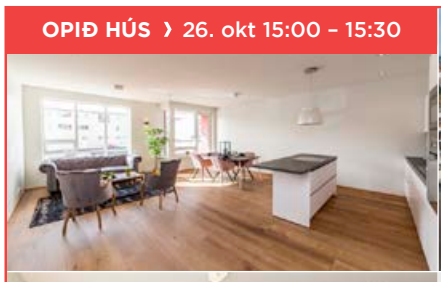
111 REYKJAVÍK

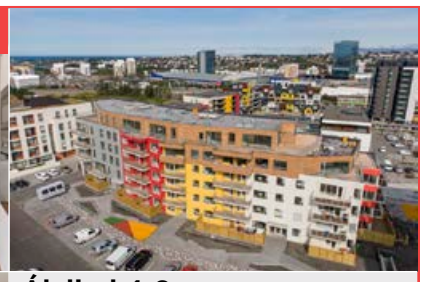
STÆRÐ: 77,1 fm FJÖLBÝLI HERB: 3

Falleg og einstaklega vel skipulögð 3ja herbergja íbúð á annarri hæð á frábærum stað við Kötlufell 9 í Reykjavík

Heyrumst
Hrafn › 775 4988 **32.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 26. okt 15:00 – 15:30





Álalind 4-8

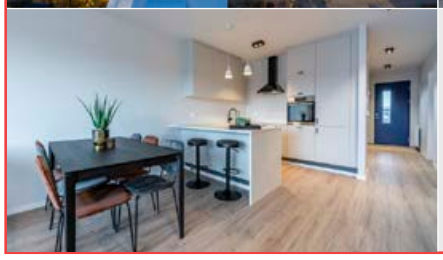
201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: frá 101 fm FJÖLBÝLI HERB: 3-5

Fullbúnar og vandaðar íbúðir í nýju lyftuhúsi að Álalind 4-8. Íbúðirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum, innbyggðum kæliskáp og upp-þvottavél, innfelld lýsing og önnur ljós fylgja.

Heyrumst
Hrafn › 775 4988 **Verð frá 55.9 MKR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 27. okt 13:00 – 13:30



Lyngás 1 E-H

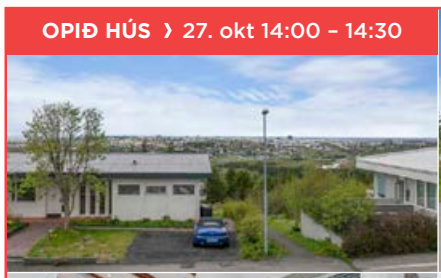
210 GARÐABÆR

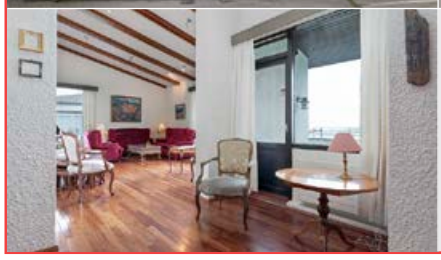
STÆRÐ: 84-125 fm FJÖLBÝLI HERB: 3-5

Nýtt og glæsilegt fjölbýlishús með björtum nútímalegum íbúðum með hagnýtu skipulagi. Húsið er vel staðsett í hjarta Garðabæjar í nálægð við alla þjónustu og sjá-varsíðuna. Íbúðir tilbúnar til afhendingar.

Heyrumst
Þorsteinn › 696 0226 Frá 48.9-63.9 MKR
Hdl, löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 27. okt 14:00 – 14:30





Depluhólar 4

111 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 300 fm EINBÝLI HERB: 8

Vel skipulagt og mjög vel staðsett einbýlishús með tvöföldum 56 fm bílskúr ásamt möguleika á auka þriggja herbergja íbúð. Einstakt útsýni yfir borgina, sundin og faxaflóa.

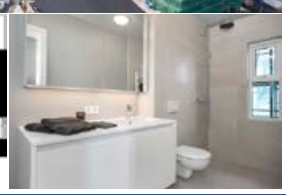
Heyrumst
Hannes › 699 5008 **84.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

201 SMÁRI

2 - 4 herbergja íbúðir.

Verð frá 36,9 millj. kr.

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



Sunnusmári 18

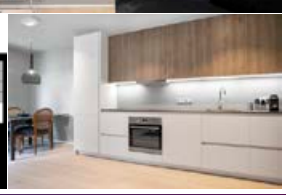
201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 84.6 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 3

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

48.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali



Sunnusmári 20

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 80,7 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 3

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

44.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali

Sunnudaginn 27. okt **OPIÐ HÚS** frá kl.15:00-15:30

Sunnusmári 18

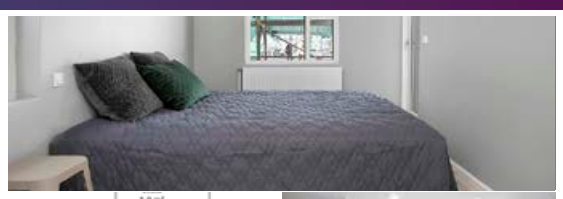
201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 86,2 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 4

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

49.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali



Sunnusmári 20

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 107,5 fm
FJÖLDI HERBERGJA: 4

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

53.900.000 KR

Heyrumst
Kristján › 696 1122
Löggiltur fasteignasali

Ítarlegar upplýsingar má finna á www.201.is

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

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

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

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

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

HRAUNHAMAR
FASTEIGNASALA

Bæjarhrauni 10 - Hafnarfirði - Sími 520 7500 - www.hraunhamar.is

MIÐBÆR HFJ - LÓÐ TIL SÖLU!

Til sölu lóð/byggingarréttur fyrir allt að 6-700 fm húsnæði á tveimur hæðum við Strandgötu Hfj. Samkvæmt samþykktu deiluskipulagi má byggja verslunhúsnæði á neðri hæð og nokkrar íbúðir á efri hæð. (möguleiki jafnvel að fjölga íbúðum á kostnað neðri hæðar) Flytja þarf lítið eldra friðað hús af lóðinni yfir á aðra einbýlishúsalóð sem seljandi hefur til umráða. Frábær staðsetning í hjarta bæjarins. Góð fjárfesting.

Nánari uppl gefur Helgi Jón Harðarson sölustj. S. 893-2233 eða helgi@hraunhamar.is Freyja M. Sigurðard. lgf.

Freyja Sigurðardóttir, löggiltur fasteignasali

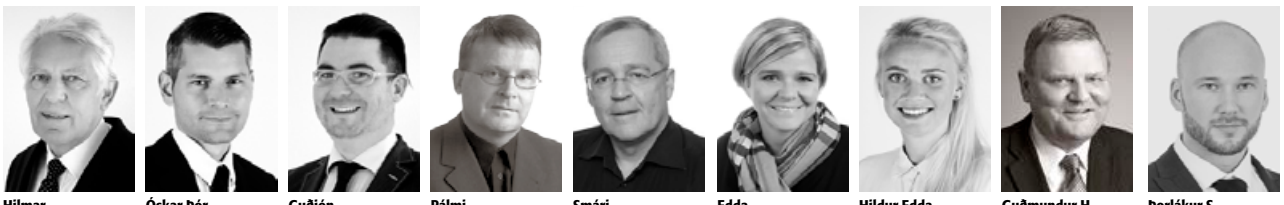
Þrastargata – Vesturbær 107
- einbýlishús til leigu

Til leigu vinalegt og bjart um 90m² fjögurra herbergja einbýlishús á tveimur hæðum í vesturbæ Reykjavíkur. Afgirtur hellulagður garður og útigeymsla á lóð, rúmgóð herbergi. Frábær staðsetning. Göngufæri í miðbæinn, Háskólann og niður að fjöru. Stutt í verslun, skóla,
leikskóla og líkamsrækt. Bílastæði. Leigist í langtímaleigu.
Ath. húsið stendur við Hjarðarhaga.

Áhugasamir sendi fullt nafn og símanúmer á netfangið ogudmundsson4@gmail.com

FJÁRFESTING
FASTEIGNASALA EHF
Sími 562 4250
Óskar Þór Hilmarsson
Löggiltur fasteignasali

Borgartún 31 - 105 Reykjavík - www.fjarfesting.is - fjarfesting@fjarfesting.is



Hilmar Óskarsson
Framkvæmdarstjóri
Gsm: 896-8750

Óskar Þór Hilmarsson
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 822-8750

Guðjón Sigurjónsson
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 846-1511

Pálmi Almarsson
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 896-3344

Smári Jónsson
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 864-1362

Edda Svavarsdóttir
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 845-0425

Hildur Edda Gunnarsdóttir
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 661-0804

Guðmundur H. Valtýsson
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 865-3022

Þorlákur S. Sigurjónsson
Löggiltur fasteignasali
GSM: 699-4675

STRIKIÐ-NÝTT- 60 ÁRA OG ELDRI

Stórglæsilegar nýjar íbúðir við Strikið 1 í Sjálandi Garðabæ.

SÖLUSÝNING LAUGARDAGINN 26. OKTÓBER MILLI 13.00 OG 15.00

Nýjar stórglæsilegar íbúðir að Strikinu 1 Sjálandi, Glæsilegt og vandað 42ja íbúða fjölbýlishús eingöngu fyrir 60 ára og eldri. Húsin eru 3ja til 5 hæða. Fjölmargar stærðir í boði allt frá 84,6 til 179,8 fm. Vandaðar íslenskar innréttingar. Hiti í gólfum. Bjartar og rúmgóðar íbúðir með stórum gluggum. Álklætt hús. Íbúðirnar eru ýmist með góðum svölum, þakgörðum eða timburveröndum. Glæsileg hönnun að innan sem utan. Innan hússins verður salur fyrir íbúa hússins. Stæði í bílageymslu fylgir öllum íbúðum.

Byggingaraðili er Byggingarfélag Gylfa og Gunnars.

Teikningar og nánari upplýsingar hjá sölumönnum Fjárfestingar, Borgartúni 31 og www.fjarfesting.is

ÓSKUM EFTIR ÖLLUM GERÐUM EIGNA TIL SÖLU. MIKIL SALA.

Sigurður Samúelsson Lögg. fast. og eigandi
Þórarinn Thorarensen Lögg.fast. og eigandi
Þórey Ólafsdóttir Lögg. fast. og eigandi
Andri Sigurðsson Lögg. fast. og eigandi
Sveinn Eyland Lögg. fast og eigandi
Ása Þöll Ragnarsdóttir Skjalavinnsla/móttaka
Nadia Katrín Banine Löggiltur fast.
Ingibjörg A. Jónsdóttir Löggiltur fast.
Eggert Maríuson Löggiltur fast.
Helga Snorradóttir Skrifstofa/skjalavinnsla
Guðrún D. Lúðvíksdóttir Löggiltur fast.
Ásdís Rósa Ásgeirsdóttir Löggiltur fast.
Siggi Fannar Löggiltur fast.
Anna Teitsdóttir Löggiltur fast.

www.landmark.is
... leiðir þig heim!

LANDMARK FASTEIGNAMIÐLUN

Hlíðasmára 2 201 Kópavogi Sími 512 4900

DÝJAGATA 2 – 210 GBÆ

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 27. OKT KL. 13:00 – 13:30

- Nýtt og glæsilegt 341 fm sérbýli á einstökum útsýnisstað í Urriðaholti.
- 118 fm aukaíbúð á jarðhæð – aðalíbúð með amk 4 svefnherbergjum.
- Húsið er einangrað að utan. Forsteyptar einingar.

TILBÚIÐ TIL INNRÉTTINGA – FULLBÚIÐ AÐ UTAN

V. 119,5 millj.

Sigurður s. 896-2312

OFANLEITI 7 – 103 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 27. OKT KL. 14:00 – 14:30

- 2ja herbergja, 65 fm íbúð á jarðhæð
- Verönd og sérafnotaréttur í suður.
- Baðherbergi með tengi fyrir þvottavél.
- Frábær staðsetning, miðsvæðis í Rvk.

V. 39,4 millj.

Sigurður s. 896-2312

FLÚÐASEL 83 – 109 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 27.OKT. KL.15.00 – 15.30

- Rúmgott og fjölskylduvænt miðjuraðhús á góðum stað.
- Húseign er á 3.hæðum og er 231.7 fm auk stæði í bílg.
- Fjögur svefnherb. og tvö baðherb. á aðalhæð.
- Endurnýjað eldhús, gólfefni, gluggar og gler að hluta.
- Aukaíbúð er í kjallara sem er rúmg. 2ja herb. í leigu.
- Endurnýjað þakjárn og sperruefni.

GÓÐ EIGN FYRIR STÓR FJÖLSKYLDUNA

V. 79.9 millj. **Sveinn s. 6900.820**

VESTURVÖR 13B - 200 KÓP

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 28. OKT MILLI KL 17:00-17:30

- 172,6 fm 2ja hæða raðhús með bílskúr – mögul á aukaíbúð.
- Stofa, borðstofa og eldhús í opnu rými, útgent á útsýnissvalir.
- Fjögur svefnherbergi, tvö baðherbergi og þvottahús.
- Tvennar stórar svalir og stórt bílaplan með hitalögn.
- Frábær staðsetning í barnvænu hverfi, stutt í alla þjónustu.
- Eigendur skoða öll skipti á minni eign á höfuðborgarsv.

Verð 79,9 millj.

Þórey s. 663 2300

HOLTSVEGUR 5 (ÍB 202) - 210 GBÆ

OPIÐ HÚS FIMMTUDAGINN 31. OKT MILLI KL 17:00-17:30

- 100 fm íbúð á 2. hæð í nýlegu lyftuhúsi í Urriðaholti.
- Stofa, borðstofa og eldhús í opnu rými, útgent á svalir.
- Vandaðar innréttingar, lóð og sameing einkar snyrtileg.
- Tvo góð svefnherbergi, baðherbergi og þvottahús innan íb.
- Frábær staðsetning í barnvænu hverfi, stutt í alla þjónustu.

Verð 55,3 millj.

Þórey s. 663 2300

HERJÓLFSGATA 38 (ÍBÚÐ 209) - 220 HF

BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA 663 2300

- 64,3 fm 2ja herb íbúð í nýlegu lyftuhúsi fyrir 60 ára og eldri.
- Stofa, borðstofa og eldhús í opnu rými, útgengt á suðursvalir.
- Svefnherbergi, baðherbergi og þvottahús innan íbúðar.
- Suðursvalir, svalalokun og fallegt útsýni. Stæði í bílageymslu.
- Eignin er laus til afhendinar við kaupsamning.
- Frábær staðsetning í vesturbæ Hafnarfjarðar.

Verð 42,25 millj.

Þórey s. 663 2300

BLÁSALIR 20 - 201 KÓP

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 28. OKT KL 17:30-18:00

- 97 fm 3ja herb íbúð á jarðhæð
- Sérinngangur af jarðhæð
- Góður sólpallur sem snýr í suður
- Möguleiki að hafa gæludýr
- Vel staðsett í eftirsóttu hverfi

Verð 46,9 millj.

Siggi Fannar s. 897-5930

LISTABRAUT 7 – 103 RVK

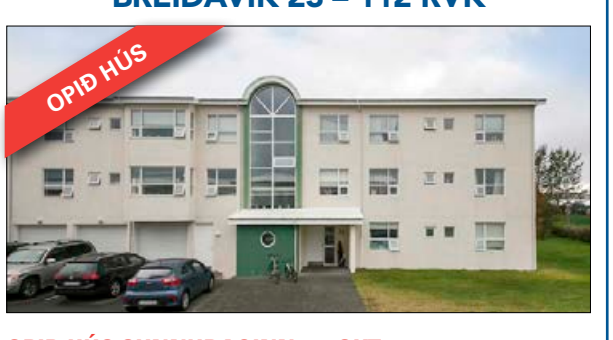
OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 27. 0KT FRÁ KL.14.00 – 14.30

- Björt og falleg 102,1 fm 4ra herb íbúð.
- Íbúðin er á annarri hæð og svalalokun.
- Húsið hefur hlotið mikið viðhald undanfarið.
- Stutt í alla þjónustu.

V.47,9 millj.

Eggert s.690-1472

BREIÐAVÍK 23 – 112 RVK



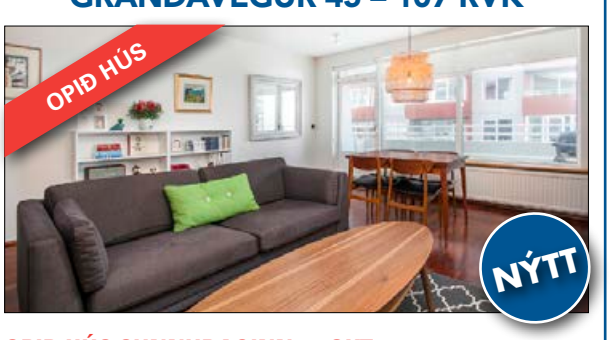
OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 27. OKT FRÁ KL.15.00 – 15.30

- Björt og falleg 153,1 fm 4ra herb íbúð.
- Íbúðin er á annarri hæð rúmgott eldhús.
- Bílskúr fylgir eigninni.
- Stutt í alla þjónustu.

V.55,9 millj.

Eggert s.690-1472

GRANDAVEGUR 45 – 107 RVK



OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 27 OKT 13:00 – 13:30

- Mjög rúmgóð og vel skipulögð 2ja herbergja íbúð á 4. hæð
- Stórt svefnherbergi með góðum fataskáp
- Þvottahús innaf eldhúsi með hillum og glugga
- Rúmgóð stofa sem nýtist bæði sem setustofa og borðstofa
- Anddyri hússins og sameign er einstaklega snyrtileg, næg bílastæði
- Gott aðgengi er að húsinu og gengið er inn um sjálfvirkar rennihurðir
- Falleg eign á eftirsóttum stað í Vesturbænum.

V. 41,5 millj. **Andri 690 3111**

BAUGAKÓR 10 – 203 KÓP

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 27 OKT 14:00 – 14:30

- Virkilega falleg og vel skipulögð 4ra herbergja efri sérhæð
- Þrjú rúmgóð svefnherbergi, stórar svalir sem snúa til suðurs
- Geymsla og þvottahús innan íbúðar
- Búið er að leggja rafmagnskapal í jörðu fyrir hleðslustöð rafmagnsbíla
- Stofa og eldhús í opnu rými, falleg innrétting í eldhúsi
- Gólfhiti á baðherbergi
- Falleg eign þar sem er stutt er í leikskóla, Hörðuvallaskóla o.fl þjónustu

V. 64,9 millj. **Andri 690 3111**

domus

Ársæll Steinmóðsson
Löggiltur fasteignasali
as@domus.is
sími: 896-6076

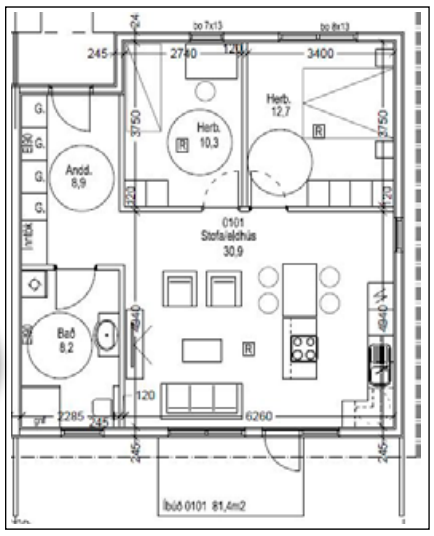
Domus fasteignasala | Fjarðargata 13-15 | 220 Hafnarfjörður | Sími 440 6000 | domus@domus.is

Sandalda 4a og 4b á Hellu

OPIÐ HÚS

Opið hús

þriðjudaginn 29. okt. frá kl.17:30-18:30



Nánari upplýsingar veitir Ársæll lgfs, as@domus.is og 896-6076 og gudmundur@fannberg.is og 863-9528

Nýbyggingar. Falleg og vel skipulögð raðhús raðhús að Sandöldu 4 A og 4 B á Hellu. Stutt er í fallega náttúru og töluverð uppbygging í m.a matvælavinnslu og ferðaþjónustu á svæðinu t.d. er 161 herbergja Stracta hótel með um 60 starfsmenn og fer vaxandi. Húsin eru afhent fullbúin með gólfefnum, ísskáp og uppþvottavél, suðursólpallur með skjólveggjum á hliðum. Hiti í gólfum og stýringar eru í hverju rými. Steypt upphitað bílastæði.

Endaraðhús er 81,4 fm verð kr.28.327.000.-, miðhús er 80,5 fm. Verð kr. 26.404.000.-

www.domus.is

TIL LEIGU
ATVINNUHÚSNÆÐI – ÁSBRÚ - REYKJANESBÆ

Erum með atvinnuhúsnæði til leigu á Ásbrú, einingar frá 80 – 1000 fm.
Húsnæðin eru fjölbreytt m.a. með innkeyrsluhurðum og sum með aðstöðu fyrir starfsfólk til íbúðar. Hentar vel fyrir iðnað, verkstæði, geymslur, verktaka og svo frv. Sanngjörn leiga.

Funatröð – 1000 fm.
Ásamt mjög stóru útisvæði. Húsnæðið skiptist í ca. 400 fm., sal og ca. 600 fm., rými og er hægt að loka á milli

Klettatröð – ca. 200 fm
Nýstandsett iðnaðarbil með innkeyrsluhurð, hægt að fá skrifstofu með.

Klettatröð – ca 160 fm
Bil sem skiptist í 80 fm. Iðnaðaraðstöðu ásamt millilofti og þremur íbúðarherbergjum innaf. Þrír inngangar, þar af góð innkeyrsluhurð.

Nánari upplýsingar veitir Andres Pétur í s: 772-0202 eða á andrespetur@gmail.com
Fylkir ehf.

VIÐ BJÓÐUM VELKOMNA

Vera Siguðardóttir 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

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

ÁS FASTEIGNASALA
Stofnað 1988

Aron Freyr Eiríksson
Lögg. fast.
Sími 772-7376

Ás fasteignasala er rótgróið fyrirtæki sem hefur veitt alla almenna þjónustu í fasteignaviðskiptum frá árinu 1988.

2017-2018 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

2015-2016 Framúrskarandi fyrirtæki

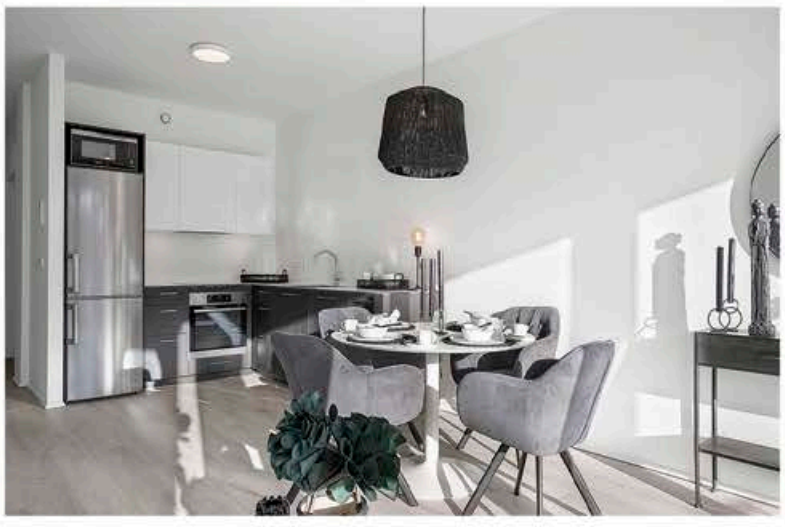
GLÆSILEG 106,1 FM VIÐ ÞRASTARÁS

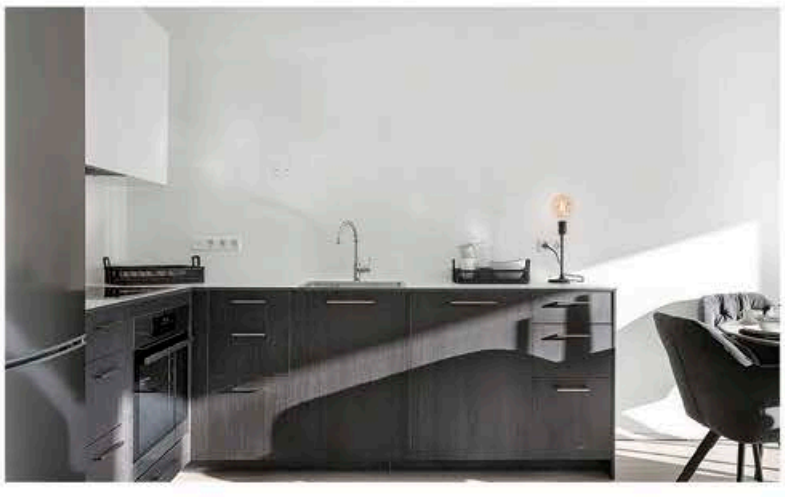
Glæsileg 106,1 fm 3ja herbergja íbúð með sérinngang á jarðhæð í litlu fjölbýli á besta stað í Áslandinu, Hafnarfirði. Glæsilegt útsýni. **Verð 45,9 millj.kr.**

Fjarðargötu 17 // 220 Hafnarfirði // Sími 520 2600 // as@as.is

SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 27 OKT.
16:00-17:00





BJARKARHOLT 25-29

- ✓ 36 glæsilegar íbúðir á bilinu 67-185 fm
- ✓ Eignirnar afhendast fullbúnar án gólfefna
- ✓ Tæki og innréttingar af vandaðri gerð
- ✓ Á besta stað í nýjum miðbæ Mosfellsbæjar

KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á
NMM.IS

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is

RE/MAX

MIKLABORG

Opið á laugardögum frá kl. 10-14

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 27. október kl 12.30 - 13.00

Vandaðar íbúðir á frábæru verði

Dalsbraut 22-24

Dalsbraut er á góðum stað í ytri Njarðvík þar sem stutt er út á braut og akstur til Hafnarfjarðar er einungis um 20 mín

Um er að ræða þriggja og fjögurra herbergja vel skipulagðar íbúðir í þremur litlum fjölbýlishúsum.
Hvert hús er tveggja hæða með 11 íbúðum og stærð íbúða er frá 74,3 fm til 108,2 fm.
Með íbúðum á 1. hæð fylgir stór séreignagarður sem heimilt er að girða af samkvæmt teikningu.
Húsin standa á stórri lóð, með fjölda bílastæða og hleðslustöðvum fyrir rafmagnsbíla.
Innréttingar eru allar hannaðar af Hönnu Stínu innanhúsarkitekti
Stutt er í alla þjónustu að Fitjum.
Stapaskóli, einn glæsilegasti leik-og grunnskóli landsins er að rísa í þessu blómlega hverfi, steinsnar frá íbúðunum.
Falleg náttúra er allt um kring og stutt er í ýmiss konar útivistarmöguleika.

verð frá: **29,9 millj.** til **39,9 millj.**

Nánari upplýsingar veita:

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232

Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272

Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931

Mosagata 5-7
210 Garðabæ

9 íbúðir eftir í litlu fjölbýli við Urriðaholt í Garðabæ

Bílskúr getur fylgt með íbúð

Verð frá: **47,9 millj.**

Nánari upplýsingar veita:

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272
axel@miklaborg.is

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

Bókaðu skoðun

Áshvammar 10
801 Selfoss

Verð : **42,5 millj.**

Vandað 5 herbergja heilsárshús með steyptri plötu og gólfhita. Sumarhúsið er við Ásahvamma 10 sem er 7.063 fm eignarlóð.
Eignin skiptist í 4 svefnherbergi (1 þeirra í gestahúsi).
Heitur pottur. Stór sólpallur. Gestahús með baðherbergi.
Upphitaður geymsluskúr fyrir útidót.

Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali

Reykjavegur 19
801 Biskupstungur

Verð : **36,5 millj.**

Fallegt og vel byggt sumarhús á 5214 fm eignarlandi í landi Reykjaskógar. Lóðin er kjarri vaxinn og stór heimreið fyrir framan.
Húsið er mjög reisulegt og á steyptum sökkli. Hitalögn er í gólfi. Stór pallur við húsið með heitum potti og aðgang að áhaldageymslu og auka svefnherbergi sem gengið er í utanfrá.

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali

Miðleiti 5
103 Reykjavík

Verð : **54,9 millj.**

Björt og mjög rúmgóð 3ja herbergja íbúð á þriðju hæð, auk stæðis í bílageymslu í lyftublokk fyrir 60 ára og eldri

Um er að ræða eign sem er skráð 114,5 fm og að auki fylgir sér geymsla í sameign

Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali

MIKLABORG – Með þér alla leið

Sogavegur 73 - 77

108 Reykjavík

Sýnum teikningar á skrifstofu Mikluborgar.

Bókaðu skoðun

Nýjar og vandaðar íbúðir í 3ja hæða lyftuhúsi

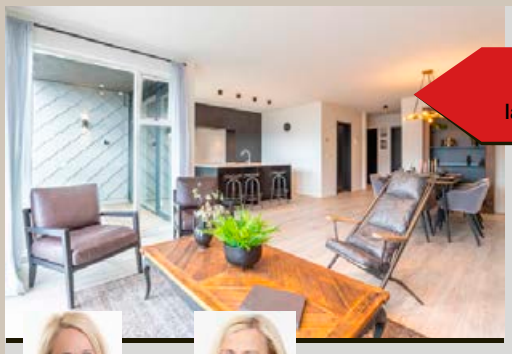
- Stæði í bílageymslu
- Bílskúrar fylgja stærri íbúðum
- Margar íbúðir með sérinngangi
- Afhent apríl/maí 2020

Verð frá: **38,5 millj.**

Nánari upplýsingar veita:

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



OPIÐ HÚS
laugardaginn 19. október kl 14:00-15:00

Hverfisgata 94 og 96

101 Reykjavík

Hverfisgata 94-96 og Barónsstígur 6
Glæsilegar íbúðir með svartbæsuðum innréttingum hönnuðum af Berglindi Berndsen og Helgu Sigurbjarnardóttur.

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is

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

Verð frá: **52,9 millj.**

OPIÐ HÚS
miðvikudaginn 30. október kl. 17:30 -18:00

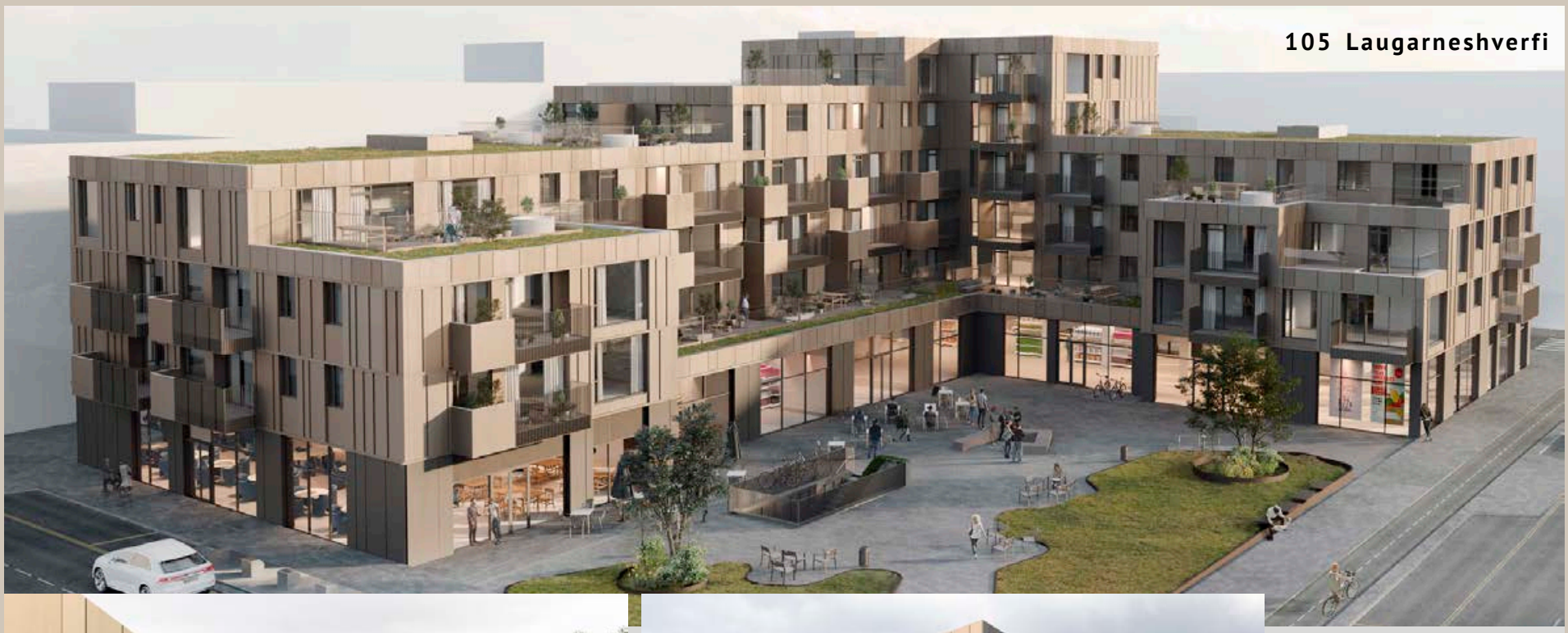
Bríetartún 11

105 Reykjavík

Fáar íbúðir eftir í húsinu
Gólfhiti er í íbúðunum
Yfirbyggðar svalir
Aðgengi að bílakjallara
Vandaður verktaki

Nánari upplýsingar veitir:
Jason Kr. Ólafsson, lögg. fasteignasali
jko@miklaborg.is **sími:** 775 1515

Verð: **44,9 millj.**



SÓLBORG

Nýtt hverfi í Laugarnesinu

- 2ja til 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar íbúðir á frábæru verði
- Lyftu hús á 6 hæðum
- Afhent í mars/apríl 2020

Verð frá : **37,7 millj.**

www.105midborg.is

Nánari upplýsingar veita:

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

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is

Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jason@miklaborg.is

Friðrik P. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is

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

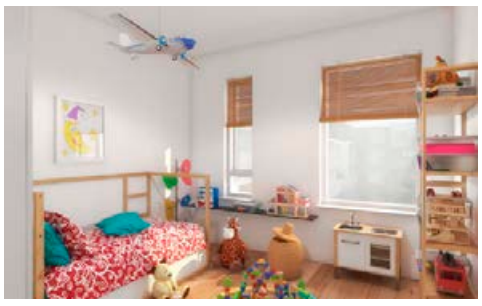
Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is

Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is

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

Hafnarbraut 13 – 15 Kársnesi

Opið hús
Sunnudaginn
27. október
kl. 14 – 15



Nýjar og vandaðar íbúðir

með sjávarútsýni við

Hafnarbraut 13–15

200 Kópavogi

Íbúðirnar eru vandaðar og hannaðar með fjölbreytt fjölskyldumynstur í huga

Kaupendum býðst að velja innréttingar frá HTH sér að kostnaðarlausu

Stæði í lokaðri bílageymslu með tengli fyrir bílahleðslu

Stór og skjólgóður bakgarður í suðurátt

Fjöldi mismunandi íbúða með stærðir frá 46m2 til 175m2

Kársnesið er vaxandi svæði með fjölskylduvænu og fallegu umhverfi

Verð íbúða frá 33,9 mkr.

Nánari upplýsingar veita:

KÁRSNESIÐ

karsnes.is

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

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

Friðrik P. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignas
Sími: **616 1313**
fridrik@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN
MIKLABORG
Lágmúla 4 108 Reykjavík Sími: 569 7000

miklaborg.is

HÚSASALAN

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

Geir Sigurðsson
s: 655-9000
Lögg. fast.

Aðalsteinn Steinþórsson
s: 896-5865
Lögg. fast.

Benedikt Ólafsson
s: 661-7788
Lögg. fast.

JÁKVÆÐNI - HREINSKILNI - SAMVISKUSEMI
30 ÁR
REYNSLA / SÖLU FASTEIGNA

Glæsileg úsýnisíbúð – Mánatún 13, Rvk.

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

Verð 230 m.
Geir sími 655-9000

Básbryggja 7 Rvk. – með bílskúr

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

Skaftahlíð 5, Rvk.

Falleg og rúmgóð þriggja herbergja 109,2 fm íbúð. Íbúðin er vel staðsett á jarðhæð með sérinngangi. Óvenju stór og björt íbúð með stórum herbergjum. Aukin lofthæð. Íbúðin hefur verið mikið endurnýjuð. Frábær staðsetning. Íbúðin er laus strax.**Verð 44,9 m.**
Geir sími 655-9000

Gnoðavogur 66, 104 Rvk. - hæð með bílskúr.

Opið hús mánudaginn 28. október kl. 17.30 – 18.00
VERIÐ VELKOMIN.
Björt og snyrtileg fimm herbergja 164,9 fm hæð á annari hæð (2.hæð) þar af góður 25,4 fm bílskúr. Tvennar svalir með útsýni. Snyrtileg íbúð sem skiptist forstofurými, stofu / borðstofu, eldhús með borðkrók, svefnherbergisgang, baðherbergi, fjögur herbergi, gestasnyrting og þvottahús, Vel staðsett og björt íbúð með útsýni. Eign sem vert er að skoða.
Verð 59,9 m.
Benedikt sími 661-7788

Álfkonuhvarf 29 Kóp. 203

Sölumenn sýna.
Glæsilega 95,8 fm. 3ja herbergja íbúð á 1 hæð með bílastæði í lokaðri bílageymslu í góðu fjölbýlishúsi að Álfkonuhvarf 29, fallegt útsýni yfir Elliðavatn og fjallagarðanna í kring á þessum eftirsótta stað í Kópavogi. Eign sem vert er að skoða. ATH. Eignin getur verið laus fljótlega eftir kaupsamning.
Verð. 44,5 m.
Benedikt sími. 661-7788

Æsufell 6 Rvk. 7 hæð.

Sölumenn sýna.
Björt og falleg fimm herbergja íbúð á 7.hæð með útsýni yfir höfuðborgina, suðursvalir í góðu lyftuhúsi. Íbúðin er á 7.hæð merkt D, Íbúðin skiptist í rúmgóða forstofu, eldhús með góðum borðkrók. Þrjú góð svefnherbergi, góð stofa með borðstofu. Eign sem vert er að skoða.
Verð. 39,7 m.
Benedikt sími. 661-7788

Gjáhella 5, 221 Hafnfj. Pantið tíma.

Sölumenn sýna. (gott ferm. verð)
Mjög gott, steypt 204,4 fm. Atvinnu / Iðnaðarhúsnæði að Gjáhellu 5 í Hafnarfirði. Rúmgott og bjart atvinnuhúsnæði með mikilli lofthæð, eign með leigutekjur. Stór salur með, stórum rafdrifnum innkeyrsludyrum. Mikil lofthæð, gólf er málað, salerni, kaffi aðstaða, þriggja fasa rafmagn, skolvaskur, heitt og kalt vatn. Efri hæð: Opið rými mjög snyrtilegt. Baðherbergi með stórri sturtu flísar á gólfi og veggjum, upphengt salerni. Eldhús með innréttingu, parket á gólfum. Tvö herbergi, möguleiki er á þriðja herberginu. Er í útleigu.
Verð 39,9, m. Benedikt sími 661-7788

Húsasalan kynnir:

Sjónarvegur 5 í Urriðaholti í Garðabæ

Glæsilegt 14 íbúða Fjölbýlishús með lyftu. Tvennar svalir. Stórbrotið útsýni

Opið hús á Sunnudaginn 27. okt.frá kl. 15:00 til 16:00.

Sölumenn sýna

3ja. herb. íbúðir frá 42,9 mill.
4ra. herb. íbúðir frá 60.9 mill. (möguleiki á að gera 5 herb.)

Tvær íbúðir á 1. hæð hafa sérafnotarétt út af garðútgangi.
Þær eru einnig með sérinngangi.
Fjórar íbúðir á 2. hæð hafa sérafnotarétt á lóð sunnan megin við húsið.
Aðrar íbúðir í húsinu hafa tvennar svalir.
Allar íbúðir utan jarðhæðar hafa sérinngang af svalargangi.
Stæði í bílageymslu fylgir íbúðum merktar sem hér segir: 404, 403, 402, 401, 301, 304 og 204.

ATH. seldar eignir:
202, 203 og 404.

- Vandaðir verktakar, Bygging ehf.
- Innréttingar frá Parka.
- Íbúðirnar skilast allar fullbúnar án gólfefna, í baðherbergi / þvottahús eru flísar.
- Baldur Svavarsson FAÍ, Úti og inni ehf.
- Eldhústæki frá Ormsson.
- Blöndunartæki frá Tengi hf.

ENGU TIL SPARAÐ

ORMSSON Parki TENGI

Komdu og skoðaðu Efstaleitið

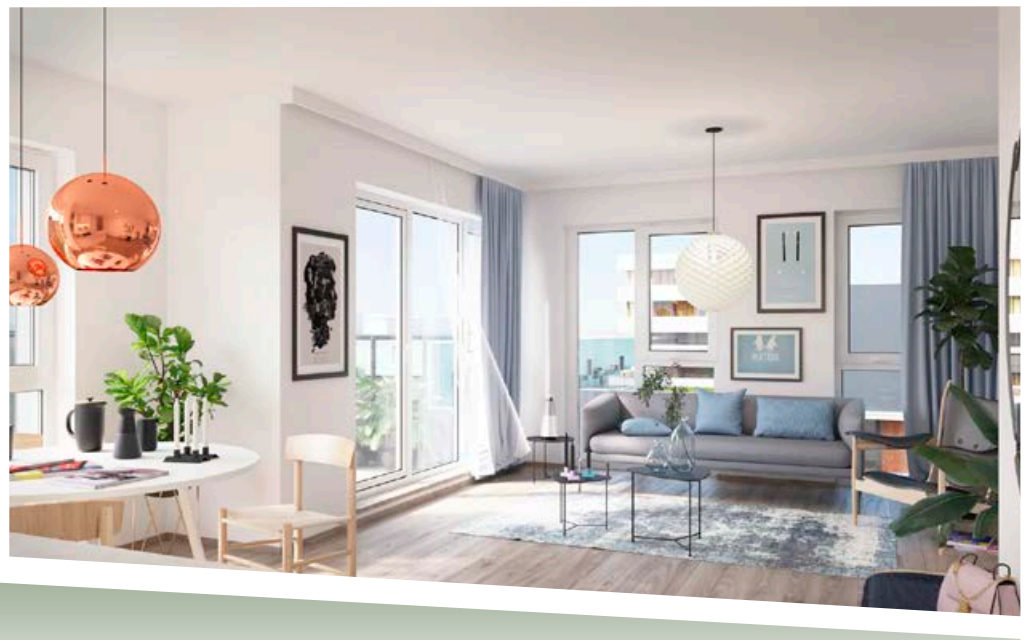
Kynning laugardag og sunnudag kl. 13–14

Nú er lokaáfangi þessa nýja og eftirsótta íbúðasvæðis kominn í sölu. Kynning verður í sýningarsal Efstaleitis laugardag og sunnudag 26. og 27. október kl. 13–14. Þar getur þú skoðað teikningar og innréttingar, kynnst hverfinu og rætt við fasteignasala sem taka vel á móti þér.

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

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

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



Dórothea
898 3326

Hafdís
820 2222

Helgi
780 2700

Hrönn
692 3344

Jóhanna
837 8889

Lilja
663 0464

Ragnar
844 6516

Sigurður
898 6106

FASTEIGNASALAN TORG

www.fstorg.is
torg@fstorg.is
520 9595

Ótrúleg óvissuferð

Börn Jóhönnu Bergmann og Hallgríms Smára Jónssonar komu þeim á óvart á gullbrúðkaupsdaginn þeirra.

Jóhanna og Hallgrímur voru gefin saman í hjónaband í Hallgrímskirkju 20. september árið 1969 eða fyrir fimmtíu árum. Á þeim tíma var ekki búið að taka núverandi kirkju í notkun heldur sögðu þau já-in sín í kirkjunni sem var í kórnum. Núna 50 árum síðar tóku tvö börn þeirra sig til og bjuggu til óvissudag fyrir foreldra sína sem byrjaði með heimsókn í spa og dekri.

Foreldrarnir höfðu enga hugmynd um hvað gert yrði en treystu börnum sínum fullkomlega. „Eftir veislumat í hádeginu var haldið af stað og farið upp á Skólavörðuholt og inn í anddyri kirkjunnar en þar beið þeirra skrýddur prestur. Þá fóru þau að hlæja og gerðu sér grein fyrir að heimsóknin í kirkjuna væri annað og meira en að kíkja í kirkjuna og minna á að í kórnum hefðu þau nú verið gift," segir Sigurður Árni Þórðarson, prestur í Hallgrímskirkju.

„Gullhjónin, börnin þeirra, afkomendur og vinir kveiktu á kertum við kirkjuinngang. Presturinn spurði hvort þau vildu halda áfram að elska hvort annað og efla. Og þau sögðu já, já. Tár komu á hvarma allra sem voru viðstaddir og áður en yfir lauk var þetta orðin fimm klúta gleðiviðburður," segir hann.

Jóhanna segir að þetta hafi verið skrítinn en stórskemmtilegur dagur sem kom þeim hjónum mikið á óvart. Þetta var óvissuferð hjá börnunum sem varð að dásamlegum degi. Þau voru búin að undirbúa daginn ótrúlega vel og allt gekk upp. „Barnabörnin sungu fyrir okkur en við eigum tvö börn, tengdabörn og fjögur barnabörn. Einnig var systir mannsins míns og dóttir hennar þarna. Mér fannst voða skrítið að sjá þær í kirkjunni og varð ekki síður undrandi þegar séra Sigurður birtist í fullum skrúða," segir Jóhanna og hlær. „Við hjónin vorum ekki með neinar svona hugleiðingar. Vinkona mín og maður hennar endurnýjuðu heitin á Flórída og við töluðum um hvað það væri sniðugt. Sennilega hafa börnin heyrt það úr því þau tóku upp á þessu. Ég mæli hundrað prósent með endurnýjun á heitinu, þetta var eins og brúðkaupsdagur, allt svo flott," segir hún.

Jóhanna og Hallgrímur með séra Sigurði Árna í gullbrúðkaupinu sem varð að aldeilis skemmtilegum hamingjudegi þegar þau endurnýjuðu heitin.

„Þegar við gengum inn í kirkjuna réttu barnabörnin mér brúðarvönd. Hann var nákvæm eftirlíking af brúðarvendinum sem ég bar á brúðkaupsdeginum fyrir fimmtíu árum. Einnig var brúðarterta á borðum hjá dóttur minni eftir athöfnina í kirkjunni," segir Jóhanna en það voru ekki bara tár á hvörmum fjölskyldunnar þennan dag heldur einnig túrista sem voru að skoða kirkjuna.

Hallgrímur Smári, var fyrsta barnið sem skírt var í nývígðri Hallgrímskirkju árið 1949. Þess vegna fékk hann Hallgrímsnafnið. Svo naut hann kirkjunnar þegar hann gekk í hjónaband. Jóhanna rifjaði upp daginn, við vígsluna og hló þegar minningarnar þyrluðust upp. „Það var dásamlegt að kveðja þau við kirkjudyrnar."

Orgelið í Hallgrímskirkju er einstaklega vandaður og fallegur gripur og sendir frá sér áhrifamikla orgeltóna.

Áhrifaríkir tónar

Klais-orgelið í Hallgrímskirkju vekur gjarnan athygli þeirra sem kirkjuna sækja, jafnt heimafólks sem ferðalanga, enda er það 15 metra hátt, 25 tonn að þyngd og pípurnar telja 5.275. Það er svo sannarlega voldugt og kraftmikið. Auk þess að vera notað við helgihaldið í Hallgrímskirkju er þetta magnaða hljóðfæri einnig talsvert mikið notað við hvers konar tónleikahald. Yfir sumartímann stendur Listvinafélag Hallgrímskirkju meðal annars fyrir Alþjóðlegu orgelsumri þar sem organistar hvaðanæva úr heiminum koma og spila í hverri viku, samtals um 40 tónleika yfir sumarið.

Yfir vetrartímann eru kyrrðarstundir í hádeginu á fimmtudögum þar sem fara saman ljúfir tónar orgelsins og bænir og hugleiðing frá prestunum. Í lok hverrar kyrrðarstundar safnast kirkjugestir í súpu í Suðursal kirkjunnar og eiga þar notalega stund saman.

Fyrsta laugardag í hverjum mánuði er hins vegar kröftugri orgelleikur í hádeginu því þá er Orgel Matinée, sem er ákveðin tegund orgeltónleika. Björn Steinar Sólbergsson, organisti í Hallgrímskirkju, leikur þar verk eftir Bach og fleiri í samræmi við kirkjuárið. Orgel Matinée og kyrrðarstundir eru ókeypis viðburðir í Hallgrímskirkju og allir eru velkomnir.

Líflegt starf fyrir alla fjölskylduna

Mjög margt er í boði fyrir allan aldur í Hallgrímskirkju. Lifandi starf fyrir alla fjölskylduna. Nú er byrjað að bóka heimsóknir fyrir börn á Jólin hans Hallgríms sem verða á aðventunni í kirkjunni.

Kristný Rós Gústafsdóttir er djákni og verkefnastjóri í Hallgrímskirkju. Hún segir að starf kirkjunnar blómstri um þessar mundir. „Það er mjög góð þátttaka í öllu okkar starfi. Til dæmis eru margir af erlendu bergi brotnir sem koma til okkar á foreldramorgna. Þar fær fólk stuðning og kynnist," segir Kristný. Hún segir að fermingarbörnin verði átján í ár sem er fleiri en í fyrra. „Starfið okkar er líflegt, lifandi og vel sótt."

Hér má sjá fjölbreytta dagskrá sem er í boði í Hallgrímskirkju.

Skemmtilegur sunnudagaskóli alla sunnudaga

Jesús sagði: „Leyfið börnunum að koma til mín." Á sunnudögum kl. 11.00 er sunnudagaskóli fyrir alla krakka. Sunnudagaskólinn byrjar í messunni í kirkjunni og færist svo yfir í Suðursal kirkjunnar. Í sunnudagaskólanum er sungið, farið með bænir, Biblíusögur lesnar, brúður bregða á leik og fleira skemmtilegt á dagskrá. Eftir samveruna er messukaffi fyrir alla og föndur í boði fyrir börnin.

Stjórnendur eru Ragnheiður Bjarnadóttir og Rósa Árnadóttir.

Krílasálmar skapa tengsl og örva ung börn og foreldra

Krílasálmar eru í Hallgrímskirkju á þriðjudögum kl. 11.30-12.15.

Kristný Rós, djákni og verkefnastjóri, sér um lifandi og skemmtilegt starf í Hallgrímskirkju. Starfið er fjölbreytt og skemmtilegt. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Krílasálmar eru tónlistarsamverur fyrir ung börn, 3-12 mánaða, og foreldra þeirra. Tónlist er notuð til að styrkja tengslin og örva börnin. Þar er leikið á yfirtónarík hljóðfæri, sálmar, íslensk þjóðlög og þekkt barnalög sungin. Með söng er börnunum vaggað og foreldrar dansa einnig til að veita börnum upplifun sem hefur góð áhrif á tilfinninga- og hreyfiþroska þeirra. Engrar sérkunnáttu er þörf til að taka þátt og syngja með barninu sínu. Hvert námskeið tekur sex vikur og skráning er nauðsynleg: kristny@hallgrimskirkja.is.

Stjórnendur eru Kristný Rós Gústafsdóttir og Ragnheiður Bjarnadóttir.

Örkin og unglingarnir

Unglingar í 8.-10. bekk funda með leiðtogum sínum í kjallara kirkjunnar á þriðjudögum kl. 19.30-21.30. Þar er ýmislegt brallað, t.d. kökuskreytingarkeppni, heimsókn í turninn, ísferð, hugleiðingar lesnar og farið með bænir og margt fleira. Það er alltaf eitthvað skemmtilegt á dagskrá hvert þriðjudagskvöld. Allir unglingar í 8.-10. bekk eru velkomnir.

Stjórnendur eru Kristný Rós Gústafsdóttir og Sigurður Óskar Óskarsson.

Foreldramorgnar þar sem börn og fullorðnir hittast

Foreldrar sem eru heima með börnin sín hafa færi á að hitta aðra foreldra og börn á foreldramorgnum. Samveran hæfir litla fólkinu og er í kórkjallara kirkjunnar á miðvikudögum kl. 10-12. Leikföng og teppi eru til staðar fyrir börnin og í lok hverrar samveru er söngstund með krílunum. Foreldramorgnar þjóna bæði fullorðnum og börnum.

Stjórnendur eru Kristný Rós Gústafsdóttir og Ragnheiður Bjarnadóttir.

Fermingarfræðslan fjölbreytileg og skemmtileg

Alla miðvikudaga eftir skóla hittast fermingarungmenni og ræða málin við Kristnýju Rós djákna og prestana Irmu Sjöfn og Sigurð Árna.

Fermingarungmennin og forráðafólk hittast reglulega yfir veturinn og taka þátt í messum og fræðslu, m.a. með því að vera messuþjónar. Ekki er búið að loka fyrir fermingarskráningu og það er hægt að hafa samband við skrifstofu kirkjunnar vegna nýskráningar.

Jólin hans Hallgríms

Sýningin „Jólin hans Hallgríms" verður opnuð í Hallgrímskirkju mánudaginn 25. nóvember og stendur til jóla. Sýningin er fyrir börn á öllum aldri. Í fimmta sinn býður Hallgrímskirkja leikskóla- og grunnskólabörnum í Reykjavík og nágrenni að koma í heimsókn í Hallgrímskirkju í aðdraganda jólanna. Í heimsókninni er sagt frá því hvernig jólin voru fyrir 400 árum á Íslandi. Verkefnið hefur mælst vel fyrir og fengið góð viðbrögð en í fyrra komu rúmlega þúsund börn í heimsókn.

Í heimsókninni fá börnin stutta endursögn úr bókinni Jólin hans Hallgríms eftir Steinunni Jóhannesdóttur með myndum eftir Önnu Cynthiu Leplar. Bókin segir frá undirbúningi jólanna hjá drengnum Hallgrími Péturssyni og fjölskyldu hans. Börnin fá einnig frjálsa stund í baðstofunni sem hefur verið komið fyrir, þar geta þau leikið sér með leggi og skeljar, litað mynd og föndrað. Sýningin „Jólin hans Hallgríms" var jólasýning Þjóðminjasafnsins árið 2014.

Tekið verður á móti heimsóknum virka daga frá 25. nóvember til jóla frá kl. 9-14. Hver heimsókn tekur um klukkustund. Hópar geta bókað heimsókn með því að senda tölvupóst á netfangið kristny@hallgrimskirkja.is.

Margt að gerast í kirkjunni

Listvinafélag Hallgrímskirkju sér um að skipuleggja og setja upp alls kyns tónleika og sýningar í Hallgrímskirkju. Margir spennandi viðburðir eru á dagskrá það sem eftir lifir árs og á því næsta.

Listvinafélag Hallgrímskirkju var stofnað haustið 1982 og hefur það markmið að efla listalíf við Hallgrímskirkju og skipuleggja metnaðarfulla og vandaða listviðburði í kirkjunni sem fylla kirkjuna lífi og list.

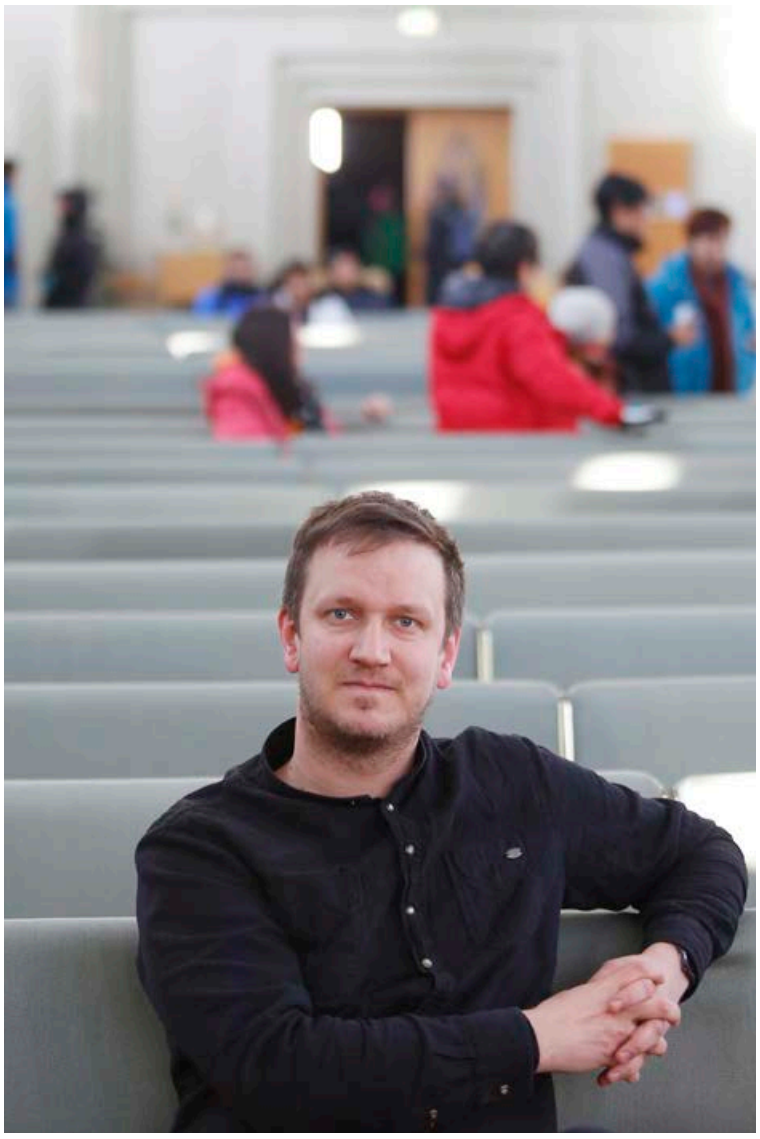
„Félagið skipuleggur tónleika og setur upp myndlistarsýningar í anddyri kirkjunnar," segir Pétur Oddbergur, nýr verkefnastjóri Listvinafélags Hallgrímskirkju. „Við höldum fjórar listasýningar á ári, en á þriggja mánaða fresti opnar nýr listamaður sýningu hjá okkur og fær þá að sýna næstu þrjá mánuði.

Svo höldum við tæplega 60 tónleika á ári hverju," segir Pétur. „Í sumar vorum við með Kirkjulistahátíð sem stóð í tíu daga og á hverjum degi voru tónleikar og aðrir listviðburðir. Í framhaldi af Kirkjulistahátíð tók við Alþjóðlegt orgelsumar og þá vorum við með ferna tónleika á viku í tvo mánuði, þannig að umfangið var gríðarlegt.

Það er ókeypis aðgangur að listasýningunum okkar í anddyri kirkjunnar, en það fer eftir verkefnum hvort það kostar á tónleika," segir Pétur.

Stórir viðburðir fram undan

„Það er mjög mikil vinna lögð í skipulag og undirbúning viðburðanna í Hallgrímskirkju og að undanförnu hefur farið fram skipulag á viðburðum næsta árs, sem er 38. starfsár félagsins," segir Pétur. „Á næstu vikum eru ýmsir spennandi viðburðir fram undan og þemað í þeim er trúarlegt, við leggjum áherslu á að hafa dagskrána fjölbreytta en um leið þurfa verkefni að vera áhugaverð og listrænt spennandi til að komast á dagskrá Hallgrímskirkju. Inga Rós Ingólfsdóttir og Hörður Áskelsson hafa byggt upp gríðarlega vandað og flott starf í Listvinafélaginu og því er mikill heiður fyrir mig að starfa hjá þessu metnaðarfulla félagi.



Pétur segir að félagið haldi tæplega 60 tónleika á ári og það séu fáar kirkjur sem bjóða upp á jafn öfluga dagskrá og Hallgrímskirkja. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

> **Næsti stóri viðburðurinn okkar er 10. nóvember klukkan 17, en þá verður Schola Cantorum með a cappella tónleika sem nefnast In paradisum.**

Á næstunni munum við flytja þekkt og vandað verk, óratoríuna Messías eftir Händel sem flutt verður 7. desember kl. 18 og 8. desember kl. 16," segir Pétur. „Verkið verður flutt af Mótettukórnum ásamt Alþjóðlegu barokksveitinni í Hallgrímskirkju, einsöngvurum og Herði Áskelssyni stjórnanda. Miðasala er í fullum gangi á midi.is og í kirkjunni frá kl. 9-17 á hverjum degi fram að tónleikum.

Svo stöndum við fyrir tónleikunum Hátíðarhljómar, Hátíðartónlist fyrir tvo trompeta og orgel, bæði 30. desember og á gamlárskvöld. Tónleikarnir eru nú haldnir í 27. sinn," segir Pétur. „Þar að auki verður Schola Cantorum með glæsilega tónleika í vetur. Það verða ókeypis jólatónleikar 15. desember, en þar verður boðið upp á dagskrá með íslenskum jólalögum og latneskum mótettum frá endurreisnartímanum og tónleikunum verður útvarpað á RÚV. Ríkisútvarpið valdi Schola cantorum sem fulltrúa Íslands á jólatónleikaröð sem Samband evrópskra útvarpsstöðva (EBU) sendir út á þriðja sunnudegi í aðventu frá morgni til kvölds. Það verða einnig hádegisjólatónleikar 20. desember með Schola Cantorum kl. 12.00."

Þétt dagskrá fram undan

„Næsti stóri viðburðurinn okkar er 10. nóvember klukkan 17, en þá verður Schola Cantorum með a cappella tónleika sem nefnast In paradisum, en tónleikarnir eru hluti af allraheilagramessu," segir Pétur. „Það er hægt að fá miða á tónleikana á tix.is og þeir verða líka fáanlegir í miðasölu kirkjunnar klukkustund fyrir tónleikana.

Svo erum við í samstarfi við Listaháskólann og 16. nóvember klukkan 14 ætla nemendur skólans að koma fram á ókeypis tónleikum hjá okkur," segir Pétur.

Í desember er náttúrulega töluvert þétt dagskrá og strax fyrsta sunnudag í aðventu verður opnuð ný myndlistarsýning í anddyrinu," segir Pétur. „Eftir messu, kl. 12.15, opnar Guðrún Tryggvadóttir sýningu sína.

Það er margt fleira fram undan og við hvetjum fólk til að kynna sér dagskrána á vefsíðum Listvinafélagsins og Hallgrímskirkju," segir Pétur.

Þeir sem hafa áhuga á að skrá sig í Listvinafélag Hallgrímskirkju geta gert það á vef félagsins, www.listvinafelag.is

Sorg, samtal og kyrrðarstund

Þau sem misst hafa einhvern nákominn þekkja af eigin raun söknuð og sorg. Það má segja að sorgin sé eins og sársauki sem kemur þegar við missum einhvern sem við elskum.

Sorgin er þó ekki sjúkdómur, hún er hluti af lífinu og er jafnan tákn um heilbrigðar tilfinningar. Til að takast á við þessar tilfinningar, ræða þær og heyra sögur annarra verða samverustundir í Hallgrímskirkju í nóvember undir yfirskriftinni „Sorg, samtal og kyrrð".

Samverustundirnar eru opnar fyrir alla og hefjast klukkan 17.00 í Norðursal kirkjunnar með stuttu inngangserindi sem er í höndum presta sem hafa mikla reynslu af starfi meðal syrgjenda. Eftir erindin verður boðið til samtals þar sem hægt er að spyrja spurninga, deila reynslu eða þiggja góð ráð á ferðinni um veg sorgarinnar en fyrirlesararnir leiða samtalið.

Að því loknu er boðið upp á að ganga inn í kirkjuna. Þar endum við samverustundina við ljósbera kirkjunnar með stuttri íhugun sem verður í umsjá presta og djákna Hallgrímskirkju. Að endingu er boðið upp á að tendra ljós í minningu þeirra sem látin eru.

Að sögn séra Irmu Sjafnar Óskarsdóttur, prests í Hallgrímskirkju, var boðið upp á sams konar sorgarstarf í fyrra og tókst vel til. „Við kjósum að bjóða upp á slíkt starf í kjölfar allraheilagramessu. Sá dagur er minningardagur þeirra sem kvatt hafa og í mörgum kirkjum eru guðsþjónustur á þessum degi helgaðar minningu látinna. Einnig er þetta tími þar sem við finnum aðventu og jól nálgast í vetrarmyrkrinu. Jólatíminn er syrgjendum oft þungbær, söknuðurinn verður dýpri og missirinn sárari og því gott að undirbúa þennan tíma vel. Sorgarferli er eins og vegferð og samtalið okkar og samveran í Hallgrímskirkju er tilboð um stað til að staldra við á þessari vegferð," segir séra Irma Sjöfn.

Séra Irma Sjöfn segir sorgina vera hluta af lífinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Dagskrá samverustundanna er eftirfarandi:

- **6. nóvember**
  Dr. Sigurður Árni Þórðarson og sr. Irma Sjöfn Óskarsdóttir, prestar í Hallgrímskirkju, fjalla um efnið „Sorgin – heilög jörð".
- **13. nóvember**
  Sr. Sigfús Kristjánsson, prestur og verkefnastjóri á Biskupsstofu, fjallar um „Áföll, sorg, bjargráð og sköpun".
- **20. nóvember**
  Sr. Sigrún Óskarsdóttir, prestur og starfsmaður Útfararstofu kirkjugarðanna, flytur erindið „Jólin koma – koma jólin? – sorg í nálægð jóla".
- **27. nóvember**
  Dr. Guðlaug Helga Ásgeirsdóttir sjúkrahúsprestur fjallar um efnið „Í nærveru dauðans".

Wound – nýr Omega sáraúði frá Kerecis

Kerecis kynnir Wound sáraúðann sem inniheldur Omega olíur úr jurtaríkinu og flýtir fyrir náttúrulegri sáragræðslu.

Wound sáraúðinn inniheldur bæði Jóhannesarjurtarolíu og Neemolíu, en báðar þessar olíur eru þekktar fyrir græðandi eiginleika og innihalda fjölómettaðar fitusýrur. Úðinn er til dæmis hentugur til að meðhöndla núningssár, hruflsár, væg brunasár, sár eftir blöðrur, sár eftir inngróna nögl, litla skurði og skrámur.

Úðinn er 100 prósent náttúrulegur og án rotvarnarefna. Hann hefur bakteríuhemjandi eiginleika og samverkandi áhrif olíanna flýta fyrir sáragræðslunni.

Sáraúðinn er CE merkt lækningavara og er nú þegar fáanlegur í apótekum.

Wound sáraúðinn er einfaldur og þægilegur í notkun

- Hreinsið sárið vel með hreinu vatni og hristið brúsann vel.
- Úðið úr fimm til tíu sentimetra fjarlægð á húð og umhverfis sárið.
- Hyljið með sáraumbúðum sem henta hverju sinni.

MariCell Footguard

Meðhöndlar sigg, þykka húð og sprungna hæla

Kerecis kynnir MariCell, íslensk krem sem innihalda Omega-3™ fjölómettaðar fitusýrur, ávaxtasýrur og karbamíð. Kremin eru CE-merkt og flokkast því ekki sem snyrtivörur heldur lækningavörur.

Húðlæknirinn Baldur Tumi Baldursson stendur að baki MariCell kremunum sem fást í nokkrum mismunandi gerðum og eru framleidd af Kerecis á Ísafirði. „Það hefur lengi þótt freistandi að nota Omega 3 fitusýrur í meðferð við hinum ýmsu sjúkdómum og þá sérstaklega húðsjúkdómum. Áhrif þeirra eru mjög góð á húðina en lyktin hefur staðið mönnum fyrir þrifum, enda eru fitusýrurnar unnar úr fiskiroði og öðru sjávarfangi. Við hittum hins vegar á mjög góða blöndu sem hefur virkni án þess að lyktin trufli," segir Baldur Tumi.

MariCell FOOTGUARD er einstaklega virkt krem sem er sérþróað til meðhöndlunar á siggi, þykkri húð og sprungnum hælum.

» FOOTGUARD kremið hentar sérstaklega vel þeim sem eiga við þrálát sprungu-vandamál á fótum að stríða.

Mýkri fætur og betri líðan

Kremið FOOTGUARD í MariCell línunni er sérstaklega þróað fyrir fætur og hentar sérstaklega vel þeim sem eiga við þrálát sprungu-vandamál á fótum að stríða og einnig þeim sem þurfa að standa mikið við vinnu og eru með slæma fótaheilsu. Jafnframt er kremið tilvalið til þess að mýkja og fegra fæturna. Auk Omega 3 fitusýra inniheldur kremið ávaxtasýru sem brýtur niður sigg og þykka húð og karbamíð sem er rakagefandi.

Sprungur á hælum geta myndast þegar fitusýrurnar í húðinni rýrna og húðin verður þurr. Í kjölfarið minnkar teygjanleikinn og húðin strekkist þar til hún á endanum gefur eftir og springur. Regluleg notkun á FOOTGUARD getur komið í veg fyrir þetta. Önnur krem í MariCell línunni innihalda mOmega3™ fitusýrur, ávaxtasýrur og karbamíð í mismunandi styrk.

Sölustaðir: Apótek

Þórey Sigrún Leifsdóttir hefur upplifað það frá 9 ára aldri að vera með sigg á hælum og tábergi. „Amma kenndi því um að ég gengi um berfætt en seinna kom í ljós að þetta var sóriasis," segir Þórey. Sigg og sprungur ágerðust með aldrinum hjá Þóreyju. „Þegar verst lét var ég komin á það stig að vakna á nóttunni vegna kláða og pirrings í fótum, oft með blæðandi sprungur í sigginu. Stundum brá ég á það ráð að raspa fæturna um miðjar nætur og smyrja þá með smyrsli og vanlíðanin var mikil," segir Þórey sem fyrir tveimur árum fór til húðlæknis sem benti henni á kremið MariCell FOOTGUARD frá Kerecis. „Hann mælti eindregið með kreminu, bar það á annan fótinn til prufu og eftir aðeins sólarhring fann ég stóran mun. Ég ber nú kremið á mig eftir þörfum og tek skorpur en sprungurnar eru horfnar og ég hef ekki vaknað út af kláða og blæðandi sprungum í tvö ár. Ég hef í raun ekki verið jafn góð síðan ég var barn," segir Þórey sem hefur ekki tölu á hversu mörgum hún hefur bent á MariCell FOOTGUARD. „Ég mæli með því fyrir alla sem kljást við sprungur og sigg, því það er það besta sem ég hef notað á mitt vandamál."

Rafmagnað og framsækið andrúmsloft

Á sunnudaginn verður lowercase-kvöld á Prikinu. Gunnar Jónsson tónlistarmaður hvetur fólk til að mæta og upplifa listilegt tóna- og sjónarspilið með eigin augum, og eyrum.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is

Gunnar Jónsson tónlistarmaður kemur fram ásamt KGB og Arnljóti Sigurðssyni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Það eru þeir Nicolas Kunysz og Sindri Geirsson sem bjuggu til lowercase nights árið 2014. Þeir eru báðir verið að gera sveimtónlist og Sindri vinnur á Prikinu, svo kvöldin eru búin að vera þar síðustu ár," útskýrir Gunnar. „Pælingin er sú að listamaður eða listamenn koma saman og spinna músík yfir kvikmynd að eigin vali. Sveimtónlist er þarna í aðalhlutverki, en listamönnum er í raun gefið algjört frelsi til að gera það sem þeir vilja."

„Þetta er hiklaust ein af mínum uppáhaldstónleikaseríum í bænum, og í raun algjör stofnun og öldungur að verða. Ég bý í miðbænum og finnst fátt notalegra en að reka inn nefið á Prikinu á sunnudögum og detta í smá leiðslu undir góðri músík og kvikmynd," segir Gunnar. „Þessi kvöld eru mjög gott þynnkumeðal og enn betri sálfræðingur! Sveimlistamenn eiga það líka oft sameiginlegt að hafa gott auga fyrir áhugaverðu myndefni, svo þetta er alltaf veisla fyrir augu og eyru," segir Gunnar, fullur eftirvæntingar.

Samstarfið skrifað í skýin

„Ég, Arnljótur og Kristinn Gunnar höfum allir spilað áður á lowercase nights, en þetta er í fyrsta sinn sem við spilum allir þrír saman, svo ég er gríðarlega spenntur fyrir því. Við erum líka miklir aðdáendur kvikmyndarinnar sem við ætlum að spila yfir, en valið er leyndarmál enn sem komið er. Fólk þarf bara að mæta og láta koma sér á óvart."

Gunnar segir tónlistarmanninn Kristin Gunnar Blöndal , einnig þekktur sem KGB, hafa átt frumkvæðið að þessu forvitnilega samstarfi. „KGB hafði samband við mig og stakk upp á því að við myndum gera eitthvað saman. Mig hefur lengi langað til að spila með honum, enda er hann einn af helstu tónlistarmönnum og plötusnúðum landsins. Við vorum síðan sammála um að fá Arnljót inn í þetta með okkur, því við erum svo miklir aðdáendur hans."

Gunnar hefur lengi þekkt Arnljót og segir hann koma úr afar hæfileikaríkri fjölskyldu. „Ég var með eldri bróður Arnljóts í hljómsveit í gamla daga, sem varð til þess að ég kynntist fjölskyldunni hans vel. Öll systkinin eru tónlistarmenn og miklir snillingar." Þá sé tilhugsunin ein um það hversu hæfileikaríkur Arnljótur er nóg til þess að gera Gunnar agndofa. „Ég ver oft löngum stundum í að hugsa um hvað Arnljótur er mikill og hreinn listamaður. Hann hefur verið að gera músík undir nafninu Kraftgalli síðustu misseri, til dæmis gaf hann út þriggja laga EP-plötu fyrir ekki svo löngu sem heitir Trítill og er eins konar orðagrínsmúsík. Ég held að það sé ný tónlistarstefna, sem er mjög í anda Arnljóts," segir Gunnar, hugfanginn.

„Við KGB erum síðan báðir Breiðholtsdrengir, en ég kynntist honum aðallega í gegnum tónlistarlífið í miðbænum, hann er náttúrulega gangandi tónlistaralfræðibók og algjör unaður að spjalla við hann um músík, svo það lá beinast við að búa til músík saman líka. Hann hefur gert tónlist undir nafninu Justman síðustu ár, til viðbótar við að vera þekktur plötusnúður. Þeir Arnljótur hafa líka spilað saman svo þetta spunakvöld okkar er skrifað í skýin myndi ég halda."

Ný tónlist í smíðum

Gunnar hefur tekið þátt í ýmsu samstarfi í gegnum tíðina en í rafheimum kemur hann einn fram undir nafninu Gunnar Jónsson Collider. „Ég hef verið að sinna tónlist síðan ég var mjög ungur, með hinum og þessum böndum. Gunnar Jónsson Collider byrjaði bara sem hliðar-sólóverkefnið mitt sem ég sinnti samfara öðrum verkefnum," segir hann.

„Það var eins konar leið til að fá útrás fyrir alls kyns músík sem ég hafði áhuga á að gera, en komst ekki að í hinum verkefnum mínum, eins og sveimtónlist, raftónlist og alls kyns tilraunapoppi. Gunnar Jónsson Collider tók síðan á endanum alveg yfir. Ég er búinn að gefa út slatta af músík á þessu stigi málsins, bæði hjá íslenskum og erlendum útgáfum."

„Til viðbótar við það hef ég líka spilað sem „session"-leikari fyrir önnur verkefni, til dæmis fyrir ROFOROFO (hljómsveit Ómars Guðjónssonar og þýska trommuleikarans Tommy Baldu) og Kristjönu Stefánsdóttur," segir Gunnar. „Ég hef verið mjög heppinn með að fá að spila undir hjá alls kyns frábærum listamönnum, sem ég dái mikið, í gegnum tíðina, eins og einmitt Ómari og Kristjönu, sem og Damo Suzuki og Ben Frost svo eitthvað fleira sé nefnt. En ég er alltaf spenntastur fyrir því næsta sem ég geri, sem í þessu tilviki eru lowercase nights tónleikarnir með strákunum."

Hann segir ýmislegt á döfinni. „Ég byrjaði fyrst að koma fram sem Gunnar Jónsson Collider af viti árið 2015, eftir að ég gaf út Apeshedder EP-plötuna mína. Ég hef gefið út eitthvað af músík á hverju einasta ári síðan þá, nema í ár. Ég er nefnilega búinn að vera að vinna að tveimur plötum, en önnur er einmitt sveimtónlist í anda lowercase nights sem ég klára vonandi bráðum."

Gunnar segist vera búinn að einangra sig töluvert í stúdíóinu undanfarna mánuði. „Ég er þar af leiðandi búinn að loka mig mikið af í stúdíóinu þetta árið, þar sem ég sé ekki til sólar og bogra yfir hljóðgervlum og græjum og verð skrítnari með hverjum deginum sem líður. Maður getur orðið klikkaður á þannig vinnu, svo ég er sérstaklega spenntur fyrir lowercase kvöldinu og að spinna músík með öðru fólk. Maður afskrítnast vonandi eitthvað við það! Vonum það besta," segir Gunnar, léttur í lund.

Viðburðurinn fer fram á Prikinu á sunnudaginn, 27. október, frá klukkan 21.30 til miðnættis og er aðgangur ókeypis.

VEGAN

Föstudaginn 1. nóvember er alþjóðlegi vegan dagurinn og í tilefni hans ætlar Fréttblaðið að gefa út sérblaðið Vegan þann sama dag.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir
Arnar Magnússon
Sölu- og markaðsfulltrúi Fréttablaðsins
arnarm@frettabladid.is Sími: 550-5652

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

NÝJA BÍLAHÖLLIN
SÍMI 567 22 77 • nyja@nyja.is

NULL
TOYOTA Land cruiser 150 gx 7 manna. Árgerð 2017, ekinn 151 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 6 gírar. Verð 5.490.000.Lang besta verðið Rnr.117054.

NULL
TOYOTA Auris live. Árgerð 2017, ekinn 82 Þ.KM, bensín, 6 gírar. Verð 1.490.000. Lanng besta verðið Rnr.213838.

NULL
MMC Outlander intense. Árgerð 2017, ekinn 152 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.990.000. Lang besta verðið Rnr.213836.

NULL
FIAT Fiorino. Árgerð 2019, ekinn 2 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.590.000. Lang besta verðið Rnr.117075.

NULL
BMW X6 xdrive30d m-tech. Árgerð 2015, ekinn 68 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 8 gírar. Verð 9.900.000. óaðfinnalegur jeppi Rnr.115421

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

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.

Bilauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Bílar til sölu

Til sölu Scania G410 árg 2016, ekin 98.000km. Vörukassi með heilhliðsopnun, 2,5tonna lyfta. Sími 660-1818 eða gestur@vagnar.is

MERCEDES BENS TIL SÖLU
Mjög vel með farinn svartur Mercedes Bens CLS 350 Bluetec til sölu, árg. 2015, ekinn aðeins 43 þús. km. Billinn er í topp standi og hefur verið í reglulegu viðhaldi hjá Öskju. Svart leðuráklæði, topplúga rafm. & hiti í sætum, splunku ný heilsársdekk, self park og margt fl., kostar nýr +12mkr. Verð 6.490 þús. Áhugasamir hafið samband í síma 896-0747.

1-2 milljónir

RENAULT CLIO SPORT '18
Til sölu Renault Clio sport 2018. Keyrður 23.776 km. Dísel. Beinskiptur. Ásett verð: 2.300.000 staðgreitt: 1.990.000 kr. Uppl í síma 5640700

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

Garðyrkja

SKRÚÐGARÐYRKJA OG RÁÐGJÖF.
Tek að mér haustklippingar, þrif á lóðum og alla almenna garðyrkju og tek einnig að mér ráðgjöf varðandi stærri breytingar.

Hjörleifur Björnsson
skrúðgarðyrkjufræðingur
s:662-6625

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

k2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
• FYRIRTÆKI
• FJÖLBÝLISHÚS
• SKIP
• VEITINGASTAÐIR

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

NULL
Hreinsa þakrennur fyrir veturinn og tek að mér ýmis smærri verkefni. Uppl. s:8478704 eða manninn@hotmail.com

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

Spádómar

SPÁSÍMI 908 7000
Spámiðlun, tarot, fyrirbænir, algjör trúnaður. Opið til 22.

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

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

FYRIRTÆKJASALA ÍSLANDS S.773-4700

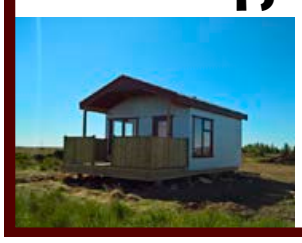
SURF and TURF Selfossi

Veitingahúsið SURF and TURF er til sölu. Stendur í hjarta bæjarins við Austurveg. Vinsælt og steikhús með flottan matseðil. Tekur 40 gesti í sæti í hlýlegum húsakynnum. Eldhús með góðum tækjabúnaði. Gott verð.
Uppl. veitir Óskar Mikaelsson lgf. í á netfanginu oskar@atveignir.is og S: 773-4700
Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjasali 773-4700

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is
Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Göngubraut: 69.500,-
Hámarks þyngd notanda: 110 kg.
8 prógröm.
Hátalarar og MP3 fyrir gsm síma.
Hámarks hraði 14 km/klst.
Stærð brautar: 42x115 sm.
Afgreitt alla daga. Uppl. í síma 661-1902.
Bíldshöfða 16, Rvk.
ÞREKTÆKI

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- **Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.**
- **Veggjagrind út 45x95 timbri.**
- **Pappi og bárustál á þaki.**
- **Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.**
- **Skúrar sem þola veður og vinda.**

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

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

viftur.is
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is

Keypt & Selt

Til sölu

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

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir dióðuljósakrossar 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.

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is

Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

Skólar & Námskeið

Námskeið

ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Levels/Stig: I - 6: Start/Byrja: 11/11, 9/12. 2020: 13/1, 10/2, 8/3, 6/4. 4/5. 4 weeks/vikur x 5 days/daga. 2-4 students/nem. AM & PM/fh & eh. Price/Verð: 49.500.- Most labour unions pay back 75-90 % of course price/Flest stéttafélög endurgreiða 75-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans.is - facebook.com/iceschool. Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 8981175/5571155

Heimilið

Barnavörur

SYSTKINA VAGN/KERRA

Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

NULL

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

Atvinnuhúsnæði

TIL LEIGU.

Auðbrekka - leiga
Skrifstofu-, verslunar- og atvinnubil
100 - 450 fm
GSM 690 3031

Nánar uppl. s. 840 3992

IÐNAÐAR- EÐA LAGERHÚSNÆÐI TIL LEIGU

Til leigu 180-270 fm. atvinnuhúsnæði með innkeyrsluhurð í Bolholti 4 (bakhús) 105 Rvk. Laust strax.

Uppl. í s: 893-8166 eða grensas@gmail.com.

Grensás ehf. / Ragnar

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

89% Með því að auglýsa í Atvinnublaðinu nær þitt fyrirtæki til **89%** lesenda dagblaða* á höfuðborgarsvæðinu.

Beinn sími: 550 5625

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

STÓRSVEIT
REYKJAVÍKUR
KYNNIR:

ELLINGTON AÐ EILÍFU

3. nóvember kl. 20.00
Silfurberg

STJÓRNANDI OG KYNNIR
Sigurður Flosason

SÉRSTAKUR GESTUR
Kristjana Stefánsdóttir

Nasistar bíða færis

Þetta er tilraun til að skoða manneskjuna, segir rithöfundurinn **Sjón** um nýja skáldsögu sína sem fjallar um nýnasista í Vesturbænum í Reykjavík á sjöunda áratugnum.

„Hvernig talar maður við manneskju sem er alltaf reiðubúin til að beita ofbeldi í samtalinu?“ FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Ný skáldsaga Sjóns, Korngult hár, grá augu, segir af Gunnari Kampen, ungum og alvörugefnum manni sem vorið 1958 stofnar andgyðinglegan stjórnmálaflokk þjóðernissinna í Vesturbænum og vill gera sig gildandi í heimssamtökum nýnasista.

„Það að fólk telji sig vera merkilegra en annað fólk og fái stuðning við þær hugmyndir frá stórveldi úti í heimi, ég hef verið upptekinn af því nokkuð lengi. Í bókinni Með titrandi tár sem kom út árið 2001 skrifaði ég um útlending sem kemur til Íslands árið 1944, þegar allt er hér í uppgangi og stríðinu á að vera að ljúka. Þá voru hér á landi ýmsir vafasamir karakterar á kreiki. Á þessum tíma eignaðist ég dálítið af efni um framhaldslíf nasismans eftir stríð. Um það hvernig menn héldu saman og studdu hver annan. Sumir spyrja sig, hvernig gat nasisminn tekið sig upp aftur með þessum hætti skömmu eftir seinni heimsstyrjöldina? Svarið er að nasisminn fór hvergi, nasistar biðu færis og gera enn.“

Íslenskir og sænskir nasistar

Í bókinni vefur Sjón raunverulegu fólki inn í skáldskapinn. Til dæmis nýaldarnasistanum Savitru Devi og George Lincoln Rockwell sem var giftur íslenskri konu, Þóru Hallgrímsdóttur, og bjó hér á landi um tíma.

„George Lincoln Rockwell var búinn að gera margar tilraunir á Íslandi til að stofna íslenska þjóðernishreyfingu en gafst upp á þeim sem hann var að reyna að vinna með og vonaðist til að myndu fjármagna hreyfinguna. Honum fannst þeir of huglausir. Hann flutti til Bandaríkjanna og þar stofnaði hann The American Nazi Party og þá var marserað í fyrsta skipti frá millistríðsárum undir merkjum hakakrossins í Washington. Það sama gerðist víða annars staðar, í Evrópu, til dæmis í Svíþjóð þar sem menn höfðu ekki þurft að gera neitt upp,“ segir Sjón og rifjar upp tengsl íslenskra og sænskra nýnasista en árið 1956 stofnaði sænski nasistinn Göran Assar Oredsson Norræna ríkisflokkinn. Flokkurinn gaf út áróðursblað sem var selt í bókabúðum í Reykjavík.

„Íslensku nýnasistarnir sóttu sér stuðning til þeirra sænsku og skrifuðu bréf. Oredsson minnist á bréfaskriftirnar í minningargrein um helsta framámann íslenska nasistaflokksins, að þeir hafi átt í svo góðu bréfasambandi.“

Framámaðurinn sem Sjón vísar til var Bernard Haarde sem lést ungur og aðalsöguhetjan í skáldsögu hans, hinn ungi Gunnar Kampen, minnir marga á.

„Nú eru það spjallþræðir og leynisíður. Samskiptin sem eiga sér stað þar eru algerlega hliðstæð við bréfaskriftirnar. Þetta er sama kerfið. Sumt var ekki hægt að gera bréflega og þá voru menn sendir á milli landa, þeir voru duglegir að ferðast.“

Fórnarlambið og ofbeldið

Aðalsöguhetjan er eftirlætisbarn en líka brotið barn og er að berjast við rof í tengslum við föður sinn. Þessi sársauki, er hann afdrifaríkur?

„Gott að þú dregur það fram því hættan við að skrifa svona bók er að fólk sjái bara stóra efnið. En í skáldskap má koma með tilgátu um manneskjuna. Jafnvel þótt þú takir ítarlegt viðtal við nýnasista þá er manneskjan þar að stíga fram í ákveðinni ímynd, í ákveðnum búningi. Viðbúin því að fá ákveðin viðbrögð. Í skáldskapnum hefur maður næði til að vera með manneskjunni. Gunnar Kampen mjakast á þessa braut. Það er það sem ég hafði áhuga á að skoða. Hvernig verða þessar hugmyndir til?

Eitt af því sem einkennir málflutning þessarar hreyfingar er það að meðlimir setja sig í fórnarlambsstellingar. Þeir hafa upplifað höfnun, finnst þeir ekki njóta sannmælis og eru í uppreisn. En fyrst og fremst eru þeir fórnarlömb. Það er áhugavert að skoða þessi tengsl. Hvernig það að vera í hlutverki fórnarlambs verður afsökun þeirra eða útskýring á því ofbeldi sem manneskjan beitir.

Þetta er tilraun til að skoða manneskjuna. Það er eitthvað brotið í Gunnari, en það er eitthvað brotið í okkur öllum. Enginn fer í gegnum lífið án þess að vera hafnað. En í tilfelli Gunnars þá rata þessar hugmyndir til hans. Þeir sem eru góðir við hann hafa þær. Þær eru í umhverfi hans.“

Vináttan við Alfreð Flóka

Sjón segist stundum hafa velt því fyrir sér af hverju hann lenti á þeirri braut sem hann er á í dag. „Eitt af þeim tækjum sem maður hefur sem rithöfundur er maður sjálfur.

Ég var sólginn í öfgafulla myndlist og hryllingssögur sem krakki og svo er ég hér í dag, búinn að skrifa alls konar skrýtnar bækur.

Þessi áhugi á hryllingi á unglingsárum, ég held hann sé tilkominn vegna þess að maður er að ganga í gegnum líkamlega umbreytingu. Einu listaverkin í samfélaginu sem takast á við óhugnað og sjálfsviðbjóð eru hryllingssögur. Á þessum árum horfir maður í spegilinn og maður er bara að breytast, það gerist bara í hryllingssögum!“

Þegar ég var unglingur heillaðist ég af súrrealismanum og nútímaljóðinu. Ég var um það bil sautján ára gamall þegar ég kynnist Alfreð Flóka sem ég minnist á í bókinni. Við urðum góðir vinir og ég varð fastagestur á heimili hans. Hann var mér eins og annar faðir og lét mig hafa bækur að lesa og ræddi við mig um heima og geima.

Flóki var lítið fyrir það að vera í samskiptum við fólk úti í heimi, eða að slá trumbuna eins og hann kallaði það. Hann hafði sýnt á stórri súrrealistasýningu árið 1976 og súrrealistar höfðu sett sig í samband við hann. Hann færði mér öll þau sambönd á silfurfati og ég settist niður og skrifaði þessu fólki sem bjó úti um allan heim. Í mörg ár skrifaði ég súrrealistum í Portúgal, Bandaríkjunum og Kanada.“

> EITT AF BESTU TÆKJUNUM ER SVO AÐ SETJA RASISMANN Í BÚNING HÚMORS. ÞÁ ER HÆGT AÐ SEGJA: HEFUR ÞÚ EKKI HÚMOR FYRIR ÞESSU? ÞETTA ER BARA GRÍN!

Á þessum tíma var Sjón ein driffjöðrin í Medúsuhópnum sem rak sýningarsalinn Skruggubúð í Suðurgötu. „Við gáfum út bækur og vorum að þýða eftir aðra höfunda. Ég var í svona búbblu rétt eins og Gunnar Kampen. Í rauninni var ég inni í neti fólks sem var með róttækar og mjög ákveðnar hugmyndir um tilveruna. Þetta nota ég auðvitað þegar ég er að smíða persónu eins og Gunnar. Hvernig stóð á því að ég mjakaðist í þessa átt en hann í aðra? “

Bíða færis

Sjón segir alltaf verða til fólk sem aðhyllist nasisma og að það megi ekki sýna orðræðu blint umburðarlyndi. Það eigi að taka á henni af festu.

„Það veit enginn hvort Gunnar Kampen hefði látið af þessum hugmyndum ári síðar og orðið venjulegur borgari. Margir vöknuðu nefnilega upp við vondan draum og margir sem voru í þessari sellu muna ekkert eftir þessu í dag. Eru bara venjulegt fólk úti í bæ. En svo eru aðrir sem fylgjast með miklum áhuga með því sem er að gerast víða um heim og upplifa að loksins sé nú hægt að tala upphátt á kaffihúsum.“

Að fjalla um íslenska nasista, fannstu fyrir því að það væri viðkvæmt að róta í fortíðinni?

„Þetta hefur kannski þótt svona leiðinlegt mál í fjölskyldum þessara manna en ég held að ef við ætlum að tala um þetta í samtímanum verðum við að muna að þetta fór aldrei, þetta er viðvarandi verkefni þeirra sem virkilega trúa á þetta, þeir bíða færis. Það er ekki nema við skoðum þetta fólk sem manneskjur að við getum byrjað samtalið. En þetta er samt klemma, því hvernig talar maður við manneskju sem er alltaf reiðubúin til að beita ofbeldi í samtalinu?“

Og er jafnvel haldið gallhörðum fordómum? Og vill jafnvel ekki vera í samtali?

„Já, það er mikið af fólki þar en líka fólki sem er mjakað þangað. Það er mikilvægt fyrir fólk að vera vakandi fyrir því. Þessi spjallsvæði þar sem þessar hugmyndir eru boðaðar og fólk skrifast á hafa verið skoðuð. Hvernig fólki er hrósað ef það lækar við einhvern rasistabrandara, þá fær það strax hrós fyrir það. Og ef þú deilir andstyggilegum skilaboðum, til dæmis um gyðinga, þá færðu læk fyrir það.

Eitt af bestu tækjunum er svo að setja rasismann í búning húmors. Þá er hægt að segja: Hefur þú ekki húmor fyrir þessu? Þetta er bara grín! En Gunnar segir aldrei slíka brandara þótt eflaust hefði hann gert það. Mig langaði að sýna alvarleikann í hans verkefni. Hann er að finna sér stöðu í tilverunni. Faðir hans er í molum og drengurinn leitar annað eftir fyrirmynd. Eða til bróður hans í Noregi sem situr í fangelsi og er í hlutverki fórnarlambs. Faðir hans er honum ekki nóg. Móðurfjölskyldan er úr Vestmannaeyjum og hann kemst í tengsl við þann arm hreyfingarinnar. Óvíða voru duglegri nasistar en í Vestmannaeyjum. Þetta er saga þessa drengs innan þessarar fjölskyldu.

Ég er að reyna að flækja myndina því það er ekki augljóst samband á milli ofbeldishneigðar og nasisma. Það getur einmitt verið viðkvæma barnið sem getur aðhyllst þessar hugmyndir.“

Sierra borðstofustólar
kr. 19.900

VOLUSPA JÓLASENDINGIN ER KOMIN - ALDREI MEIRA ÚRVAL

Yumi matborð Ø 115 cm
kr. 69.800

Velvet snagar kr. 3.200 - 3.800

Vera sófi 226 cm
kr. 246.800

Rugged motta
170x240 kr. 52.700

ÆVINTÝRALEGT
ÚRVAL AF
FLOTTUM PÚÐUM

Blómapottar kr. 8.700 / 10.600

Tripod gólflampi kr. 37.900

LÍNAN

BÆJARLIND 14 - 16 | 201 KÓPAVOGI
SÍMI 553 7100 | LINAN.IS / linanehf / linan.is
Opið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16

Bókin oft það eina að hverfa til

Þingeyingnum **Kristínu Sigurðardóttur** er bókmenntaáhugi í blóð borinn. Hún er metnaðarfullur lesandi sem heldur lestrardagbækur yfir það sem hún les og gefur hverri bók umsögn og stjörnur. Sjálf á hún sögu í smíðum.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

„Stundum gengur mér illa að sofa á nóttunni og þá les ég. Ég nýti hverja stund," segir Kristín. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Kristín Sigurðardóttir kennari býr á Húsavík og starfar þar í eldhúsi sjúkrahússins en er stödd í miðborg Reykjavíkur þegar fundum okkar ber saman. „Ég er að rembast við að rata um hin ýmsu hverfi, stundum með hjálp gamals GPS-tækis sem er ekkert nema óþægðin við mig en ég bjarga mér," segir hún brosandi. Fyrir utan að heilsa upp á vini og vandamenn notar Kristín borgarferðir til að kíkja í búðir, meðal annars bókabúðir, því hún kveðst óforbetranlegur bókaormur.

„Stundum gengur mér illa að sofa á nóttunni og þá les ég. Ég nýti hverja stund. Svo met ég hverja bók í mínum huga, gef henni umsögn og einkunn í lestrardagbók og er búin að fylla nokkrar slíkar. Ég vil ekki safna bókum í bókahillu, þar safna þær bara ryki og eru mér til ama. Þess vegna geymi ég bækurnar sem ég hef lesið í lestrardagbókum og ef ég vil lesa þær aftur sæki ég þær á bókasafnið."

Áhugann á bókum segist Kristín hafa erft frá móður sinni. „Bókasafn lestrarfélagsins var heima hjá okkur upphaflega en svo fjölgaði okkur börnunum svo það varð ekki pláss fyrir það. En mamma las allt sem kom út. Innansveitarkrónikan var lengi á náttborðinu hjá henni og ef hún hafði ekkert annað að lesa greip hún hana. Hún hafði enga aðra afþreyingu en lesturinn og fannst alltaf notalegt að leggja sig með bók. Ég vil lesa í rúminu líka."

Móðir Kristínar var vestan af Barðaströnd. „Mamma kom norður í Þingeyjarsýslu, giftist og fór að eiga börn. Heimilið var mannmargt svo hún átti ekki heimangengt og fór ekki vestur á sínar æskuslóðir í sextán ár. Það var bara eins og hún hefði komið frá Japan. Síminn var líka eins og hann var, ekkert hægt að tala um neitt persónulegt í hann, því aðrir gátu hlustað á samtölin. Þá var að halla sér að bókunum. Ég skil vel útlendingana sem eru komnir hingað í vinnu til okkar og eru með heimþrá. Ég tek málstað þeirra. Menningin er ólík milli svæða og það er erfitt að vera langt frá sínu fólki."

Greinilegt er að Kristín lætur sér fátt mannlegt óviðkomandi enda kveðst hún alin upp við lífleg skoðanaskipti um þjóðfélags- og menningarmál. „Það var skápur í eldhúsinu heima, þegar ég var barn, sem ég faldi mig oft í þegar einhver kom, þar gat ég fylgst með samræðum. Ég var frekar rekin í rúmið ef ég var undir borði. Þegar fólkið hennar mömmu kom að vestan í heimsókn og aðeins var fengið sér í staup – ekkert fyllerí samt – blossuðu umræðurnar upp, meðal annars um bókmenntir. Þá var skápurinn í miklu uppáhaldi."

Barnaskólinn brást

Kristín er fædd 1953 og uppalin í Reykjahverfi, rétt sunnan við Húsavík. „Skógahlíð hét bærinn minn. Við vorum sex systkinin og ég yngst. Það voru tíu í heimilinu, afi var þar og frændi minn líka," lýsir hún.

Þótt Þingeyingar séu þekktir fyrir sína menningu finnst Kristínu hafa vantað talsvert upp á metnaðinn í barnaskóla sveitarinnar þegar hún var þar. „Það var farskóli hjá okkur sem þýddi að kennarinn fór milli héraða. Við áttum að læra heima þegar hann var við kennslu á Tjörnesi, samt var ekkert lagt upp úr því. Kennarinn var sautján ára strákur og það er ekki nóg að kennari sé vel að sér, hann þarf líka að ná til barnanna en þannig var það ekki í þessu tilfelli. Svo fengum við hvorki leikfimi- né tungumálakennslu," segir Kristín en bendir á að smæð hafi háð litlum sveitarfélögum og þau ekki haft bolmagn til að sinna skyldum sínum gagnvart íbúum. „Síðar sameinuðust nokkur sveitarfélög um uppbyggingu skóla og eftir það fengu nemendurnir menntaða kennara."

En Kristín fór í héraðsskólann á Laugum þegar hún hafði aldur til. „Það var alveg brekka að fara í unglingaskóla með þessa litlu undirstöðu sem ég hafði, sérstaklega í sambandi við enskuna. Mér gekk samt vel að læra og langaði mjög í Samvinnuskólann á Bifröst en hún kom svo snemma fyrsta stelpan mín og þá fór ég bara að vinna í fiski á Húsavík, með heimilisstörfum."

Í nám eftir barnauppeldið

Menntunarþráin blundaði þó alltaf í Kristínu og þar kom að hún fór í frekara nám. „Það var einmitt elsta stelpan mín sem sagði: „Mamma, nú átt þú að fara í skóla, það er fullt af konum í framhaldsskólanum og ég sé alveg að þú átt heima í þeim hópi." Það var brjálað að gera hjá mér og allt í drasli, það fauk svolítið í mig og ég svaraði: „Hvað heldurðu að ég hafi tíma til þess?" – fór út á snúru og fann að það var einhver tuddi í mér. Þetta kom við mig. Að lokum gerði ég þó eins og hún sagði, fór í Framhaldsskólann á Húsavík og það var æðislega gaman, skemmtilegur hópur sem ég var í. Svo lærði ég meira seinna, fór í kennaranám við Háskólann á Akureyri, hafði kompu þar en keyrði líka á milli. Þá var ég fimmtug. Mér fannst mest gaman að skrifa verkefnin, líður alltaf vel fyrir framan tölvuna. Svo fór ég að kenna en eins og mig grunaði hafði ég ekki nógu sterka sjálfsmynd í það og gekk ekki vel með krakkana svo ég hætti fljótlega. Þá fór ég að vinna á skrifstofu en sinnaðist við skrifstofustjórann svo ég fór bara aftur í fisk. Núna er ég að vinna í eldhúsinu á sjúkrahúsinu, þannig að ég hef farið til baka í frumgreinarnar. En til að bæta mér það upp andlega hef ég skrifað, meðal annars í Kvennablaðið, meðan það var og hét. Hef alltaf verið skrifandi. Í lesdagbókunum mínum þjálfast ég í að hafa stílinn knappan og slípaðan. Svo er ég með handrit sem getur orðið bók, að minnsta kosti fyrir börnin mín."

Almennum lesendum vantreyst

Í einum af pistlum sínum í Kvennablaðinu fjallar Kristín um lesendaverðlaun. Ég bið hana að lýsa þeirri hugmynd. „Ég er ekki alltaf nógu ánægð með hvernig verðlaunahafar í bókmenntum eru valdir og finnst oft hinum almenna lesanda vera vantreyst. Mér þætti upplagt að til dæmis á degi bókarinnar í apríl fengju lesendur að velja bækur og höfunda sem þeim féllu best."

Spurð sjálf um íslenskan eftirlætishöfund og bestu bókina svarar Kristín: „Það er enginn einn höfundur í uppáhaldi en Hallgrímur Helgason og Vilborg Davíðsdóttir eru á þeim lista. Líka Kristín Steinsdóttir sem mér finnst að hefði mátt fá verðlaun, eða að minnsta kosti tilnefningar fyrir bækur sínar, til dæmis fyrir bókina Ekki vera sár. Ég er hrifin af Indjánanum hjá Jóni Gnarr en Dísusaga Vigdísar Grímsdóttur er í fyrsta sæti, það er svo mikið af mér í henni. Ég bý enn við mína Gríms og tala rósamál vegna þess að ég er af sömu kynslóð og Dísa og fékk ekki það veganesti að það þætti eðlilegt að ræða um erfiða hluti. Fólk var svo gríðarlega lokað – og er oft enn. Það var til dæmis alltaf einhver leynd sem hvíldi yfir fólkinu mínu fyrir vestan og þegar ég fór að grufla í ættfræðinni komst ég að því að ég var í sjöunda lið frá Steinunni á Sjöundá en það mátti ekkert ræða það. Það var stutt í skömmina hjá afa mínum á Barðaströnd. Hann var fæddur á sömu öld og atburðirnir á Sjöundá gerðust og langamma hans var sett á sveit eftir fangelsun Steinunnar móður hennar. Kannski kynntist hann þeirri konu og þekkti sem barn."

Kristín varð ekkja fyrir rúmu ári og segir sorgina meðal þess sem sé ekki til siðs að tala um eftir að jarðarförin sé um garð gengin. „Ég leyfi mér þó að hampa manninum mínum í samtölum við fólk, minnist oft á hann. Það er viss lækningamáttur fólginn í því að opna skápa, ég er alveg búin að átta mig á því. Samt er bókin oft það eina að hverfa til."

Suðurglugginn

★★★☆☆

Höfundur: Gyrðir Elíasson
Dagsetning: Júní 2013

Rithöfundur fær leigðan sumarbústað með von um betra gengi við skáldsöguna sem hann er að skrifa. Hann vill varðveita hverfula tilveru og neitar að tölvuvæðast í stað ritvélar. Hann gerist einrænn og forðast samskipti við ættingjana. Gyrðir nær frábærlega að skapa hinn algjöra hversdag með einmanaleika og depurð.

Carabao Cup
EFL
MIÐVIKUDAGUR
KL. 19:20
KAUPTU STAKAN LEIK: vodafone Síminn
MIÐVIKUDAGUR
KL. 20:00
KAUPTU STAKAN LEIK: vodafone Síminn
ÞRIÐJUDAGUR KL. 19:35
VS
VS
SPORT
Tryggðu þér áskrift stod2.is | 1817
MARGT & MIKIÐ
Visitor

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
26. OKTÓBER 2019 LAUGARDAGUR

†

Elsku eiginmaður minn, pabbi okkar, tengdapabbi, afi og langafi,

Pétur Björnsson

bifvélavirki,
Boðaþingi 12 í Kópavogi,

lést 21. október sl.
Útförin fer fram mánudaginn 4. nóvember í Lindakirkju, Kópavogi kl. 15.00.
Blóm vinsamlegast afþökkuð.

Margrét Bjarnadóttir og fjölskylda.

†

Ástkær sonur, faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og sambýlismaður,

Halldór Nielsen Eiríksson

bakarameistari,

lést þriðjudaginn 15. október.
Útför hans fer fram frá Kópavogskirkju, þriðjudaginn 29. október kl. 13.00.
Blóm og kransar afþakkaðir, þeim sem vilja minnast hans er bent á Píeta samtökin.

Pálína Höjgaard Einarsdóttir
Paola Andrea Arce Suarez
Finnbogi Halldórsson **Birna Mjöll Helgudóttir**
Þórey Björk Halldórsdóttir **Baldur Björnsson**
Nökkvi Nielsen
Stjúpbörn, barnabörn og barnabarnabarn,

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 ÚTR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

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**

Helga Hauksdóttir sendiherra, Vigdís Finnsdóttir viðurkenningarhafi og Halla Benediktsdóttir, umsjónarmaður Jónshúss.

Hátíð í kóngsins Köben

Vigdísi Finnsdóttur, stofnanda og meðeiganda Boutique fisk og Retreat, var fyrstri allra veitt viðurkenning Félags íslenskra kvenna í atvinnulífinu í Danmörku nýlega.

Kvennafrídeginum 24. október var fagnað með hátíð í íslenska sendiherrabústaðnum í Kaupmannahöfn. Við það tækifæri hlaut Vigdís Finnsdóttir viðurkenningu Félags íslenskra kvenna í atvinnulífinu í Danmörku (FKA-DK) fyrir að hafa verið öðrum hvatning í starfi. Vigdís Finnsdóttir hefur verið búsett í Danmörku í rúm 20 ár og hefur, ásamt bróður sínum Björgvini og eiginmanninum Jesper Lehmann, unnið markvisst að því frá 2007 að kenna Dönum að borða fisk, með því að opna fiskbúðir með valið hráefni. Einnig reka þau Retreat, gæðakaffihús með smárétti, á sex stöðum í Kaupmannahöfn. Það fyrirtæki hefur notið velgengni og er nú með 65 starfsmenn í vinnu, flesta konur, þar af 25 frá Íslandi.

Hátíðin í sendiráðinu var í boði Helgu Hauksdóttur sem tók við sendiherraembættinu þar 1. ágúst síðastliðinn og er fyrsta konan til að gegna því í 99 ára sögu sendiráðsins.

Við þetta tækifæri ávarpaði Halla Benediktsdóttir gesti. Hún er formaður stjórnar FKA-DK og reyndar má rekja stofnun félagsins til hennar. „Fljótlega eftir að ég kom hingað til Kaupmannahafnar fyrir tíu árum áttaði ég mig á að það vantaði algerlega tengslanet meðal íslenskra kvenna hér. Áhuginn var fyrir hendi, félagið var stofnað 2014 og hefur vaxið og dafnað. Nú eru yfir 700 konur í því, fjölmargar þeirra hafa tekist á við áskoranir og unnið sigra á sínum velli. Félagið hefur sérstöðu að því leyti að í því eru allar konur sem eru í atvinnulífinu, ekki bara þær sem eru í stjórnunarstöðum eða eigendur fyrirtækja.“ Hún segir félagskonur hittast fjórum til sex sinnum yfir árið og stefna að því að halda kvennafrídaginn hátíðlegan með sams konar hætti á komandi árum.

Halla hefur verið umsjónarmaður Jónshúss í fjögur ár og býr þar líka. „Það er mjög stutt fyrir mig að fara í vinnuna, enda er ég alltaf í vinnunni!“

gun@frettabladid.is

†

Innilegar þakkir fyrir veitta samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar okkar elskulega eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

Garðars Sigurðssonar

vélvirkjameistara.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Landspítalans, heimahlynningar og líknardeildar LSH fyrir alúðlegt viðmót.

Erla Elísabet Jónatansdóttir
Jónatan Garðarsson **Rósa Sigurbergsdóttir**
Jenný Garðarsdóttir **Arnór Friðþjófsson**
Erla Björg Garðarsdóttir **Arnlaugur Ólafsson**
Hrafnhildur Garðarsdóttir **Sigurjón Þórðarson**
Kristín Garðarsdóttir **Hlynur Guðjónsson**
Drífa Garðarsdóttir **Ármann Úlfarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Ingibjörg Elíasdóttir

Njarðarvöllum 2, Reykjanesbæ,

lést á Hrafnistu, Nesvöllum, fimmtudaginn 17. október.
Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju, föstudaginn 1. nóvember kl. 13.00.

Jóhann Pétursson
Elías Ásgeir Jóhannsson **Margrét Hrönn Emilsdóttir**
Pétur Jóhannsson **Sólveig Einarsdóttir**
Margrét Sigrún Jóhannsdóttir **Werner Kalatschan**
Kristín Jóhannsdóttir
Jón Þorsteins Jóhannsson
Jóhann Ingi Jóhannsson **Mariana Tamayo**
barnabörn og barnabarnabörn.

„Sálmabókin er ekki bara söngbók dagsins í dag, heldur þarf að horfa til framtíðar," segir séra Jón Helgi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Sálmar að fornu og nýju

Í tilefni afmæla fyrstu sálmabóka þjóðarinnar í lúterskum sið og nýrrar bókar sem væntanleg er, verður fjallað um hlutverk sálma á málþingi í Neskirkju á mánudaginn.

Séra Jón Helgi Þórarinsson, sóknarprestur í Hafnarfjarðarkirkju, er formaður sálmabókarnefndar. Kveðst hafa tekið við því embætti eftir að Einar Sigurbjörnsson prófessor féll frá fyrr á þessu ári, en hann hafi leitt það starf lengi. Ég bið séra Jón Helga að segja mér aðeins frá málþingi sem haldið verður í Neskirkju á mánudaginn, 28. október, klukkan 16.

„Við ætlum að minnast þess að nú eru 430 ár frá því hin merka sálmabók Guðbrands biskups á Hólum kom út og akkúrat 400 ár frá útgáfu annarrar sálmabókar sem Guðbrandur stóð að líka. Sú var að mörgu leyti mun betri en hin fyrri, bæði komu þar fram margir nýir og góðir sálmar og nóturnar voru betur gerðar. Hún var notuð í um 200 ár. Svo stefnum við að útgáfu nýrrar sálmabókar að ári liðnu. Á málþinginu ræðir Margrét Eggertsdóttir, rannsóknarprófessor hjá Árnastofnun, um hlutverk sálmabóka í menningarlífi þjóðarinnar, ekki bara trúarlegt heldur líka hvað tungumálið snertir. Séra Kristján Valur Ingólfsson fjallar um gildi sálmabókar í nútímanum, meðal annars fyrir trúarlíf einstaklingsins, og Guðný Einarsdóttir organisti og Agnes biskup verða með innlegg og Margrét Bóasdóttir söngmálastjóri stjórnar. Ég lýsi svo vinnunni við nýju bókina."

Jón segir útgáfuna flókið og umfangsmikið verk. „Sálmabækur eru gefnar út með margra áratuga millibili svo enginn hefur beina reynslu af slíku. Síðasta kom út 1972, áður kom ný 1945 og þar áður 1886. Sálmabókin er því ekki bara söngbók dagsins í dag, heldur þarf að horfa fram á við. Framsetning efnis er með öðrum hætti hjá ungu kynslóðinni en þeirri eldri, en samtímis verðum við að varðveita arfinn, bæði texta og lög. Fyrst og fremst á sálmabókin að mæta helgihaldi kirkjunnar í messum og öðrum athöfnum en hún á líka að vera, eins og hún hefur alltaf verið, bók þeirra sem lesa sálma heima." gun@frettabladid.is

---

†

Eiginmaður minn,

Steinar Jóhannsson

frá Vestmannaeyjum,
Boðaþingi 12, Kópavogi,

lést á Vífilsstöðum 22. október.
Útförin fer fram í kyrrþey.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Ingigerður Axelsdóttir

---

†

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Súsanna Marta Vilhjálmsdóttir

lést á dvalarheimilinu Bæjarási,
Hveragerði, 15. október.
Útförin fer fram frá Hveragerðiskirkju
miðvikudaginn 30. október kl. 13.00.

Gunnar N. Einarsson **Guðrún Helgadóttir**
Grétar Einarsson **Óskar Á. Ástþórsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Sverrir Guðvarðsson

Hlaðhömrum 2 (áður Fálkahöfða 4),

lést á Landakotsspítala þriðjudaginn
22. október. Sérstakar þakkir til
starfsfólks Landakotsspítala L2 fyrir
frábæra umönnun. Útför hans fer fram frá Áskirkju
föstudaginn 1. nóvember klukkan 14.00.

Sigríður Bjarnason
Hjálmar Sverrisson
Oddrún Sverrisdóttir **Gísli Guðmundsson**
Sverrir Sverrisson **Kristrún Leifsdóttir**
Pétur Sverrisson **Helena Ragnarsdóttir**
Karl Friðrik Sverrisson **Susan Ellekær**
Birgir Þór Sverrisson **Kolbrún Eva Valtýsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Þökkum auðsýnda samúð og
vinarhug við andlát og útför ástkærrar
móður okkar, tengdamóður,
ömmu og langömmu,

Auðar Guðvinsdóttur

Njarðarvöllum 6, Njarðvík.

Hjartans þakkir til allra sem sýndu henni
umhyggju og ástúð uns yfir lauk. Sérstakar þakkir til
Kvenfélagsins Gefnar fyrir ómetanlegt framlag.

Kærleikskveðja,
f.h. aðstandenda,

Þóra Harðardóttir
Gígja Harðardóttir
Halla Huld Harðardóttir
Hugrún Dögg Harðardóttir
Jörundur Guðni Harðarson
Anna Heiða Harðardóttir

---

†

Innilegar þakkir til allra sem auðsýndu
okkur samúð og hlýhug við andlát
og útför okkar ástkæru eiginkonu,
móður, tengdamóður, ömmu
og langömmu,

Sonju Ásbjörnsdóttur

Gunnlaugsgötu 18,
Borgarnesi.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Brákarhlíðar fyrir
góða umönnun og hlýju.

Örn R. Símonarson
Unnur Hafdís Arnardóttir **Bjarni Knútsson**
Ragnheiður Harpa Arnardóttir **Guðjón Kristjánsson**
Jónína Erna Arnardóttir **Vífill Karlsson**

---

†

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og systir,

Sigríður Þorleif Þórðardóttir

Staðarhrauni 23, Grindavík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja,
laugardaginn 19. október.
Útförin fer fram frá Grindavíkurkirkju,
miðvikudaginn 30. október kl. 14.00.

Ingibjörg Marín Björgvinsdóttir Jón Fanndal Bjarnþórsson
Björgvin Björgvinsson
Hanna Margrét, Sigríður Emma, Elísabet Inga,
Kristjana Marín, Sylvía Björg, Svala María
og systur hinnar látnu.

---

†

Elskuleg frænka okkar,

Svava Sveinsdóttir

Hamrahlíð 25, Reykjavík,

lést sátt við Guð og menn
fimmtudaginn 3. október á dvalar-
og hjúkrunarheimilinu Grund.
Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey.
Sérstakar þakkir til hjúkrunarfólks Grundar.

Systkinabörn.

---

†

Elskulegur faðir minn,
sonur, bróðir og mágur,

Sigfús Indriði Bragason

Lækjarmóti 15, Sandgerði,

lést á Landspítalanum í Fossvogi
laugardaginn 12. október.
Útförin fer fram frá Sandgerðiskirkju,
fimmtudaginn 31. október kl. 13.00.

Benedikt Þór Sigfússon
Bragi Harðarson
Sigríður Ragnarsdóttir **Lúther Olgeirsson**
Kristín Bragadóttir
Ólafur Bragason **Ingibjörg Þórarinsdóttir**
Helgi Bragason
Árni Bragason **Unnur Björnsdóttir.**

---

†

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð
og hlýhug við andlát og útför ástkærs
eiginmanns míns, föður okkar,
tengdaföður og afa,

Dr. Halldórs I. Elíassonar

stærðfræðings og prófessors emeritus
við Háskóla Íslands.

Sérstakar þakkir til alls starfsfólks blóðlækningadeildar
Landspítala fyrir alúð og góða umönnun.

Björg Cortes Stefánsdóttir
Stefán V. Halldórsson
Anna Margrét Halldórsdóttir **Haraldur Darri Þorvaldsson**
Steinar Ingimar Halldórsson **Xue Li**
Halldór Alexander Haraldsson **Jökull Ari Haraldsson**
Hugrún Eva Haraldsdóttir
Ari Cortes Li Steinarsson **Aron Cortes Li Steinarsson**

---

†

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir og amma,

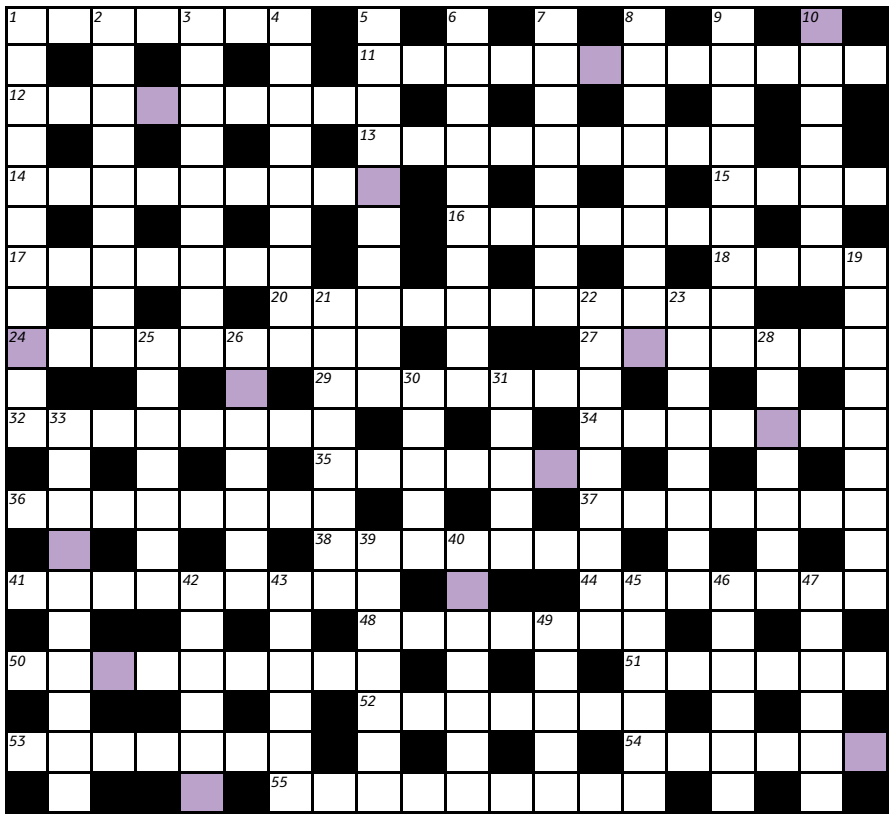
Sólveig Kristinsdóttir

Kirkjuvegi 1, Keflavík,

lést í faðmi fjölskyldunnar
á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja,
mánudaginn 21. október.
Útförin mun fara fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Steinar Bjarnason
Brynjar Steinarsson **Kolbrún Guðjónsdóttir**
Jón Steinar, Ástrós, Eyþór Ingi
Lilja Kristrún Steinarsdóttir
Birkir Orri og Fjóla Margrét

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

VINNUFATNAÐUR

B	L	Á	S	A	R	A		S		S		G		B	R	Á	Ð	U	M
A		T		L		S	Á	T	T	M	Á	L	A	R		R		N	
R	Ó	F	U	N	U	M		R		A		A		Ú	T	V	E	G	I
Ð		Í		E		A		Í	S	L	A	N	D	S		I		L	
A	U	K	A	T	E	K	I	Ð		A		S		A	Ð	S	K	I	L
S		L		I		A		S	A	F	N	M	U	N		S		Ð	
T	R	A	U	Ð	A	S	T	A		E		Y		N	Á	T	T	A	R
R			T			T		G	Á	R	U	N	N	A	R		A		Á
Ö	L	V	A	G	N	A	N	A		Ð		D			A	R	G	A	N
N			N		Ý		Ý		V	I	T	A	M	Á	L		L		S
D	A	G	B	Æ	K	U	R	N	A	R			A		A		T		M
	F		Ó		L		Æ		R		G	R	U	N	N	F	Æ	R	A
S	T	A	K	K	A	S	K	I	P	T	I		K		G		K		N
	U		A		S		T		I		F	Ú	S	K	A	R	I	N	N
Á	R	B	R	E	S	T	I	N	N		S		Ý			A		Á	A
	V		N		Í		N		U	M	L	I	Ð	I	N	N	A	R	
L	I	T	Á	Í	S	K	A	R			Ö			L		G		U	
	R		M		K			E	I	N	G	I	L	D		L		N	
S	K	R	I	F	A	N	D	I			I			Ý	V	I	Ð	U	R
	T		Ð		N			M	A	N	N	F	Á	R		Ð		M	

LAUSNARORÐ: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman myndast samgöngumannvirki. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 1. nóvember á krossgata@frettabladid.is merkt „26. október“.

FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Morðið í Snorralaug** eftir **Stellu Blómkvist** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Helga Gísladóttir, Kópavogi.**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

1 Það sem snubbóttast er gæti orðið fyrir hnjaski (7)
11 Böl er himinhvelfing og refsing liggur við (12)
12 Frá spilltu að hreinsuðu (9)
13 Sú hálffrosna er mótfallin derringi (9)
14 Harma átök um raunaljóð (9)
15 Gast þess sem nefnt var rugl (4)
16 Gefa ekki réttu fæðuna fyrir ferð í þessi göng (7)
17 Löng og loðin, já, mjög loðin (7)
18 Það fer heill mánuður í svona göngu (4)
20 Sakna örlætis hins göfuglynda frumbyggja (11)
24 Fjötrar auka festuna, sem var þó ærin fyrir (9)
27 Tek sveig á leið að hjarta mannsins (7)
29 Æ, féll amma Jesú fyrir hendi þrjótanna? (7)
32 Aflangar rugludollur og forfeður þeirra (8)
34 Notar ekki mörg trix, enda lélegir vinningar í boði (7)
35 Þessi orrusta var sem ofsarok, slíkur var krafturinn (7)
36 Hún er svo klár að það er bara rugl, en hann er of klókur (8)
37 Nú nær Anna lúr, galdrajurtin sér til þess (7)
38 Óupplýstara grænmeti er vandfundið (7)
41 Múrefni dekkar bilið milli báts og bryggju (9)
44 Gleymdu pípinu úr Hvíta húsinu (7)
48 Allir með púls vaða í vígaferli (7)
50 Hugskot mitt geymir draumaskóg (9)
51 Sú stinna kemst næst kjarnanum þótt ringluð sé (6)
52 Úrskurðar fant sekan eftir löng réttarhöld (7)
53 Kornbleik hvíla þau í mjúku glingrinu (7)
54 Þessar eru hvorki sterkar né í stuði (6)
55 Finn blámann í blautlendinu (9)

LÓÐRÉTT
1 Set máltíð í matardall fyrir hátíð og hjal um Panama og Tortólu (11)
2 Skynja enduróm ferðar forneskjulegs farartækis (9)
3 Hræðir fólk eða hræðist fólk? Þar er efinn (9)
4 Truflaðar leita sinna líkra (9)
5 Draugabelti við dimman stíg (10)
6 Splæsi í heimili fólksins í landinu (10)
7 Gleyptir þú kært kvenfólk? (8)
8 Hress trekkir konur í álögum (9)
9 Hánótt – og ég í félagi við hræddan gaur (9)
10 Þessar eru hvorki langar né lengi að hlutunum (7)
19 Seint hvöttu þau brúnaþungu bræðurna (9)
21 Rónakaka ruglar eigendur yfirhafna (8)
22 Þessi taska fer á safn sem sú tættasta og fægðasta í bænum (9)
23 Hvar finn ég skáld sem gætir heiðurs síns? (8)
25 Krafl klóar hefst við upptök hennar (7)
26 Graf rímar við raf og kvíslar við píslar ef rétt er raðað (7)
28 Sykurgums á öldutoppi (7)
30 Hnýtum ól um hol orð og hættuleg (5)
31 Set óviðeigandi korn í kvæði nílhesta (5)
33 Hér er sagt frá slysunum og tapinu sem þau ollu (10)
39 Tókum séns og töluðum um kind (7)
40 Þar sem sjór lokar augum (7)
42 Hún ól afkvæmi, og afkvæmið er hér (6)
43 Þolum sudda með þjórunum (6)
45 Það sem er gilt hverju sinni jafnast á við lausn (6)
46 Ranar í öll mál (6)
47 Sólbað á veraldarvefnum gefur snotran lit (6)
49 Þar hvíldi ákveðin kona, seinvirk og roluleg (5)

LÉTT

2	3		4		1		9	7
	7		9	8	2			
				5		4	2	
	2	6	1	3		9	8	
9			7				6	
	1	8						
3								
			8			7	4	
1			6	2	4	3		

MIÐLUNGS

3	7				8		5	
			5					
	9	1		7	3			
						5		
8	4	3			5			
9	6		7	2			1	
2				9			3	
		8	6			9		2
	5		4				7	

ÞUNG

	6		8			9	1	
		1	6				4	3
	5			2		6		
4		6						9
	9			4				
			9	3			5	
	4			5	7		8	
1								
2		5			1			

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.

2	1	7	3	6	8	5	4	9
8	5	6	4	1	9	3	2	7
4	9	3	5	2	7	8	6	1
6	8	4	2	9	3	7	1	5
3	2	5	7	4	1	9	8	6
9	7	1	6	8	5	4	3	2
5	6	8	9	3	2	1	7	4
1	4	9	8	7	6	2	5	3
7	3	2	1	5	4	6	9	8

2	9	5	1	7	6	4	8	3
1	8	4	3	9	5	2	7	6
3	6	7	4	8	2	5	9	1
9	4	6	5	2	7	3	1	8
5	3	2	8	1	9	7	6	4
7	1	8	6	3	4	9	2	5
8	5	9	7	6	3	1	4	2
4	2	1	9	5	8	6	3	7
6	7	3	2	4	1	8	5	9

3	4	9	7	5	6	8	2	1
2	1	6	9	4	8	3	5	7
5	8	7	2	1	3	9	4	6
4	6	1	8	9	7	5	3	2
7	9	5	3	2	1	4	6	8
8	2	3	5	6	4	7	1	9
6	3	4	1	7	9	2	8	5
9	5	8	6	3	2	1	7	4
1	7	2	4	8	5	6	9	3

Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik

Hartson átti leik gegn Whitely í Englandi árið 1974.

1. Dg8+! Hf8 2. Dg6+!! Dxg6 3. Hexe7+ Kd8 4. Hbd7# 1-0.

Íslenska landsliðið í skák varð að sætta sig við naumt tap gegn sterkri sveit Serba í 2. umferð á EM landsliða.

www.skak.is: EM landsliða – hlaðvarp.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

NÝIR ÍSLANDSMEISTARAR

Sigrún Þorvarðsdóttir og Sigríður Friðriksdóttir unnu sigur á Íslandsmótinu í tvímenningskeppni kvenna sem haldið var um síðustu helgi. Alls tóku 16 pör þátt í þessari keppni og Sigrún og Sigríður höfðu sigur á lokakaflanum, eftir mikla baráttu um sigurinn. Svala Pálsdóttir og Harpa Fold Ingólfsdóttir höfnuðu í öðru sæti og Anna Þóra Jónsdóttir og Ljósbrá Baldursdóttir í þriðja sæti (eftir að hafa leitt lengi vel í þessu móti). Sigrún og Sigríður enduðu með 58,6% skor, Harpa Fold og Svala fengu 57,1% og Anna Þóra og Ljósbrá 56,8%. Sigrún og Sigríður fögnuðu sigri af því þær voru harðar í sögnum og stóðu mikið af þeim samningum sem þær sögðu sig í. Eitt af þeim spilum var þetta. Norður var gjafari og enginn á hættu.

Norður
♠ 1054
♥ D
♦ D10872
♣ KD87

Vestur
♠ K8763
♥ G10982
♦ K94
♣ -

Austur
♠ ÁD2
♥ AK654
♦ G63
♣ 53

Suður
♠ G9
♥ 73
♦ Á5
♣ ÁG109642

Þetta var spil eitt í þriðju lotu (af 3). Flest pör enduðu í 4♥ í AV en tvö pör fengu að spila 5♣ dobluð (í NS) sem fóru 2 niður (300). Sigrún og Sigríður voru eina parið í AV sem sagði sig alla leið upp í hjartaslemmu. Austur opnaði á hjarta og slemman náðist eftir að vestur fyrirstöðusagði lauf á eyðuna. Sá samningur var auðveldur til vinnings eftir tígulásinn út. Fyrir 6♥ fékkst hreinn toppur 14-0 en það gaf yfir meðalskor að enda í 4♥ (8-6). Svo sérkennilega sem það hljómar, hefði tígulútspil undan ás öðrum verið erfitt fyrir sagnhafa, sem seint hefði fundist við borðið!

Rannsóknaráðstefna Vegagerðarinnar

Vegagerðin heldur árlega rannsóknaráðstefnu sína föstudaginn 1. nóvember í Hörpu (Kaldalón)

Þessi ráðstefna er sú 18. í röðinni og er ætlað að endurspegla afrakstur hluta þess rannsókna- og þróunarstarfs, sem styrkt er af rannsóknasjóði Vegagerðarinnar.

Hægt er að skrá sig á ráðstefnuna á vef Vegagerðarinnar (vegagerdin.is) upplýsingar undir *Fréttir*. Skráning er til og með 30. október. Þátttökugjald er 16.000 kr. og 4.500 kr. fyrir nema og eftirlaunaþega.

Dagskrá

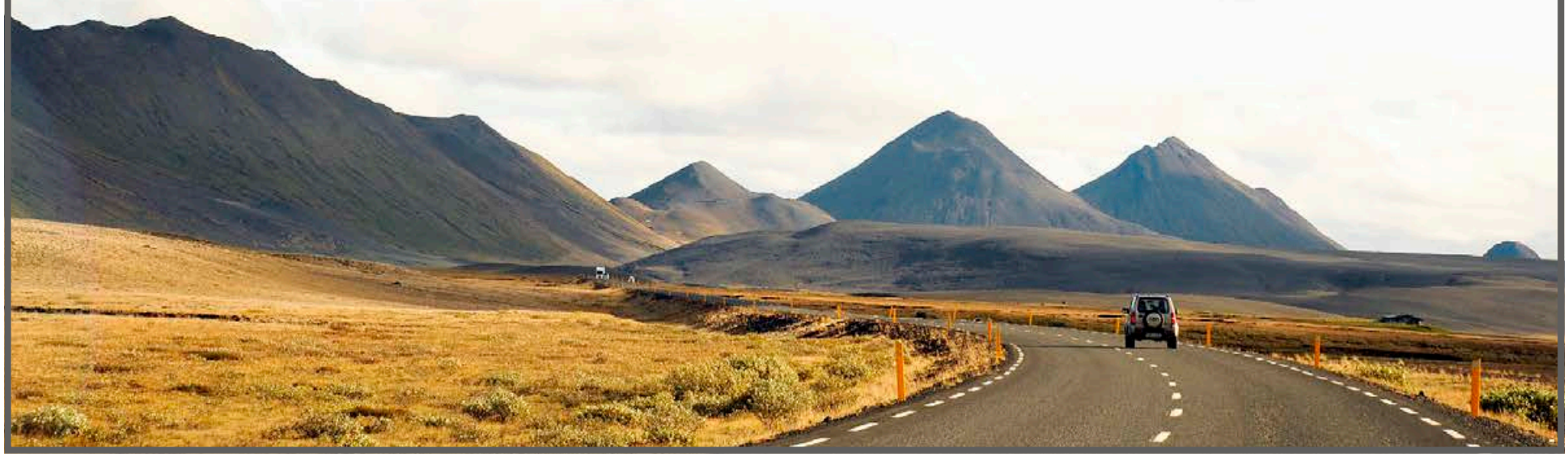
08:00-09:00	**Skráning**
09:00-09:15	Setning
09:15-09:45	Hvað mun okkur finnast? - Um gildismat framtíðarinnar, *Bergur Ebbi, rithöfundur, ljóðskáld og ritgerðarsmiður.*
09:45-10:00	Notkun Coltrack við að gera malarvegi að bundu slitlagi á Íslandi, *Björk Úlfarsdóttir, Malbikunarstöðin Hlaðbær Colas hf.*
10:00-10:15	Endurvinnsla frálagsefna í vegagerð, *Þorbjörg Sævarsdóttir, EFLA*
10:15-10:45	**Kaffi**
10:45-11:00	Umhverfisvæn brúarsteypa, *Ólafur Wallevik, Rb við Nýsköpunarmiðstöð Íslands*
11:00-11:15	Úttektir og ástandsmat klæðinga á Vestfjörðum, *Pétur Pétursson, PP-ráðgjöf*
11:15-11:30	Burðargeta steyptra brúa - brotprófun brúar á Steinavötn, *Guðmundur Valur Guðmundsson, Vegagerðin*
11:30-11:45	Þróun á kerfi sjávarborðsmælinga, *G. Orri Gröndal, Vegagerðin*
11:45-12:00	Umræður og fyrirspurnir
12:00-13:00	**Matur**
13:00-13:15	Mikilvægi mótlægra umferðarljósa, *Haraldur Sigþórsson, VHS*
13:15-13:30	Slysagreining. Ávinningur af óhindruðum beygjustraumum, *Anna Guðrún Stefánsdóttir, Verkís*
13:30-13:45	Rannsóknarverkefni um mat á tíðni rauðljósaaksturs, *Berglind Hallgrímsdóttir, EFLA*
13:45-14:00	Áhrif 5G á samgönguinnviði í framtíðinni, *Hrönn Karolína Sch. Hallgrímsdóttir, Mannvit*
14:00-14:15	Samflutningur farþega og farms - bættar almenningssamgöngur á landsbyggðinni, *Andreas Macrander, Hjólafærni, Sesselja Traustadóttir, Hjólafærni og Ingi Gunnar Jóhannsson, Hugarflug ehf.*
14:15-14:30	Áreiðanleiki hviðuspáa í Harmonie-Arome líkaninu, fylgni spáa, viðvarana og mælinga, *Elín Björk Jónasdóttir og Ingibjörg Jóhannesdóttir, Veðurstofan*
14:30-14:45	Umræður og fyrirspurnir
14:45-15:15	**Kaffi**
15:15-15:30	Greining á kerfum og vinnuumhverfi í vaktstöð Vegagerðarinnar, *Halla Katrín Svölu- og Arnardóttir, EFLA*
15:30-15:45	Rafbílar - áhrif á hljóðstig og tíðniróf, *Ólafur Daníelsson, EFLA*
15:45-16:00	Losun svifryks frá gatnakerfinu á höfuðborgarsvæðinu - ferlar og líkan [erindi flutt á ensku], *Brian Barr, Háskóli Ísland*
16:00-16:15	Samsetning og uppruni svifryks í Hvalfjarðargöngunum, *Gísli Guðmundsson, Rb við Nýsköpunarmiðstöð Íslands*
16:15-16:30	Greining á samfélagslegum og hagrænum ávinningi bættra samgangna - rýni á rannsóknaraðferðum, *Eva Dís Þórðardóttir, EFLA*
16:30-16:45	Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna og Vegagerðin, *Bryndís Skúladóttir, VSÓ Ráðgjöf*
16:45-17:00	Umræður og fyrirspurnir
17:00 -	Ráðstefnuslit, léttar veitingar í boði Vegagerðarinnar

Glærur og ágrip fyrirlestra verður hægt að finna á vef Vegagerðarinnar að ráðstefnu lokinni.

Vegagerðin vinnur að innleiðingu *Grænna skrefa í ríkisrekstri* og hvetur þátttakendur til huga að lágmörkun umhverfisáhrifa, svo sem með notum á vistvænum ferðamáta til og frá ráðstefnunni og þátttöku í úrgangsflokkun

VEGAGERÐIN

ÖRYGGI
FRAMSÝNI
ÞJÓNUSTA
FAGMENNSKA



KRAKKAR

Konráð og félagar á ferð og flugi

375

„Jæja já, tölusúpa," sagði Kata og virtist ekki vera par hrifin. „Hvað eigum við að gera við þessa tölusúpu?" Lísaloppa las leiðbeiningarnar. „Við eigum að byrja á bláu tölunni tveir og með því að fylgja bara sléttum tölum lóðrétt og lárétt, finna leið upp á töluna 4 á toppi teningsins." „Sléttar tölur og oddatölur, það kann ég," sagði Kata hróðug. „Eru annars 2,4,6 og 8 ekki sléttar tölur?" „Jú," sagði Lísaloppa. „Þá vindum við okkur bara í þetta," sagði Kata ákveðin. „Ekki eftir neinu að bíða."

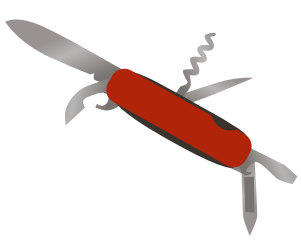
4	2	8	6	7	2	4	6	7	2	3	6
8	7	7	5	6	4	7	8	4	2	5	2
2	4	2	4	2	5	2	1	5	3	7	6
7	6	8	5	6	4	8	6	3	2	9	4
8	4	7	2	1	8	7	2	4	8	3	2
4	7	5	8	4	5	2	6	6	2	4	8
2	6	2	7	2	5	2	1	2	6	2	7
1	4	5	8	1	3	6	4	2	5	4	6
2	8	9	4	8	4	2	6	7	3	9	2
4	7	5	2	1	2	1	5	3	4	8	6
8	1	6	4	3	6	4	7	6	2	7	2
2	6	2	7	8	3	2	8	2	1	5	6

Getur þú fundið leiðina í gegnum talnateninginn

Gátur

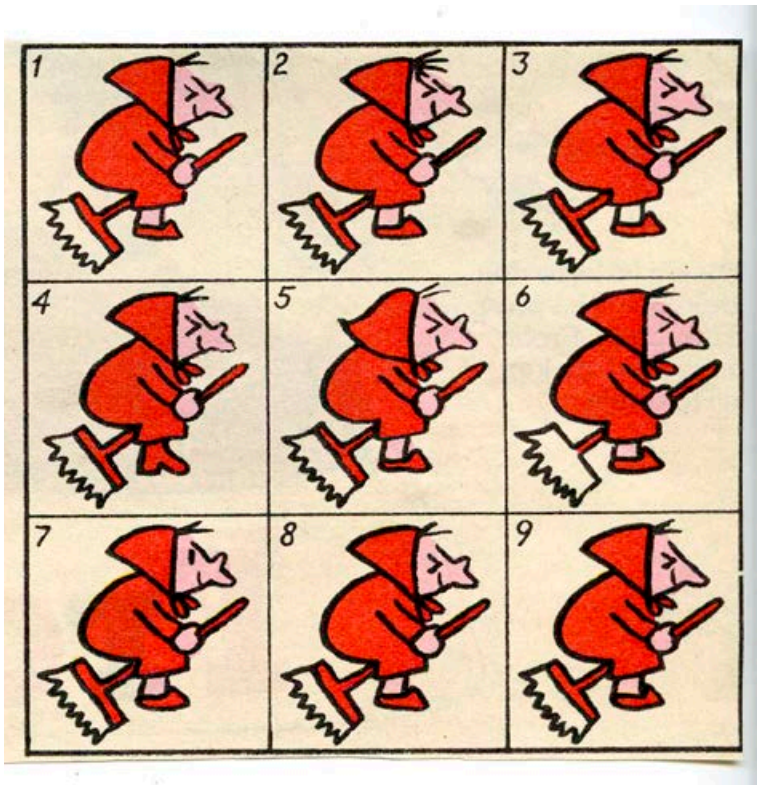
1. Hvað er það sem gengur án afláts en kemst aldrei til dyra?
2. Kringlótt eins og kaka, svört eins og moldin en með langt skott. Hvað er það?

3. Í hvaða mánuði borða menn minnst?
4. Hvað eru mörg manna- og bæjarnöfn á vasahníf?



Svör 1: Klukkan. 2: Steikarpanna. 3: Febrúar, hann er stystur. 4: Oddur, Hjalti, Skafti, Bakki, Kinn, Egg

Nornaþraut



Hér eru níu nornir fljúgandi á kústum. Hvaða tvær myndir eru eins?

Rakel Líf langar að verða mjög góð í fimleikum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Draumar geta ræst

er uppáhaldslagið

Rakel Líf Jonathansdóttir er átta ára en verður níu ára í nóvember. Það skemmtilegasta sem hún gerir á heimilinu er að baka.

Rakel Líf, í hvaða skóla ertu og hvert er eftirlætisfagið þitt? Ég er í Salaskóla og mér finnst skemmtilegast að vera í smiðjum.

Hvernig leikur þú þér helst í frímínútunum? Ég reyni alltaf að gera eitthvað nýtt en mér finnst gaman að róla og leika mér í hreystibrautinni sem er á skólalóðinni.

Hvað finnst þér skemmtilegast að gera á heimilinu? Ég hjálpa stundum til við að elda mat en mér finnst skemmtilegast að baka.

Hefur þú einhvern tíma orðið hrædd? Já, ég er stundum smá hrædd við dýr.

Hver eru helstu áhugamálin þín? Ég er að æfa fimleika í Gerplu og svo finnst mér gaman að syngja. Líka að teikna og mála.

Áttu þér eitthvert uppáhaldslag? Já, Draumar geta ræst sem Jón Jónsson syngur, það er uppáhaldslagið mitt.

Hver er besta bók sem þú hefur lesið? Bókin Verstu börn í heimi, 1 og 2.

En uppáhalds tölvuleikurinn? Ég man ekki eftir neinu sérstöku nafni en ég leik mér aðallega í símanum mínum ef ég er að spila tölvuleiki.

Áttu þér eftirlætisstað á Íslandi, annan en hverfið þitt? Mér finnst skemmtilegt að vera á Akureyri, Egilsstaðir eru líka í uppáhaldi af því afi og amma eiga heima þar og svo er gaman að fara til Vestmannaeyja.

Hefur þú farið til útlanda? Ég hef komið til Danmerkur og það var mjög gaman. Ég fékk að fara í Tívolí og prófa öll tækin!

Hvað langar þig að verða þegar þú verður stór? Mig langar að verða mjög góð í fimleikum.

ÉG REYNI ALLTAF AÐ GERA EITTHVAÐ NÝTT EN MÉR FINNST GAMAN AÐ RÓLA OG LEIKA MÉR Í HREYSTIBRAUTINNI SEM ER Á SKÓLALÓÐINNI.

KOMDU MEÐ Í FERÐALAG UM ÆVINTÝRAHEIMA VÍSINDANNA!

LIFANDI VÍSINDI

FRÁBÆRT ÁSKRIFTARTILBOÐ!

Í TILEFNI AF **22 ÁRA AFMÆLI** LIFANDI VÍSINDA
FÆRÐU NÝJASTA TÖLUBLAÐIÐ Á **AÐEINS 22 KRÓNUR.**

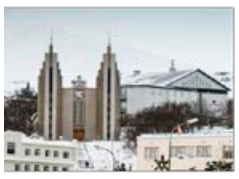
FARÐU INN Á **WWW.VISINDI.IS/ASKRIFT** OG KYNNTU ÞÉR ÞETTA FRÁBÆRA ÁSKRIFTARTILBOÐ!

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
2 °C | 3 ↙	-2 °C | 5 →	0 °C | 3 ↘
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
1 °C | 5 ↙	3 °C | 4 ↙	-6 °C | 5 ↓

Hæg norðlæg eða breytileg átt í dag, en 8-13 við SA-ströndina framan af. Víða léttskýjað, en dálítil él NA-lands fram eftir degi. Frost 0 til 9 stig, kaldast inn til landsins.

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík	3 °C | 1 ↘	4 °C | 2 ↑	4 °C | 3 ↑	4 °C | 3 ↖	5 °C | 3 ↖
Ísafjörður	0 °C | 6 ↗	3 °C | 3 ↗	3 °C | 2 ↑	1 °C | 2 ↑	1 °C | 2 ↗
Akureyri 	1 °C | 2 ↖	-6 °C | 2 ↑	-1 °C | 2 ↑	-1 °C | 2 ↑	0 °C | 2 ↑
Egilsstaðir	2 °C | 2 ↑	-7 °C | 3 ↑	-4 °C | 3 ↑	0 °C | 2 ↑	-3 °C | 3 ↑
Kirkjubæjarklaustur	3 °C | 1 ↘	3 °C | 2 ↘	3 °C | 4 ↘	4 °C | 3 ↘	2 °C | 1 ↙
Hveravellir	-4 °C | 3 ↘	-2 °C | 1 ↑	-2 °C | 3 ↑	-1 °C | 3 ↑	0 °C | 5 ↑

Áskorun um kröfulýsingu – ICELAND ADVICE EHF.

Ferðaskrifstofuleyfi Iceland Advice ehf., kt. 490316-1240, Flatahrauni 31, 220 Hafnarfirði, hefur verið fellt úr gildi þar sem ferðaskrifstofurekstri hefur verið hætt.

Starfsemi ferðaskrifstofunnar var tryggingaskyld vegna sölu pakkaferðar og samtengdrar ferðatilhögunar samkvæmt VII. kafla laga nr. 95/2018 um pakkaferðir og samtengda ferðatilhögun.

Samkvæmt 25. gr. er tryggingunni ætlað að endurgreiða fé sem viðskiptavinur hefur greitt vegna pakkaferðar eða samtengdrar ferðatilhögunar.

Með vísan til 27. gr. er hér með skorað á þá viðskiptavini fyrirtækisins, sem telja sig eiga kröfu á hendur því vegna kaupa á pakkaferð eða samtengdri ferðatilhögun að leggja fram skriflegar kröfulýsingar í tryggingarféð fyrir 30. desember n.k.

Kröfulýsingu skal senda inn í rafrænt í gegnum þjónustugátt á vefsíðu Ferðamálastofu, en þar er að finna form til að skrá kröfulýsingu. Með kröfulýsingu skulu fylgja fullnægjandi gögn til sönnunar um kröfuna, svo sem kvittanir fyrir greiðslu eða millifærslu.

Nánari upplýsingar eru veittar í síma 535 5500, á netspjalli stofnunarinnar eða á netfanginu mail@ferdamalastofa.is.

F. h. Ferðamálastofu,
Nanna Björnsdóttir, lögfræðingur

FERÐA MÁLA STOFA
ICELANDIC TOURIST BOARD

HLAÐVARPIÐ
á frettabladid.is
hlustaðu þegar þér hentar

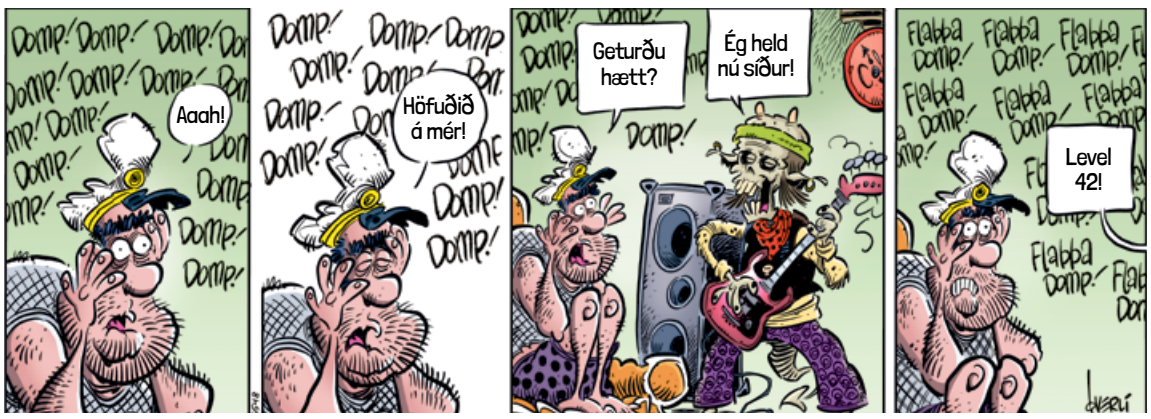
Lifum lengur

Helgin

FRETTABLADID.IS

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

NIVEA

SÉRSTAKLEGA ÞRÓAÐ FYRIR VIÐKVÆMA HÚÐ

Q10 POWER

FYRIR VIÐKVÆMA HÚÐ

- FYRIR SLÉTTARI OG HEILBRIGÐARI HÚÐ
- 100% ILMEFNALAUST
- GEFUR MIKINN RAKA

Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

Kristín Morthens opnar sýningu í Gallery Porti, Laugavegi 23b

26. OKTÓBER 2019

Fjölskyldudagskrá

Hvað? Finndu geirfuglinn!
Hvenær? 10.00-18.00
Hvar? Landnámssýningin Aðalstræti 16
Ratleikur um Landnámssýninguna og rúnapúsl. Ókeypis aðgangur fyrir börn og fullorðna í þeirra fylgd.

Hvað? Grímusmiðja
Hvenær? 11.30
Hvar? Lindasafn, Kópavogi
Efni og leiðbeinandi á staðnum. Fjölskyldustundir eru opnar öllum, ókeypis.

Hvað? Hrekkjavökusögustund
Hvenær? 13.00
Hvar? Bókasafn Kópavogs, aðalsafn
Bergdís Júlía Jóhannsdóttir leikkona stýrir. Má mæta í búningi.

Hvað? Hljóðnostur
Hvenær? 14.00
Hvar? Gryfjan, Ásmunarsal
Vinnustofa fyrir 15 ára og eldri. Kennari: Þóranna Dögg Björnsdóttir, tónlistar- og myndlistarmaður. Verð: 1.000 kr.

Hvað? Neðansjávar sýndarveruleiki
Hvenær? 14.00-16.00
Hvar? Sjóminjasafnið í Reykjavík
Fornleifarannsókn neðansjávar. Ókeypis aðgangur fyrir börn og fullorðna í þeirra fylgd.

Myndlist

Hvað? Sýningaropnun
Hvenær? 14.00-17.00
Hvar? Deiglan, Akureyri
Candice Almaliza Selkie opnar sýninguna Only the cold air can wake me / Aðeins kalda loftið getur vakið mig. Léttar veitingar í boði.

Hvað? Gjörningur
Hvenær? 15.00
Hvar? Listasafnið á Akureyri
Knut Eckstein færir sýningu sína, „ég hefenganáhuga á nokkrusemerstærraen lífið“ í endanlegt form.

Hvað? Það sem fer í hring
Hvenær? 16.00
Hvar? Gallery Port, Laugavegi 23b.
Kristín Morthens opnar sýningu.

Tónlist

Hvað? Langspilsvaka
Hvenær? 14.00
Hvar? Austur-Meðalholt, Flóa
Sýning á langspilum sem nemendur Flóaskóla smíðuðu, rímur og tvennir tónleikar.

Hvað? Fágæti fyrir fagott
Hvenær? 15.15
Hvar? Breiðholtskirkja
Aðalgestur er franski fagottleikarinn Franck Leblois.

Kammersveit Reykjavíkur heldur tónleika í Norðurljósum, Hörpu, síðdegis.

Hvað? Þýsk sálumessa
Hvenær? 17.00
Hvar? Neskirkja
Kór Neskirkju, Sinfóníuhljómsveit áhugamanna og tveir einsöngvarar, samtals um 100 manns, flytja sálumessu eftir Brahms.

Hvað? Tríóið Hist
Hvenær? 20.30
Hvar? Mengi, Óðinsgötu
Tríóið skipa Eiríkur Orri Ólafsson, Róbert Sturla Reynisson og Magnús Trygvason Eliassen. Miðaverð er 2.500 kr.

Orðsins list

Hvað? Heima
Hvenær? 13.00-14.00
Hvar? Árbæjarsafn – Kornhúsið
Í fyrirlestri mun mannfræðingurinn dr. Nína Rós Ísberg leggja út af hugtakinu „heima“.

Hvað? Mælt fyrir minni skálds
Hvenær? 16.00
Hvar? Þjóðleikhússkjallarinn
Lífshlaup og ferill Guðmundar Steinssonar leikskálds kynntur af leikurum. Aðgangseyrir 2.500 kr.

Hvað? Útgáfuhóf
Hvenær? 17.00
Hvar? Norræna húsið
Ljóðabókin Litli drengurinn og beinagrindin eftir Beini Bergsson í þýðingu Guðrúnar Brjánsdóttur kynnt.

Aðrir viðburðir

Hvað? Kjötsúpudagur
Hvenær? 14.00-16.00
Hvar? Skólavörðustígur
Fjöldi skemmtiatriða.

Hvað? Hrekkjavökugrímusmiðja
Hvenær? 13.00-16.00
Hvar? Árbæjarsafn – Kornhúsið
Allt hráefni á staðnum og leiðbeinandi. Nýbakaðar og ilmandi lummur í Árbæ. Ókeypis aðgangur fyrir börn og fullorðna í þeirra fylgd.

Hvað? Haust, hringrás, náttúra
Hvenær? 14.00
Hvar? Gryfjan, Ásmundarsal
Vinnustofa fyrir 4 ára og eldri. Kennari: Karlotta Blöndal, myndlistarmaður. Verð: 1.000 kr.

Tónlist

Hvað? Maxatónleikar
Hvenær? 11.30.
Hvar? Harpa
Sinfóníuhljómsveit Tónlistarskóla Hafnarfjarðar og Strengjasveit Tónlistarskóla Garðabæjar leika.

Hvað? Síðdegissveifla
Hvenær? 15.00
Hvar? Norræna húsið
Reynir Sigurðsson, Guðmundur Pétursson, Gunnar Hrafnsson og Einar Scheving flytja lög eftir Oddgeir Kristjánsson í léttum djassútsetningum. Aðgangur 2.000 kr.

Hvað? Tveir Frakkar og Schumann
Hvenær? 16.00
Hvar? Norðurljós, Hörpu
Kammersveit Reykjavíkur leikur.

Hvað? Glænýr verk
Hvenær? 20.30.
Hvar? Mengi við Óðinsgötu
Ingólfur Vilhjálmsson flytur einleiksverk fyrir klarinettur og önnur hljóðfæri. Miðaverð: 2.000 kr.

Myndlist

Hvað? Sýningaropnun
Hvenær? 14.00
Hvar? Gallerí Fold, Rauðarárstíg
Einkasýning Hrafnhildar Ingu Sigurðardóttur, 987,9 hektóPaskö, opnuð.

Aðrir viðburðir

Hvað? Opið hús
Hvenær? 12.00-18.00
Hvar? BARA, Lyngási 7-9, Garðabæ
Í tilefni af alþjóðlegum degi iðjuþjálfunar verður verkstæðið opið.

Hvað? Þjóðhátíð
Hvenær? 16.00
Hvar? Þjóðleikhússkjallarinn
Einn af eldri leikjum Guðmundar Steinssonar endurfluttur, fimmtíu árum eftir fyrsta og eina flutning hans. Aðgangseyrir 2.500 kr.

Hvað? Tómasarmessa
Hvenær? 20.00
Hvar? Breiðholtskirkja, Mjódd
Fimm prestar og djáknar sjá um altarisþjónustu, sr. Kristján Björnsson vígslubiskup predikar, Matthías V. Baldursson og Páll Magnússon leiða tónlist og Gospelkór Smárakirkju kemur í heimsókn.

Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

27. OKTÓBER 2019

Fjölskyldudagskrá

Hvað? Fjölskylduleiðsögn
Hvenær? 11.00-12.00
Hvar? Listasafnið á Akureyri
Heiða Björk Vilhjálmsdóttir fræðslufulltrúi segir frá sýningum Bjargar Eiríksdóttur, Knut Eckstein og Halldóru Helgadóttur. Gestum boðið að búa til eigið listaverk, innblásið af verkum listamannanna.

Hvað? Komdu og sjáðu!
Hvenær? 13.00-17.00
Hvar? Ljósmyndasafn Reykjavíkur
Léttur þrautaleikur fyrir krakka og fjölskyldur þeirra.

1989 30 ÁRA 2019
KOMDU Í KOLAPORTIÐ
OPIÐ ALLAR HELGAR
FRÁ KL. 11.00-17.00
KOLAPORTIÐ
DÁSAMLEG DEILD SAMFÉLAGSINS

Hjúkrunarfræðingur
Augljós óskar eftir að ráða hjúkrunarfræðing
Um er að ræða aðstoð í klínískri móttöku sjúklinga ásamt aðstoð í laseraðgerðum.
Í umsókn komi fram upplýsingar um menntun, aldur og fyrri störf. Tiltaka þarf tvo meðmælendur.

Hæfniskröfur
- Mjög góð tölvukunnátta og færni til að læra nýja hluti á stuttum tíma
- Vera fróðleiksfús og ástunda nákvæm vinnubrögð
- Framúrskarandi þjónustulund, jákvæðni og sveigjanleiki
- Frumkvæði og hæfileikar til að takast á við mismunandi verkefni

Umsóknir
- Fyrirspurnir um starfið og umsóknir berist í gegnum ráðningarkerfi Alfreðs www.alfred.is þar sem sömu auglýsingu er að finna
- Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og þeim öllum svarað
- Umsóknir berist fyrir 10. nóvember nk.

AUGLJÓS
LASER AUGNLÆKNINGAR
ALMENNAR AUGNLÆKNINGAR

Glæsibær, Vesturhús, 2. hæð • Álfheimar 74 • 104 Reykjavík

MEST SELDA SKÁLDSAGAN!

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.

1.

Metsölulisti Eymundsson

Skáldverk

★★★★

„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 sem eina af hundrað bestu glæpasögum frá stríðslokum.

Snjóblinda
Blackwell's bókabúðakeðjan valdi hana sem eina af 100 bestu glæpasögum sem komið hafa út.

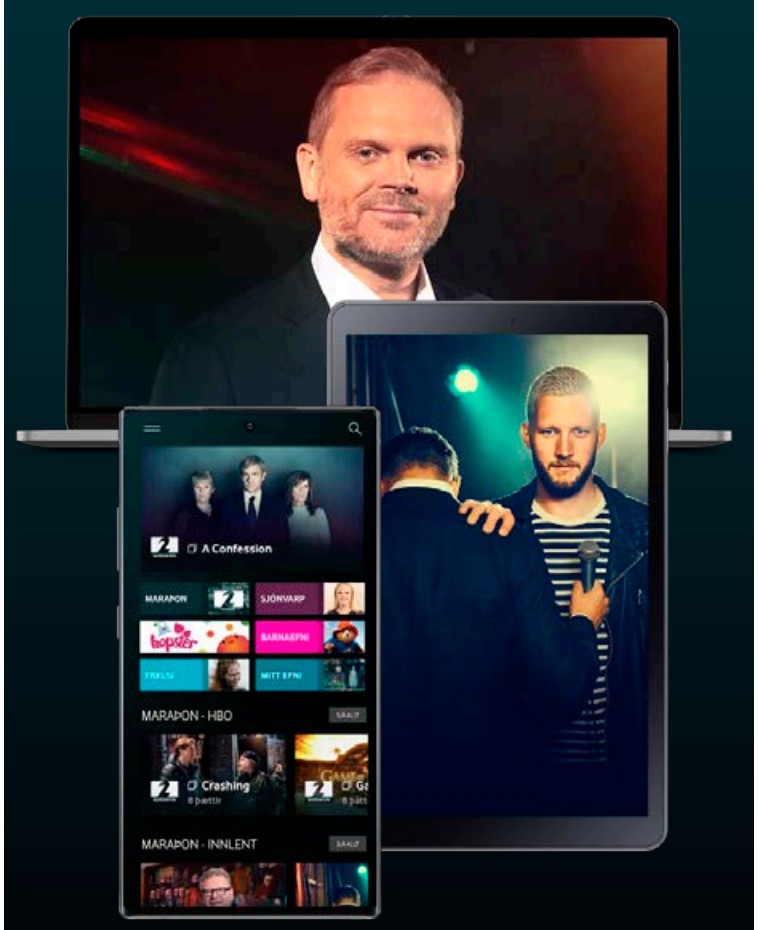
BJARTUR | VERÖLD

bjartur-verold.is

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.



MARAÞON

Tryggðu þér áskrift
stod2.is | 1817

DAGSKRÁ

Laugardagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Molang
07.19 Refurinn Pablo
07.24 Húrra fyrir Kela
07.48 Rán og Sævar
07.59 Hæ Sámur
08.06 Nellý og Nóra
08.13 Hrúturinn Hreinn
08.20 Djúpið
08.41 Bangsímon og vinir
09.03 Millý spyr
09.10 Friðþjófur forvitni
09.33 Konráð og Baldur
09.46 Hvolpasveitin
10.10 Ævar vísindamaður
10.40 Kappsmál
11.30 Vikan með Gísla Marteini
12.10 Heilabrot Geðrofssjúkdómar
12.40 Hlauparabærinn
14.15 Kiljan
15.00 Tobias og sætabrauðið
15.30 Með sálina að veði
16.30 Venjulegt brjálæði
17.10 Rétt viðbrögð í skyndihjálp Endurlífgun
17.20 Austfjarðatröllið
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Disneystundin
18.01 Guffagrín
18.23 Líló og Stitch
18.45 Landakort Skálar á Langanesi
18.53 Lottó
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, árið um kring.
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Sporið
20.20 Dansást: Footloose Á laugardögum á eftir Sporinu sýnir RÚV vel valdar dansmyndir sem hafa hlotið lof gagnrýnenda og almennings. Að þessu sinni segir Katrín Ingvadóttir, dansari og danskennari, frá myndinni Footloose frá árinu 1984.
20.25 Footloose Kvikmynd frá 1984 um stórborgardrenginn Ren McCormack sem flytur með fjölskyldu sinni til smábæjar í miðvesturríkjum Bandaríkjanna. Það renna á hann tvær grímur þegar hann uppgötvar að dans og rokktónlist eru bönnuð í bænum og ekki líður á löngu þar til hann gerir uppreisn gegn ströngum siðareglum bæjarins. Leikstjóri: Herbert Ross. Aðalhlutverk: Kevin Bacon, Lori Singer og John Lithgow.
22.10 LA LA Land
00.15 Poirot
01.05 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.15 The Open Official Film
09.15 BMW Ladies Championship Útsending frá BMW Ladies Championship á LPGA-mótaröðinni.
13.15 Golfing World Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
14.05 Champions Tour Highlights Svipmyndir frá helstu mótunum í Champions Tour.
15.00 The Zozo Championship Útsending frá The Zozo Championship á PGA-mótaröðinni.
19.00 BMW Ladies Championship Bein útsending frá BMW Ladies Championship á LPGA-mótaröðinni.
22.05 The Zozo Championship
02.05 Inside the PGA Tour Skyggnst á bak við tjöldin í PGA-mótaröðinni í golfi.
02.30 The Zozo Championship Bein útsending frá The Zozo Championship á PGA-mótaröðinni.

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.15 The King of Queens
12.35 How I Met Your Mother
13.00 The Voice US
15.00 Top Chef
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Futurama
17.55 Family Guy
18.20 Superior Donuts
18.45 Glee
19.30 The Voice US
20.15 Margin Call
22.00 Clear and Present Danger
00.25 22 Jump Street
02.15 Nightcrawler
04.10 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta Hver er að brugga bjórinn?
08.00 Morgunfréttir
08.05 Öreigaskáldsögur
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Loftslagsþerapían
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Gestaboð
14.00 Útvarpsleikhúsið. Suss!
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 Daniel Roure, Massimo Faraò, David El-Malik og Ben Wolfe
20.45 Fólk og fræði
21.15 Bók vikunnar Hefnd grasflatarinnar
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Heimskviður
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

06.40 Scent of a Woman
09.15 Leave No Trace
11.05 Draugabanarnir II
12.55 Office Space
14.25 Scent of a Woman
17.00 Draugabanarnir II
18.45 All Saints
20.30 Office Space
22.00 Venom Spennutryllir frá 2018 með Tom Hardy í aðalhlutverki. Myndin segir frá því þegar blaðamaðurinn Eddie Brock kemst í snertingu við dularfullt efni utan úr geimnum sem tekur sér bólfestu í honum og gerir honum kleift að breyta sér í ófrýnilegu ofurhetjuna Venom.
23.55 Dunkirk
01.40 The Autopsy of Jane Doe Hrollvekja frá 2016 með Emily Hirsch og Brian Cox. Sheldon lögreglustjóri og hans fólk, klórar sér í höfðinu yfir líki ókunnugrar konu sem þau finna í kjallara húss.
03.10 Venom

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Blíða og Blær
07.50 Skoppa og Skrítla
08.05 Tappi mús
08.10 Mía og ég
08.35 Stóri og Litli
08.45 Heiða
09.10 Latibær
09.35 Mæja býfluga
09.45 Lína Langsokkur
10.10 Zigby
10.20 Ninja-skjaldbökurnar
10.45 Friends
11.10 Ellen's Game of Games
12.00 Bold and the Beautiful
13.20 Bold and the Beautiful
13.45 X-Factor Celebrity
14.55 Um land allt
15.35 Gulli byggir
16.15 Föstudagskvöld með Gumma Ben
17.05 Leitin að upprunanum
18.00 Sjáðu
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.05 Lottó
19.10 Top 20 Funniest
19.55 Gamba
21.30 Widows
23.40 Love, Simon
01.30 The Bone Collector
03.25 The Constant Gardener

STÖÐ 3

15.10 Friends
16.50 Friends
17.15 It's Always Sunny in Philadelphia
17.40 The Great British Bake Off
18.40 Um land allt
19.10 Sælkeraheimsreisa um Reykjavík
19.35 Blokk 925
20.00 Masterchef USA
20.45 Grand Designs: House of the Year
21.35 Arrested Developement
22.05 Ballers
22.35 Bancroft
23.25 Gotham

STÖÐ 2 SPORT

07.45 Grindavík - Njarðvík
09.25 Stjarnan - Keflavík
11.05 Domino's körfuboltakvöld karla
12.55 Sheffield Wednesday - Leeds Bein útsending.
15.00 Evrópudeildarmörkin
15.50 KA/Þór - ÍBV Bein útsending frá leik í Olís-deild kvenna.
17.25 La Liga Report
17.50 Formúla 1 2019. Mexíkó - Tímataka Bein útsending.
19.25 Villarreal - Deportivo
21.05 Lecce - Juventus
22.45 UFC The Walk
23.10 UFC Now 2019
00.00 UFC Fight Night: Maia vs. Askren Bein útsending.

STÖÐ 2 SPORT 2

07.25 Atletico Madrid - Bayer Leverkuse
09.05 Manchester City - Atalanta
10.45 Tottenham - Rauða stjarnan
12.25 Meistaradeildarmörkin
12.55 Lecce - Juventus Bein útsending.
15.00 The Open Official Film
15.55 Inter - Parma Bein útsending.
18.05 Evrópudeildarmörkin
18.55 Atletico Madrid - Athletic Bilbao Bein útsending.

STÖÐ 2 SPORT 3

14.55 Formúla 1. Mexíkó - Æfing Bein útsending.
16.00 KA/Þór - ÍBV 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

VETURINN ER KOMINN

20%

AFSLÁTTUR AF ÖLLUM FATNAÐI OG SKÓM ALLA HELGINA

ELLINGSEN

FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1–3 AKUREYRI / 580 8500 / SÍÐAN 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS

DAGSKRÁ

Sunnudagur

Hefst laugardag kl. 14

Leikhópurinn RaTaTam kynnir útvarpsleikritið SUSS! Verkið er byggt á samnefndu sviðsverki sem er unnið upp úr viðtölum við þolendur og gerendur í heimilisofbeldismálum.

RÁS 1 fyrir forvitna

sunnudaga kl 22.05

Jón Gnarr og Sigurjón Kjartansson eru Tvíhöfði. Sketsar, spjall, tónlist, framhaldsleikrit og klassískir dagskrárliðir eins og Smásálin.

RÁS 2 fyrst og fremst

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Begga og Fress
07.29 Lalli
07.36 Tulipop
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 - Gyllta lón hvítkvalarsléttunnar!
09.45 Krakkavikan
10.05 Börnin í bekknum - tíu ár í grunnskóla
10.35 Íslenskur matur
11.00 Silfrið
12.10 Lestarklefinn
13.05 Menningin - samantekt
13.35 Bjartar vonir vakna
14.30 Sporið
15.00 Lifi Frakkland
16.30 Svona fólk Annars flokks - 1990-1999
17.20 Grænkeramatur
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 **Stundin okkar** Splunkuný útgáfa af Stundinni okkar þar sem krakkar eru þáttastjórnendur.
18.25 **Orlofshús arkitekta** Norskir þættir þar sem arkítektar eru heimsóttir í orlofshúsin sín.
19.00 **Fréttir** Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, árið um kring.
19.30 Veður
19.40 Íþróttir á sunnudegi
20.00 **Landinn** Þáttur um lífið í landinu. Landinn ferðast um og hittir fólk sem fæst við margt áhugavert og skemmtilegt. Ritstjóri er Gísli Einarsson. Aðrir umsjónarmenn: Þórgunnur Oddsdóttir, Edda Sif Pálsdóttir og Halla Ólafsdóttir. Dagskrárgerð: Karl Sigtryggsson, Magnús Atli Magnússon, Gunnlaugur Starri Gylfason og Jóhannes Jónsson.
20.30 **Svona fólk Jafnrétti - 1999-2016**
21.25 **Pabbahelgar** Á meðan Karen leitar í félagsskap, djamm og drykkju, sem leiðir ekkert gott af sér, reynir Matti að finna sig í sínu nýja lífi.
22.10 **Poldark**
23.10 **Eyðimerkurdansari** Kvikmynd byggð á sögu íranska dansarans Afshins Ghaffarians sem hætti lífi sínu og stofnaði leynilegan danshóp í Íran þegar stjórnvöld í landinu höfðu lagt bann við dansi. Leikstjóri: Richard Raymond. Aðalhlutverk: Reece Ritchie, Freida Pinto og Tom Cullen. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.
00.50 **Dagskrárlok**

GOLFSTÖÐIN

07.10 **BMW Ladies Championship** Útsending frá BMW Ladies Championship á LPGA-mótaröðinni.
10.10 **Golfing World** Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
11.00 **The Zozo Championship** Útsending frá The Zozo Championship á PGA-mótaröðinni.
15.00 **BMW Ladies Championship**
18.00 **BMW Ladies Championship** Bein útsending frá BMW Ladies Championship á LPGA-mótaröðinni.
22.30 **The Zozo Championship**

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 (2018)
17.55 The Kids Are Alright
18.20 Ást
18.55 Top Gear
19.45 Top Gear. Extra Gear
20.10 Four Weddings and a Funeral
21.00 Billions
22.00 The Handmaid's Tale
22.55 Black Monday
23.25 SMILF
23.55 Heathers
00.40 The Walking Dead
01.30 Hawaii Five-0
02.15 Seal Team
03.00 Det som göms i snö
03.45 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 TríóAfríka
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarLjónið
11.00 Guðsþjónusta í Hallgrímskirkju
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Skáldið á Sandi
15.00 Skyndibitinn
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífinu. Reykholtshátíð 2019
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Loftslagsþerapían
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Útlendingur í eigin landi
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

08.10 Lego: The Adventures of Clutch Powers
09.30 Ingrid Goes West
11.10 How to Make an American Quilt
13.05 All Saints
14.55 Lego: The Adventures of Clutch Powers
16.30 Ingrid Goes West
18.10 How to Make an American Quilt
20.10 All Saints
22.00 Popstar: Never Stop Never Stopping
23.30 The Accountant
01.35 Patriots Day
03.45 Popstar: Never Stop Never Stopping

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Blíða og Blær
07.50 Mæja býfluga
08.05 Dagur Diðrik
08.30 Dóra og vinir
08.55 Skoppa og Skrítla
09.05 Latibær
09.30 Stóri og Litli
09.40 Lukku-Láki
10.05 Ævintýri Tinna
10.30 Ninja-skjaldbökurnar
10.55 Það er leikur að elda
11.20 Ellen's Game of Games
12.00 Nágrannar
13.20 Nágrannar
13.45 Ice on Fire
15.20 Masterchef USA
16.05 Ísskápastríð
16.50 60 Minutes
17.40 Víglínan
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.10 Leitin að upprunanum
19.50 Saudi Women's Driving School
21.05 Grantchester 4
21.55 Prodigal Son
22.45 Temple
23.30 Watchmen
00.25 StartUp
01.10 American Woman
01.35 Silent Witness
03.20 The Truth About Killer Robots

STÖÐ 3

15.35 Seinfeld
17.15 Seinfeld
17.40 Lóa Pind. Bara geðveik
18.15 Maður er manns gaman
18.45 The Mindy Project
19.10 The Secret Life of 4 Year Olds
20.00 Who Do You Think You Are?
21.00 Major Crimes
21.45 American Horror Story 8: Apocalypse
22.30 Homeland
23.25 The Mentalist
00.10 Room 104

STÖÐ 2 SPORT

06.55 Valur - Keflavík
08.35 KR - Þór Þ.
10.15 Sheffield Wed. - Leeds
11.55 Swansea - Cardiff City Bein útsending.
14.00 Inter - Parma
15.40 Atletico Mad. - Athletic Bilbao
17.20 Formúla 1 2019: Mexíkó - Tímataka
18.50 Formúla 1: Mexíkó - Keppni Bein útsending.
21.30 Roma - AC Milan
23.10 Sevilla - Getafe

STÖÐ 2 SPORT 2

08.25 Ajax - Chelsea
10.05 Salzburg - Napoli
11.45 Genk - Liverpool
13.25 Meistaradeildarmörkin
13.55 SPAL - Napoli Bein útsending.
16.30 NFL Extra 19/20
16.55 Atlanta Falcons - Seattle Seahawks Bein útsending.
20.20 New England Patriots - Cleveland Browns Bein útsending.

STÖÐ 2 SPORT 3

16.55 Roma - AC Milan Bein útsending.
19.40 Fiorentina - Lazio Bein útsending.

STÖÐ 2 SPORT 4

17.25 Sevilla - Getafe Bein útsending.
19.55 Osasuna - Valencia Bein útsending.

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radió
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

Þrír bankar í Arion appinu

Við opnum Arion appið og bjóðum Landsbankann og Íslandsbanka velkomna.
Nú getur þú skoðað alla reikninga og kort í íslenskum bönkum í appinu.

Opin og þægileg bankaþjónusta fyrir alla.

arionbanki.is

Auðmjúkur áhrifavaldur

Ása hefur alltaf haft brennandi áhuga á því að ferðast. Hún er áhrifavaldur en viðurkennir að hún sé meðvituð um þá neikvæðu ímynd sem fylgir því. Elja hennar og ljósmyndahæfileikar hafa borgað sig, því í dag ferðast hún um allan heim.

Hún er með um hún tvö hundruð þúsund fylgjendur á samfélagsmiðlinum Instagram. Ása Steinarsdóttir, ljósmyndari og áhrifavaldur, er nýkomin úr tveggja vikna ferðalagi um Mongólíu, en að hennar sögn er hún að lifa lífinu sem hana alltaf dreymdi um; að fá að ferðast um heiminn. Hún virðist mjög auðmjúk yfir velgengninni, en talar beint út og er hreinskiptin um það hlutskipti að vera áhrifavaldur.

Oft mikil vinna

„Ég myndi jú alveg segja að ég flokkist sem áhrifavaldur," segir Ása sem er meðvituð um þá neikvæðu umræðu sem fylgir oft titlinum.

„Ég væri samt ekki að fá öll þessi ótrúlegu tækifæri ef það væri ekki fyrir samfélagsmiðlana. En mér hefur oft fundist gott að kalla mig fyrst og fremst ljósmyndara í þessum heimi, en eins skrýtið og það er að segja það þá er það smá til að fá meiri virðingu. Að vera stelpa í þessum heimi og fá öll þessi tækifæri til að vinna með stórum fyrirtækjunum þá þarf maður smá að grípa í þetta, að ég sé líka ljósmyndari og legg mikla vinnu í það."

Dugnaður Ásu og ljósmyndahæfileikar hafa komið henni langt. Henni berst fjöldinn allur af tilboðum um samstarf um allan heim og hefur sú staðreynd hve fær hún er í ljósmyndun haft mikil áhrif þar á.

„Svo í bland er þetta líka þetta týpíska samfélagsmiðlalíf, maður auglýsir og margt sem maður setur fram er auðvitað bara markaðssetning en að baki henni liggur oft mikil vinna og allt er útpælt."

Flestar ferðirnar sem Ása deilir með fylgjendum sínum eru farnar í samstarfi við aðila sem vilja vekja athygli og áhuga á áfangastaðnum. Stundum er hún þó ráðin fyrst og fremst sem ljósmyndari.

„Ég hef til að mynda verið að ljósmynda tónlistarhátíðir. Stundum er þetta líka fyrir vörumerki, eins og mér var boðið í Alpana að mynda fyrir Audi. Mér var boðið í Mongólíuferðina fyrst og fremst vegna þess að ég er áhrifavaldur. Þýskur strákur var að stofna fyrirtæki og bauð ellefu öðrum áhrifavöldum til Mongólíu til að vekja athygli á ferðunum. Hann er sjálfur með stóran fylgjendahóp og er í raun mjög sniðugur, því hann veit alveg að þetta virkar. Flestir af þeim sem voru með mér í ferðinni eru með fleiri en hálfa milljón fylgjenda. Þannig að samanlagt er þetta gífurlegur fjöldi fólks sem hann nær til í gegnum það að einstaklingarnir birti myndir úr ferðinni á Instagram."

Svipar smá til Íslands

Hópurinn keyrði í gegnum Mongólíu á jeppum en Ása segir nánast enga vegi vera í landinu, þorri keyrslunnar hafi verið utanvegar.

„Minn ferill byrjar svolítið á því að ég hef alltaf haft svo ótrúlega mikinn áhuga á því að ferðast. Eftir háskólanám vann ég eins og brjálæðingur til að geta farið í þrettán mánaða heimsreisu. Þá fór ég meðal annars til Mongólíu, þannig að það er mjög áhugavert að koma þangað aftur fimm árum seinna. Það er mögulega ástæðan fyrir því að hann vissi af mér því að það eru ekki endilega margir að deila myndum frá Mongólíu. En þetta hófst sem sagt allt á mínum eigin vegum," segir Ása en eins og áður kom fram hefur elja hennar margborgað sig.

Ása segir Mongólíu stundum minna hana á Ísland, nema bara hundrað ár aftar í tíma.

„Það eru nánast engir vegir eins og ég sagði áður, og ekki góð nettenging þannig að það var mjög áhugavert að vera í hópi ellefu áhrifavalda sem höfðu lítinn sem engan aðgang að netinu í tvær vikur. En ég held að það hafi verið okkur líka mjög hollt. Þetta opnaði augu mín fyrir mörgu. Ég grínast stundum í fjölskyldunni minni með að ef ég eignast börn muni ég senda þau til Mongólíu, bara eins og fólk sendi áður börn í sveit," segir Ása hlæjandi en bætir svo við: „Þarna sér maður hvernig alvöru líf er, þau lifa ekki af náttúrunni heldur lifa í samlyndi við hana."

Flestir íbúar landsins búa í tjöldum sem kallast Ger, en það getur verið allt að fjörutíu stiga frost að vetri til í landinu en þegar Ása dvaldi þar var oftast um fimmtán stiga frost. Á meðan á dvölinni stóð gisti Ása oftast í slíku tjaldi, en þegar hún fór í fyrra skiptið gisti hún stundum undir berum himni. Matarmenningin er gjörólík þeirri íslensku að sögn Ásu.

„Þau lifa fyrst og fremst á kjöti og mjólkurvörum, þetta var smá erfitt fyrir mig. Þarna var geitum slátrað nánast fyrir framan mann og öllu skellt í pott, innyflunum líka. Svo var bara sett smá salt og pipar. Eitt skiptið sáum við geit drepna fyrr um daginn og um kvöldið var hún orðin að geitadumplings. Það er svo magnað hvað við erum orðin ótengd náttúrunni að finnast svona erfitt að sjá dýr drepið en samt borðum við kjöt. Ég léttist alltaf þegar ég fer til Mongólíu," segir Ása, sem mælir þó ekki beint með því að fólk skelli sér til landsins einvörðungu til að komast í kjólinn fyrir jólin. **steingerdur@frettabladid.is**

Ása dvaldi í tvær vikur í Mongólíu með ellefu öðrum áhrifavöldum.

Ása segist einstaklega þakklát að fá að upplifa ferðadrauma sína rætast.

> **ÞARNA VAR GEITUM SLÁTRAÐ NÁNAST FYRIR FRAMAN MANN OG ÖLLU SKELLT Í POTT, INNYFLUNUM LÍKA. SVO VAR BARA SETT SMÁ SALT OG PIPAR.**

Ítarlegra viðtal og myndir úr ferðalagi Ásu er að finna á frettabladid.is.

KRÓNAN

BÚHH!

þau eru komin!

Grasker, stór

599 kr. stk.

Afgreiðslutímar á www.kronan.is

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

Lífið í vikunni
20.09.19-26.09.19

KENNA ÍSLENDINGUM AÐ VERA FYNDNIR

Grínistinn York Underwood er sýningarstjóri á uppistandsklúbbnum The Secret Cellar í Lækjargötu. Nýverið byrjaði klúbburinn að bjóða upp á námskeið í uppistandi og framkomu á sviði. Meirihluti þátttakenda er kvenkyns. Hægt er að að skrá sig á námskeiðið í gegnum tölvupóstfangið york@thesecretcellar.is.

PÖNKSVEIT FYRIR ELDRI BORGARA

Gígja Jónsdóttir, myndlistarkona og dansari, leitar að eldri borgurum sem langar að taka þátt í námskeiði sem spratt upp úr gjörningi sem hún gerði fyrst fyrir tveimur árum. Á námskeiðinu verða þátttakendum lagðar línurnar um hvernig skuli stofna pönkhljómsveit.

BLÓÐ, BRELLUR OG BRANDARAR

Steindi Jr. ætlaði fyrst bara að gera viðtalsþættina Góðir landsmenn en endaði með kvikmynd sem hann gerði í samstarfi við Leikhópinn X. Þau hafa áður mest verið í aukahlutverkum en fá nú tækifæri til að láta ljós sitt skína í kvikmyndinni Þorsta, sem frumsýnd var í gær.

SYKUR EIGNAÐIST UNGLING

Hljómsveitin Sykur gaf út í gær sína fyrstu plötu í átta ár, en hún fékk nafnið JÁTAKK. Sum lögin á plötunni hafa lengi fylgt þeim og því er frekar hægt að líkja þessu við að eignast ungling en barn.

Keppt í uppistandi

Íslandsmeistarakeppnin í uppistandi verður haldin í Háskólabíói 27. febrúar. Ekki sama keppni og fyndnasti maður landsins sem var og hét um aldamótin. Stjörnudómarar og 500.000 króna verðlaun.

„Þetta er mjög spennandi og vonandi verður þetta vettvangur til að hleypa nýju fólki inn í þennan geira og hjálpa því að komast aðeins hraðar í gegnum fyrstu og erfiðustu skrefin inn í bransann,“ segir Júlíana Sara Gunnarsdóttir, leikkona og handritshöfundur, um Íslandsmeistarakeppnina í uppistandi sem fram fer í febrúar. Önnur sería af þættinum Venjulegt fólk, sem hún skrifar og leikur í ásamt félögum sínum, sló öll met hjá Símanum í vikunni. Verðlaunin eru ekki af verri endanum því sigurvegarinn mun rölta af sviðinu með 500 þúsund íslenskar nýkrónur ásamt fleiru og þá verður annað og þriðja sætið einnig verðlaunað. Með Júlíönu í gestgjafahlutverkinu verður Kjartan Atli Kjartansson fjölmiðlamaður. Sérstakur gestur kvöldsins verður leikarinn og grínistinn Sveppi Meðal þeirra sem sitja í dómnefnd eru goðsögnin Edda Björgvinsdóttir, Pálmi Guðmundsson, sjónvarpsstjóri hjá Símanum, Fannar Sveinsson, sem oftast er kenndur við Hraðfréttir, Gummi Ben og Páll Eyjólfsson hjá umboðsskrifstofunni Prime en alls heldur sjö manna dómnefnd utan um að dæma í keppninni. Þá munu áhorfendur í sal einnig hafa vægi.

> **Þetta er mjög spennandi og vonandi verður þetta vettvangur til að hleypa nýju fólki inn í þennan geira og hjálpa því að komast aðeins hraðar í gegnum fyrstu og erfiðustu skrefin inn í bransann.**
>
> Júlíana Sara

„Það hefur orðið alveg gríðarlega mikil þróun í þessu síðan keppnirnar um fyndnasta mann landsins voru og hétu. Í dag er þessi menning orðin mjög blómleg og þarf ekki að fara lengra en að benda á Mið-Ísland-hópinn og frábærar stelpur eins og Önnu Svövu og Sögu Garðars. Þá má líka nefna unga snillinga eins og Meistara Jakob og svona mætti lengi telja,“ segir Kjartan sem er vanur kynnahlutverkinu á skjánum – þar sem hann stýrir Domino's körfuboltakvöldi og Meistaradeildarmessunni. „Þetta er aðeins öðruvísi en þær keppnir,“ segir hann léttur. Facebook-síða hefur verið stofnuð í kringum viðburðinn og skráning mun hefjast í byrjun janúar en átta keppendur munu verða valdir úr þeim sem skrá sig til leiks eftir ákveðna forvinnu.

> **Það hefur orðið alveg gríðarlega mikil þróun í þessu síðan keppnirnar um fyndnasta mann landsins voru og hétu.**
>
> Kjartan Atli

benediktboas@frettabladid.is

Facebook-síða hefur verið stofnuð í kringum viðburðinn og skráning mun hefjast í byrjun janúar en átta keppendur munu verða valdir úr þeim sem skrá sig til leiks eftir ákveðna forvinnu. Einn af þeim mun hreppa nafnbótina „Íslandsmeistari í uppistandi“ og ganga af sviðinu með nýjan starfsvettvang og 500.000 krónur.

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*

Pizza Hut™

ÚT Í HUT

TILBOÐ

ÞÚ SÆKIR **STÓRA** PIZZU MEÐ TVEIMUR ÁLEGGSTEGUNDUM AF MATSEÐLI

1.990

Þegar öllu er á botninn hvolft þarf hann að vera frábær. Veldu:

PÖNNU → KLASSÍSKAN → ÍTALSKAN

Pantaðu í síma 515 1617 eða á pizzahut.is
Pizza Hut Smáralind
Pizza Hut Staðarbergi 2–4
Hafnarfirði

BYKO

Jólin eru komin í BYKO

Kransar

Mikið úrval
Jólaljósa

Ljósahringur
Snowflake
hringur 33cm
5.695
51880534

hringur 45cm
7.295
51880356

Ljósahringur
Curly 30cm svartur
3.995
51880824

48cm
6.295
51880825

Ljósahringur
Curly, 45cm brass, króm eða kopar
7.595
51880740/1/2

Tré
Snowflake
tré 29cm
3.995
51880364

Hálfhringur
Snowflake hálf-hringur 57cm
6.395
51880535

Ljósahjarta
Snowflake hjarta 44cm
7.295
51880533

Vinsæl vara ár eftir ár

LEMAX

BÆTTU Í SAFNIÐ

Nýjar vörur á hverju ári

Vinsælu Lemax jólavörurnar samanstanda af ótrúlega breiðu úrvali af húsum, landslagi og fallegum styttum. Hægt er að bæta við og byggja upp jólaþorpin ár frá ári.

Aðeins í BYKO Breidd og Akureyri.

Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land

Tilboðsverð

Kuldagalli

Microflex, S/M/L/XL/2XL/3XL.

21.496

93451719-24

Almennt verð: 26.995

Það er kuldi í kortunum

20% afsláttur af öllum kuldagöllum

Vetur kemur

Fyrsti vetrardagur 26. október

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndbrengl.
Tilboð gilda til 30. október, eða á meðan birgðir endast.

Vetrartilboð

Tilboðsverð

Hitablásari

Iðnaðarhitablásari með þrjár hitastillingar, 1000, 2000 og 3000 W. Spennan er 230V.

5.996

65105737

Almennt verð: 7.995

Gott verð

Þilofn

1500W, 7 þilja, olíufylltur.

8.995

65105784

Gott verð

Hitablásari

2.000w, 2 hitastillingar 1000 / 2000W, getur einnig blásið köldu lofti

1.995

65105777

Rúðuvökvi

5l. -18°C

995

90503840

Gott verð

Hálkusalt

10kg. fata.

1.695

54710127

20-50% afsláttur

Dömur & herrar

20-30% afsláttur af CAT nærfötum og sokkum

Mikið úrval af sköfum

Gott verð

Rúðuskafa

60-80 cm með kústi.

3.195

84589046

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**

Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Torg. ehf

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.

Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.

FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is **Ef blaðið berst ekki** 800 1177

BAKÞANKAR

Óttars Guðmundssonar

Karl Bretaprins

Við Karl Bretaprins erum jafnaldrar. Hann er fæddur í ágúst en ég í apríl. Sameiginlegt fæðingarár hefur tengt okkur sterkum böndum. Við tilheyrum andlegum systkinahópi sem er fæddur rétt eftir lok heimsstyrjaldar. Heimsbyggðin var að vakna af vondum draumi og lofaði sjálfri sér breyttum viðhorfum og frjálsari hugsun. Aldrei aftur Hírósíma!

Karl fékk að vita á barnsaldri að hann yrði næsti kóngur Breta. Ég fékk að vita að ég ætti að verða skáld og andans maður eins og pabbi og frændur hans. Tíminn leið. Prinsinn ungi og ég sjálfur undirbjuggum lífsstarfið. Upp úr 1975 voru langflestir jafnaldra okkar komnir á fulla ferð í atvinnulífinu. Ég vissi að ég yrði aldrei skáld og var kominn í aðra vegferð. Aðrir úr árganginum fundu sinn sess í lífinu.

En Karl beið eftir því að fá sína vinnu vegna þess að mamma sat sem fastast á toppnum. Hann kvæntist og skildi enda óheppinn með konur eins og margir jafnaldrar hans. Á nýrri öld fór árgangurinn að tínast á eftirlaun og hætta störfum. Flestir horfa nokkuð sáttir um öxl á dagsverkið en Karl situr enn atvinnulaus á varamannabekknum og bíður eftir sínu tækifæri. Kannski hefði líf mitt þróast eins hefði ég beðið eftir því að verða skáld. Ég þakka forsjóninni fyrir þau forréttindi að fá að stjórna mínu eigin lífi í samræmi við eigin hæfileika og áhuga. Ég vorkenni Karli enda er hann enn að bíða eftir manninum sem mamma og pabbi vildu að hann yrði. Hann sárkvíðir fyrir því að hitta þann mann.

FYRIR SVANGA FERÐALANGA

Kvikk ON THE GO

Markaðurinn er á frettabladid.is

Markaðurinn færir þér nýjustu viðskiptafréttirnar og greinargóða umfjöllun um viðskiptalífið.

Jólin þín byrja í IKEA

Eins og nafnið gefur til kynna er STRÅLA („ljóma“ á sænsku) ætlað að lýsa upp skammdegið, hátíðarnar og gera langar nætur huggulegri. Hvert horn á heimilinu fær stjörnubjartan ljóma með ljósaseríu eða stjörnulaga lampa. Líttu við og skoðaðu ljómandi úrvalið.

Nýtt **VINTERFEST** skrautlýsing **895,-** *Rafhlöður eru seldar sér*

Nýtt **STRÅLA** skermur Ø70cm **695,-**

Nýtt **STRÅLA** ljósasería, 12 ljósa **1.990,-** *Rafhlöður eru seldar sér*

Nýtt **2.690,-** **ÄNGSLILJA** sængurverasett B150×L200cm

Nýtt **VINTER 2019** púði **1.690,-**

Nýtt **VINTERFEST** ilmkerti **1.290,-**

Nýtt **VINTERFEST** kubbakerti H15cm **295,-**

Nýtt **VINTERFEST** kertadiskur **195,-**

Nýtt **2.690,-** **STRÅLA** skrautlýsing

Nýtt **STRÅLA** ljósasería, 12 ljósa **1.190,-** *Rafhlöður eru seldar sér*

Nýtt **STRÅLA** skrautlýsing **2.490,-** *Rafhlaða er seld sér*

Nýtt **KRATTEN** sængurverasett B150×L200cm **2.690,-**

Nýtt **KRATTEN** púðaver **695,-**

Nýtt **1.190,-** **STRÅLA** skrautlýsing *Rafhlöður eru seldar sér*

Nýtt **INGABRITTA** teppi **3.990,-**

Nýtt **VINTERFEST** kubbakerti **595,-**

Nýtt **STRÅLA** skrautlýsing **3.990,-**

Nýtt **695,-** **STRÅLA** skermur Ø70cm

© Inter IKEA Systems B.V. 2019