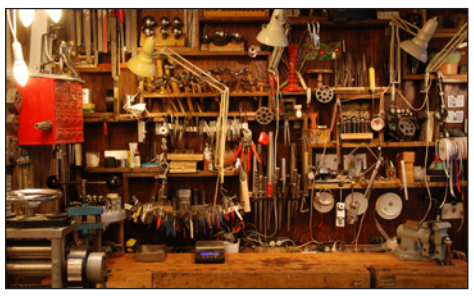


### *Sólóhúsgögn: Sérsmíði sem endist*

5

Sólóhúsgögn var stofnað árið 1960 og varð því 60 ára í fyrra.



### *Orr Gullsmiðir*

16

Kjartan Örn Kjartansson gullsmiður rekur ásamt eiginkonu sinni, Guðbjörgu Bárðadóttur, skartgripaverslunina Orr.



### *Jón Helgi Hólmgeirsson vöruhönnuður*

10

Hönnuðir hanna og iðnaðurinn framleiðir



### *Fjölbrautarskólinn í Breiðholti*

20

Úrval iðngreina í boði: Rafvirkjun, húsasmíði og snyrtifræði.

IÐNAÐARBLAÐ

FIMMTUDAGURINN 12. ÁGÚST 2021

# MANNLÍF

Fréttir / Hönnun / Lífsstíll / Menning / Ísland / Heimurinn

SÉRBLAÐ IÐNAÐURINN

**Kúabændur hjá Mýranauti gera allt til að gera dýrin hamingjusöm:**

# Anders klórar kúnum bak við eyrun



# Útilykt: Alíslenskur ilmur

*Fischersund er fjölskyldufyrirtæki og á bak við það standa systkinin Jónsi (í Sigur Rós), Inga, Lilja og og Rósa og foreldrar þeirra og makar. „Við handgerum ilmvötn, heimilisilmi, náttúrulegar snyrtivörur og einstaka gjafavöru og leggjum mikla áherslu á að handgera gæðailmvörur innblásna af íslenskum ilmheimi," segir Lilja.*



Fischersund er í samstarfi við 66° Norður hvað varðar ilminn Útilykt sem mun frá haustmánuðum fást í verslunum fyrirtækisins og segir Lilja að þó að fyrirtækin komi úr ólíkum geirum sé um svipuð gildi og áherslur að ræða. „Við leggjum bæði mikið upp úr því að segja sögur í okkar vörum og þá sérstaklega úr íslenskum raunveruleika og að vinna með íslensk hráefni. ÚTILYKT sameinaði gildi okkar beggja og erum við mjög ánægð með hvernig til tókst."
Hvað ÚTILYKT varðar segir hún: „Okkur langaði að skapa fallegan ilm sem er bjartur og endurnærandi eins og tilfinningin að vera úti í íslenskri náttúru."

## Svona er ilminum lýst:

Vindur í fangið úr öllum áttum
Skafrenningur smýgur inn undir úlpukraga
Snjóperlur á frosnum lopavettlingum
Berjablá tunga og höfuð hvílir í mjúku lyngi
Sláttuvél í fjarlægum garði
Óskreytt jólatré fýkur niður gangstétt í sjávarrokinu
Hélaðar rúður, veðurfréttir og miðstöðin í botni.
ÚTILYKT kemur í sölu 9. september og mun einungis fást í verslunum 66° Norður og í verslun Fischersunds við Fischersund 3.
„Við hlökkum til að bjóða fagurkerum og náttúruunnendum þessa lands í opnunargleði í september og þefa af endurnærandi ilmum af íslenskri náttúru. Samhliða ilminum kemur út tónlist eftir Jónsa, bróður minn (í Sigurrós), Kjartan Holm og Sindra Má Sigfússon sem heyra má í verslunum 66° Norður og sem kemur einnig út á víníl í takmörkuðu upplagi."

## Hvað með útflutning á ÚTILYKT?

„Við í Fischer höfum fundið fyrir miklum áhuga erlendis og erum núna að færa okkur yfir á bandarískan markað þannig að það eru mjög spennandi tímar fram undan hjá okkur. Við erum með netsölu og er hægt að kaupa ilmvatnið þar."



**Sandgaard Basic Hlýrabolur**
með mjóum hlýra. Fæst í svörtu og hvítu. Stærðir 38-54
**Verð kr. 4.980**



**Sandgaard Basic Undirkjóll**
Fæst í svörtu og hvítu
Stærðir 38-54
**Verð kr. 4.980**



**Sandgaard Basic Undirkjóll**
með breiðum hlýra
Fæst í svörtu og hvítu. Særðir 38-54
**Verð kr. 4.980**



**Sandgaard Basic - Stockholm,**
síð skyrta. Fæst í svörtu, hvítu og ljósbláu. Stærðir 36-54
**Verð kr. 12.980**



**Sandgaard Basic Síður hlýrabolur**
Fæst í svörtu og hvítu
Stærðir 36-54
**Verð kr. 4.980**

yesta BY X-TWO | yest | no secret | Q'neel | ROBELL | ZHENZI | ZE-ZE Nordic | OPHILIA



**Sandgaard Basic - New York**
stuttur aðhalds hlýrabolur
Fæst í Svörtu og húðlituðu
Stærðir 38-56. **Verð kr. 4.980**



**Sandgaard Basic Hneppt golla**
Fæst í svörtu, navybláu og rauðu
Stærðir 36-54
**Verð kr. 9.980**



**Sandgaard Basic - Helsinki**
síð golla fæst í svörtu
Stærðir 36-54
**Verð kr. 13.980**



**Sandgaard Basic hálfsíðar leggings**
Fæst í Army grænu
Stærðir 38-54
**Verð kr. 4.980**



**Sandgaard Basic stretchbuxur**
Fæst í Svörtu og navybláu
Stærðir 38-54
**Verð kr. 7.980**

SYBEL | festival DENMARK | STUDIO | GOZZIP | SANDGAARD | LASESSOR | FRANDSEN | Tamaris | Handberg | Jana



**Sandgaard Basic - New York leggings**
Fæst í svörtu
Stærðir 38-56
**Verð kr. 6.980**



**Sandgaard Basic - Pleðurbuxur**
Fæst í svörtu
Stærðir 38-56
**Verð kr. 9.980**



**Sandgaard Basic**
Útvíðar buxur Fæst í svörtu
Stærðir 38-54
**Verð kr. 9.980**



**Sandgaard Basic Stuttermabolur**
Fæst í svörtu, navybláu, hvítu og Army grænu
Stærðir 36-54. **Verð kr. 3.980**



**Sandgaard Basic Hlýrabolur**
með mjóum hlýra Fæst í svörtu og hvítu
Stærðir 38-54
**Verð kr. 4.980**


Verslunin Belladonna

belladonna

Líttu við á
belladonna.is

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

# ÚTILYKT

66°NORTH by FISCHERSUND



# Sólóhúsgögn: Gæðahúsgögn og sérsmíði sem endist

Sólóhúsgögn var stofnað árið 1960 og varð því 60 ára í fyrra.







Sólóhúsgögn var stofnað árið 1960 og varð því 60 ára í fyrra.

„Á þeim tíma sem fyrirtækið var stofnað var mikil gróska í íslenskri húsgagnaframleiðslu þar sem ekki var leyfilegt að flytja inn erlend húsgögn. Það var ekki fyrr en árið 1975 sem opnað var fyrir innflutning á erlendum húsgögnum og með tíð og tíma hafa stálhúsgagnaframleiðendur týnt tölunni. Sólóhúsgögn er eina fyrirtækið sem heldur sig enn þann dag í dag við upprunalegu framleiðsluna frá þessum tíma og er enn verið að nota nokkur af þeim mótum sem gerð voru 1960," segir Magnús J. Magnússon, sölustjóri fyrirtækisins.

Árið 1989 keypti Björn Sævar Ástvaldsson og Kristín Rós Andrésdóttir fyrirtækið og hefur það verið í eigu þeirra þar til Björn lést árið 2019 en þá tóku börn þeirra yfir reksturinn. „Með tilkomu Björns í fyrirtækið óx það töluvert þar sem hann var duglegur að bæta við framleiðsluna og átti mjög gott samstarf við íslenska hönnuði og lagði mikið upp úr því að efla íslenskan iðnað."



Sólóhúsgögn hefur verið fyrst og fremst stálhúsgagnaframleiðandi en samfara því hefur frá upphafi bæði trésmíði og bólstrun verið innan veggja fyrirtækisins.

„Fyrir um sjö til átta árum var trésmíðahlutinn hins vegar fluttur úr fyrirtækinu og stofnað annað félag í kringum það, Tréborg ehf. Sólóhúsgögn framleiða stóla, borðfætur og fleira sem tilheyra vörulínunni sem er í sýningarsalnum en auk þess hefur Sólóhúsgögn tekið að sér hvers kyns sérsmíði úr stáli fyrir fyrirtæki, stofnanir og einstaklinga. Sólóhúsgögn eiga dótturfélag sem heitri Króm ehf og er það eina fyrirtækið á landinu sem tekur að sér að krómhúða. Sóló hefur einnig verið að framleiða stálgrindur fyrir önnur fyrirtæki eins og Á.Guðmundsson, Axis, Sýrusson, G.Á. Húsgögn, Zenus og fleiri. Að sama skapi fær Sóló aðra aðila til að aðstoða við bólstrun, stálplötuvinnslu, dufthúðun og fleira. Þannig að innan þessa húsgagnaiðnaðar er samvinna fyrirtækjanna.“

Magnús segir að áherslur fyrirtækisins hafi alltaf verið sterk og stílhrein húsgögn.

„Sóló hefur lagt metnað sinn við það að framleiða húsgögn sem endast. Oft hefur verið nefnt við okkur að það sé ekki gott viðskiptamódel því viðskiptavinirnir þurfa svo sjaldan að eiga viðskipti við mann og endurnýja. En þegar hugsað er til umhverfissjónarmiða, sem allir eru að tala um í dag, þá eru endingargóð húsgögn lang best fyrir umhverfið. Húsgögn sem erfast í nokkra ættliði og eina sem þarf að gera er að skipta um áklæði eftir því sem straumar og stefnur breytast.

Sólóhúsgögn hafa framleitt sömu línu af stólum og borðum eins og voru í upphafi en bætt við nýju í gegnum tíðina. Sumt af þessu nýja helst inni í framleiðslunni til lengri tíma en sumt af því sem er framleitt er aðeins til skamms tíma. Eitthvað sem er í tísku í dag er ekki vinsælt eftir 10 ár. En svo geta gömlu hlutirnir komið mjög sterkir inn aftur seinna.“

Magnús segir að það sem einkenni fyrirtækið sé sennilega stöðugleiki. „Fyrirtækið hefur breyst lítið í gegnum árin og heldur sig við að framleiða gæðahúsgögn og sérsmíði sem endist. Það er mikilvægt að það séu til fyrirtæki eins og Sólóhúsgögn þar sem íslensk húsgagnahönnun þarf á svona fyrirtækjum að halda. Hönnuðir þurfa að geta leitað til þeirra sem þekkja þessa iðn til að hjálpa til við útfærslur á hönnun. Ef svona fyrirtæki eru ekki til og allt flutt inn þá er hætta á því að húsgagnahönnun á Íslandi líði líka undir lok og það væri synd. Norðurlöndin hafa verið að gera mjög góða hluti í húsgagnahönnun og smíði en það sem bjargar fyrirtækjum þar er að opinberum stofnunum myndu aldrei detta í hug annað en að versla við innlenda framleiðslu. Það erum við því miður ekki að sjá nógu mikið af hér á Íslandi. Það ætti að vera þannig að opinberar stofnanir hafi einungis val um íslenskt, nóg er í boði af því og myndi það styrkja íslenskan iðnað ennþá frekar.“






**Myglusveppir - Ekkert mál!**

Við slípum burt myglu af steypu- og steinveggjum til að gera húsnæði aftur íbúðarhæft. Mygla leynist víða og getur verið afar skaðleg heilsu fólks.
Láttu fagmenn sjá um verkið og hafðu samband strax í dag!

**Litli klettur**
**www.litliklettur.is**
**Sími 699 0355**

**Kjarnaborun**
**Steinslípun**
**Steinsögun**
**Brot á klöpp**
**Niðurrif**
**Kranabíll**



# Vottun bygginga tryggir umhverfisvænni byggingar og ákveðin gæði





Niðurstöður alþjóðlegrar könnunar sem verkfræðistofan Mannvit og danska verkfræðistofan Rambøll gerðu sýnir að rekstrarkostnaður bygginga sem hafa hlotið sjálfbærnivottun er lægri en ella og getur eftirspurn eftir slíku húsnæði aukið verðmæti þess. Í rauninni getur rekstrarkostnaður þessara bygginga verið allt að 10% lægri en ella á ársgrundvelli og tengist hann meðal annars skilvirkari orkunotkun. Meiri eftirspurn leigutaka eftir sjálfbærnivottuðu húsnæði tengist auknu verðmæti þessara fasteigna.

„Það er áhugavert að rýna í niðurstöður könnunarinnar og sjá aukinn áhuga, og ánægju, með vottaðar byggingar. Þó að Norðurlöndin séu enn á undan okkur í þessum efnum er markaðurinn hér heima að taka hratt við sér," segir Sandra Rán Ásgrímsdóttir, sjálfbærniverkfræðingur hjá Mannviti.

Sjálfbærni bygginga tengist meðal annars orkunotkun, hvernig farið er með úrgang við framkvæmdir og síðan rekstur bygginga, orkunotkun við byggingu og efnisval. Þá tengist þessu áherslur varðandi vistgæði og vellíðan þeirra sem inni í byggingunni eru.

„Vottunarkerfin nýtast sem ákveðin gæðakerfi. Allir aðilar sem koma að vottun byggingar þurfa að fylgja ákveðnu verklagi og skila inn gögnum til þess að uppfylla kröfur vottunarkerfisins. Vottunarkerfin sem eru helst í notkun hérlendis eru breska vottunarkerfið BREEAM og Svanurinn. Við sjáum mikla aukningu í áhuga okkar viðskiptavina að sækja vottun á verkefni." Þess má geta að ákveðinn kostnaður í upphafi tengist sjálfbærnivottun fyrir nýjar byggingar sem getur numið um 1-3% af stofnkostnaði að meðaltali, eftir því hvaða einkunn sóst er eftir. Hins vegar bætir meira virði umræddra fasteigna, hærri leigutekjur og lægri rekstrarkostnaður það upp.

Sjálfbærnivottun bygginga hefur þau áhrif að möguleiki er á að gefa út græn skuldabréf með veði í viðkomandi byggingum. „Margir fjárfestar og fjármögnunaraðilar vilja auka hlut grænna verkefna í sínum sjóðum, þar inn í falla vottaðar byggingar. Viðskiptabankarnir hafa nú þegar gefið út græna ramma sem innihalda grænar og vottaðar byggingar og þá sjáum við líka aðila á almennum og opinberum markaði fjármagna sín verkefni í gegnum græna fjármögnun, svo sem eins og Reginn hefur gert með BREEAM-vottun Smáralindar og Reykjavíkurborg með nýbyggingar á sínum vegum.

Byggingamarkaður hérlendis er á fleygiferð þegar kemur að vottuðum og sjálfbærum byggingum. Við höfum alla möguleika til þess að vera fremst þegar kemur að vistvænni mannvirkjagerð og vottanir hjálpa okkur á þeirri vegferð. Vonandi í náinni framtíð munum við sjáum vottuð íbúðarhúsnæði svo að neytendur eins og ég og þú hafi möguleika á að fjárfesta í umhverfisvænu húsnæði."















# Vörur, vélbúnaður og þjónusta fyrir minni fiskibáta

- Plastviðgerðir
- Rafgeymar
- Dælur
- Varahlutir





vetus

**BALDUR HALLDÓRSSON ehf**
Skipasmiður

Hlíðarenda / 602 Akureyri
S: 462 3700 / baldurhalldorsson.is

# Jón Helgi Hólmgeirsson
## Vöruhönnuður







Hönnuðir hanna og iðnaðurinn framleiðir

„Nám í vöruhönnun kemur að mjög breiðu sviði í hönnun og felur meðal annars í sér að læra aðferðafræði hönnunar svo sem hönnunarhugsun, rannsóknarvinnu, hvernig megi finna lausnir og nálgast vandamál frá nýjum sjónarhornum, efniseiginleika og -prófanir, ýmsa framleiðslutækni, notendaviðtöl og -prófanir. Vöruhönnun og iðhnönnun eru að miklu leiti svipuð fög en iðnhönnun einblínir öllu meira á fjöldaframleiðslu hluta," segir Jón Helgi Hólmgeirsson vöruhönnuður

Hann segir að vöruhönnuðir vinni annaðhvort sjálfstætt eða innan fyrirtækja, eða þá bæði, og geti komið að því hanna vörur í þeim víðtæka skilningi, pakkningar, upplifun og þar fram eftir götunum. „Margir eru einnig að sýsla við að finna upp nýjar aðferðir og efni til framleiðslu.

Hönnun er í raun fyrsta skrefið sem þarf að fara í eftir að einhver grunnhugmynd kviknar, eða ef þarf að leysa úr einhver skonar vandamáli, en í hönnunarferlinu eru hönnuðir í góðum samskiptum við iðnaðinn til að finna sem farsælasta lausn á því hvernig megi raungera hugmyndina. Hönnuðir senda yfirleitt teikningar og þrívíddarmódel á iðnaðarfólk sem í samtali við hönnuðinn framleiðir vöruna. Þetta ferli er langt frá því að vera línulegt og margar frumgerðir framleiddar áður en að lokavara er tilbúin. Eðlilegur tímarammi frá hugmynd að fullbúinni vöru er um tvö ár. Gott samstarf milli hönnuða og iðnaðarfólks er lykillinn að því að framleiða góðar vörur."

Jón Helgi segir að það sem einkenni vöruhönnun sé að allar ákvarðanir á bak við hverja vöru séu þaulrökstuddar með vísan í ferlið, notandaviðtöl og rannsóknir. „Það er mismunandi hvað hönnuðir leggja áherslu á en fagurfræði, notendavæn hönnun, nýjar lausnir og nýstárleg og umhverfisvæn efnisnotkun eru þar hátt á blaði."

Jón Helgi er spurður hverjir kostirnir eru fyrir iðnaðinn að vöruhönnuðir sem og iðnhönnuðir komu fram á sjónarsviðið,

„Ég held það felist kannski aðallega í því að með því að hafa fleiri sérhæfða hópa getur hver hópur fyrir sig einbeitt sér að því sem hann er bestur í. Hönnuðir hanna og iðnaðurinn framleiðir. Þetta er að sjálfsögðu ekki klippt og skorið en fyrir mig persónulega vil ég einbeita mér að því að hanna vörur sem aðrir, sem eru mun færari en ég í höndunum og í ýmsum vélbúnaði og tækni, geta síðan framleitt."

Nýtt heyrnartæki frá Beltone

Beltone **Imagine**™

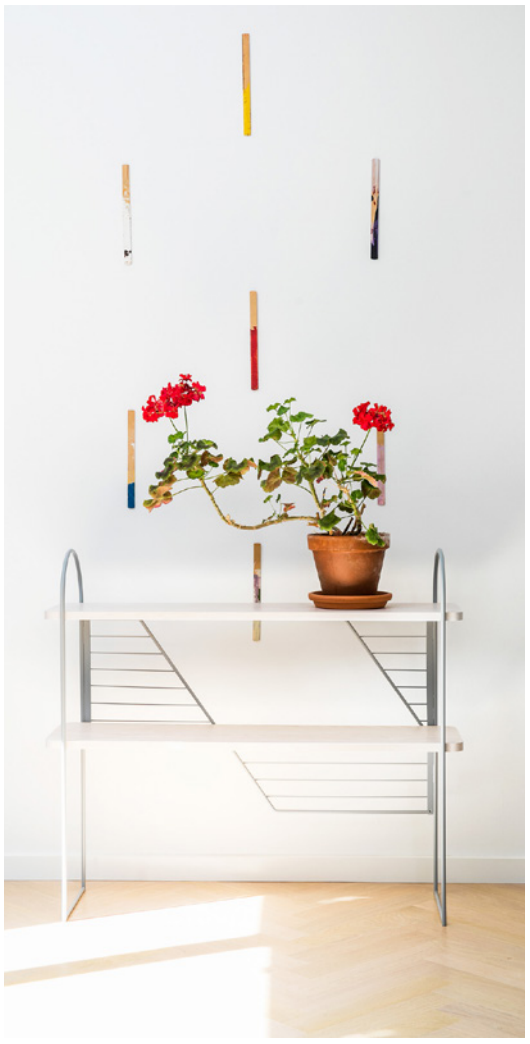
# Því barnabörnin hafa frá svo mörgu að segja



Hágæða heyrnartækin frá Beltone **Imagine**™ geta valdið straumhvörfum í lífi þínu og þinna. Njóttu þess að heyra betur með nýrri kynslóð heyrnartækja sem skilar einstökum hljómgæðum og tengist beint við snjallsímann þinn eða önnur snjalltæki. Þú tengist fólkinu þínu betur þegar þú leggur við hlustir með Beltone **Imagine**™. Komdu í ókeypis heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki lánuð til reynslu.

Kringlunni • sími 568 7777 • heyra.is

HEYRNARSTÖÐIN









## *Umhverfisvæn efni og aðferðir*

Jón Helgi segir að starf sitt sé mjög fjölbreytt. „Ég hanna húsgögn fyrir fyrirtækið FÓLK Reykjavík, ég hef hannað ljós fyrir IKEA, ég kom að hönnun pakkninga fyrir NorðurSalt og ég hef hannað sýningarbása, verðlaunagripi, veitingastaði og plötuspilara en dags daglega er ég listrænn stjórnandi frumkvöðlafyrirtækisins Genki sem er hátæknifyrirtæki sem hefur hannað og framleitt hring sem leyfir fólki að stýra tækninni í kring um sig með handahreyfingum. Við erum að reyna að gera samband okkar við tækni eðlislægara.

Ég vinn yfirleitt í samstarfi við aðra en hönnunin felur í sér að koma með hugmyndir, tala við notendur, gera prótótýpur og þrívíddarmódel og vera í samskiptum við þá aðila sem sjá um að framleiða hönnunina. Einnig stunda ég tónlist, myndlist, grafík, hanna notendaviðmót og kenni vöruhönnun við Listaháskóla Íslands.“

Jón Helgi segir að sér finnist vera mikilvægast að tala við framtíðarnotendur varanna sem hann hannar til að taka þarfir þeirra inn í myndina. „Það þarf að setja sig í spor þeirra sem eiga að nota vöruna sem maður hannar. Maður getur ekki hannað eingöngu út frá sjálfum sér og manns eigin þörfum, fólk er alls konar.

Ég legg mjög mikla áherslu á að nota umhverfisvæn efni og aðferðir en það þýðir meðal annars að hanna framleiðsluferlið til að efni sé nýtt á sem bestan hátt og allar stærri vörur sem ég hanna eru hannaðar „flatpack“; það er að þær taka lítið pláss í flutningum og notandinn þarf að setja vöruna saman sjálfur – eins og allar vörur frá IKEA.“

## *Hvað með stílinn í hönnun hans?*

„Notendavæn hönnun, mínímalismi, „flatpack“, umhverfisvæn efnisnotkun og framleiðsla. Einnig finnst mér mjög áhugavert að reyna að hanna vörurnar mínar „modular“, það er að notendur geti breytt henni eftir hentugleika til að ein vara henti fyrir mjög breiðan hóp fólks.“



# Íspan Glerborg: Innlend framleiðsla mikilvæg fyrir íslenskan byggingariðnað

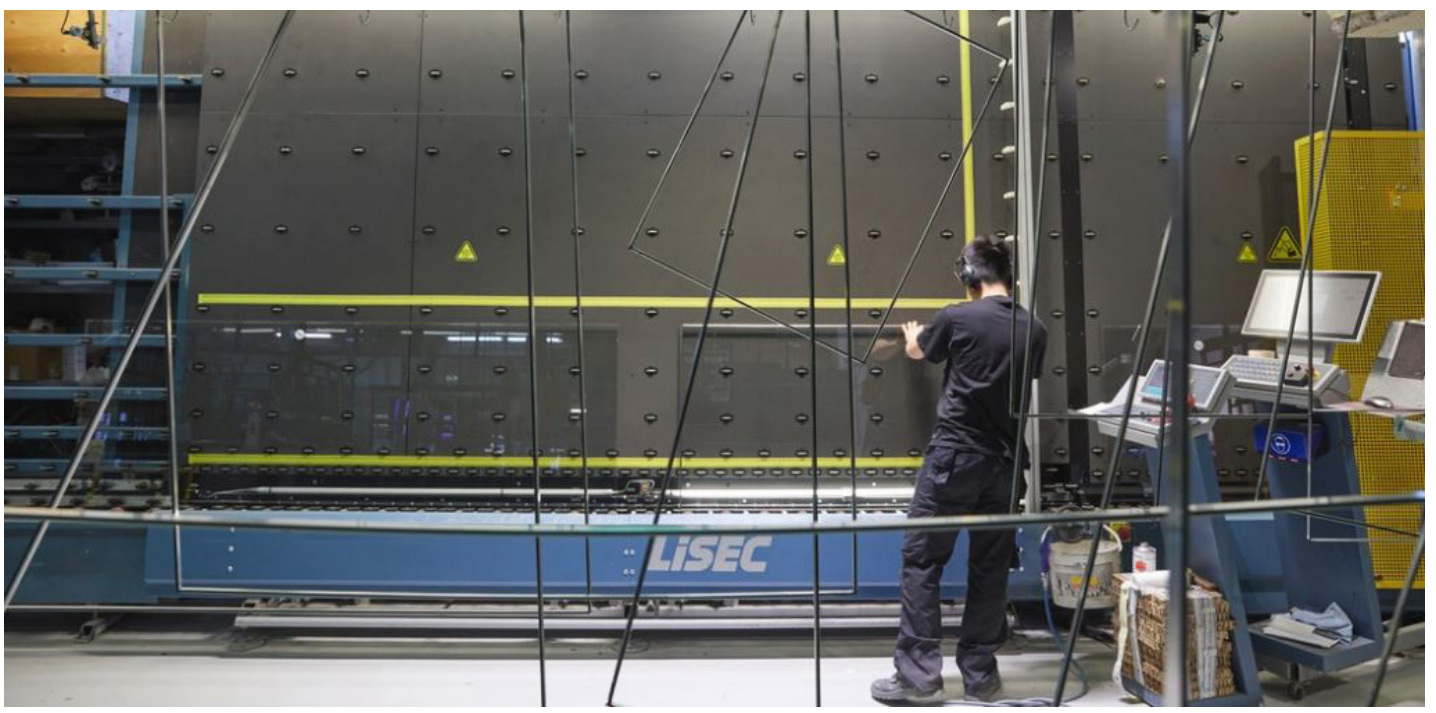


Íspan var stofnað árið 1969 og sérhæfir sig í framleiðslu og sölu á gleri og speglum. Fyrr á árinu keypti Íspan vörumerkið Glerborg ásamt sölu Glerborgar á tvöföldu gleri, speglum, hertu gleri og fylgihlutum því tengdu. Með því mun innlend framleiðsla á gleri aukast. Mikil þekking og fagmennska er til staðar hjá Íspan Glerborg og þar starfa yfir 45 manns og lögð er mikil áhersla á góða þjónustu.

Íspan Glerborg býður viðskiptavinum sínum hágæða gler og spegla ásamt fjöbreyttu úrvali af annars konar gleri sem hentar íslenskum aðstæðum. Fyrirtækið býður viðskiptavinum sínum íslenska framleiðslu á tvöföldu einangrunargleri sem og samlímt öryggisgler, hljóðvarnargler, hamrað gler, lakkað gler og hert gler til dæmis í handrið, veggi og sturtur. Nær allar vörur fyrirtækisins eru sérframleiddar eftir þörfum viðskiptavina.



„Þekking á innlendri framleiðslu á tvöföldu gleri er mikilvæg þar sem aðstæður hér á landi eru margt öðruvísi en á meginlandi Evrópu,“ segir Einar Þór Harðarson, framkvæmdastjóri Íspan. „Hér á landi erum við með miklar andstæður í veðurfari og getur rétt val á gleri skipt miklu máli hvað varðar endingu og aukin lífsgæði þeirra sem í híbýlunum búa og starfa. Mikil vitundarvakning hefur verið um val á glertegundum á undanförnum árum og getur breytt miklu fyrir íbúa húsa að hafa sólvarnargler upp á hitastjórnun og upplitun húsbúnaðar. Þar sem vindálag er mikið skiptir máli að fá góða ráðgjöf um val á tegundum og þykkt glers sem og loftrými sem hentar aðstæðum og því er innlend framleiðsla mikilvæg fyrir íslenskan byggingariðnað.”



# Mýranaut
## Við ósa Langár



Á Leirulæk, skammt fyrir utan Borgarnes við ósa Langár, reka hjónin Hanna Sigríður Kjartansdóttir og Anders Larsen Mýranaut. Þau rækta úrvals nautgripi til kjötframleiðslu sem þau selja svo beint til neytenda.

Mýranaut varð til þegar hjónin fluttu til Íslands frá Danmörku, var boðið að vera með í að fara út í nautgriparækt. Þau létu slag standa og hófu reksturinn árið 2007. Anders hafði alltaf viljað verða bóndi, þó að hann hafði kannski ekki séð fyrir sér að verða bóndi á Íslandi.
Þau eru fjölskyldurekið fyrirtæki. Auk hjónanna eru börnin þeirra með uppbrettar ermar með þeim. Nóg er að gera hjá þeim og gott betur en það. Hanna er kennari samhliða þjónustuhluta rekstursins og bústörfunum.

Í dag eru um 180 holdanaut hjá þeim i nautafjósinu. Nautakjötið frá Mýrarnaut er sér á parti en fóðurgjöfin skiptir þar sköpum. Kýrnar og kvígurnar bíta niðri við árósana og nærast þar meðal annars þangi og þara. Þess utan fá þær frjálsan aðgang að heyi og heilfóðri. Þau leggja mikið upp úr því að halda geðgóða nautgripi sem fæst með umhyggju og ræktun. Einstaklingar í stofninum sem sýna af sér óæskilega hegðun eru fjarlægðir og fyrir vikið geta þau rekið dýrin með hestum og klórað þeim bakvið eyrun án þess að eiga það á hættu að verða fyrir árás. Kýrnar sem ala kálfana fá að hafa þá hjá sér í allt að 9 mánuði sem skilar sér í hamingjusamari og rólegri dýrum.

Framleiðslan snýst öll um að selja vöruna beint frá býli og hefur verið frá árinu 2009. Hanna vill geta átt í beinum samskiptum við sína viðskiptavini og þannig tryggt ánægju þeirra sem kaupa hjá þeim kjöt. Þau selja helst stærri einingar eins og heila skrokka eða hluta úr skrokkum en selja allt niður í poka af hakki ef því er að skipta.

Gripirnir eru sendir til Hellu í slátrun og vinnslu. Þaðan er kjötið svo sent til höfuðborgarsvæðisins þar sem Hanna tekur á móti því og keyrir það út til viðskiptavina sinna þar, vikulega. Þess utan senda þau sínar pantanir um land allt.

Árið 2013 komu hjónin að stofnun verslunarinnar Ljómalind í Borgarnesi sem selur vörur beint frá býli, til að mynda kjöt, osta, sultur og svo handverk. Síðan þá hafa þau komið að rekstrinum að nokkru leyti og er Ljómalind eini staðurinn sem þau selja vöruna sína í smærri einingum, enda hafa sælkerar áttað sig á að þar má fá gæðavörur. Þau hafa kosið að hafa annars enga milliliði þegar kemur að dreifingu þeirra kjöts því þannig geta þau sjálf ábyrgst ánægju sinna viðskiptavina. Fyrst og fremst afgreiða þau pantanir á þessum stærri einingum og bróðurpartur sölunnar gerist í gegnum **www.myranaut.is**, Facebook síðu Mýranauts [Mýranaut – nautakjöt | Facebook] og svo tekur Hanna símtölin í síma **868-7204**








Hanna er oft spurð út í meðhöndlun á kjötinu, geymsluaðferðum og matreiðslu og því fylgja hér nokkur af hennar bestu ráðum.

Ef nautahakk er ætlað í hamborgara er rakið dæmi að búa þá til fyrst og frysta þá svo því þá er auðvelt að grípa í þá og henda þeim beint á pönnuna eða grillið.

Best er að láta steikurnar meyrna í ísskáp í 10–14 daga áður en þær eru frystar. Það er líka ágætt að taka nautasteikurnar úr frysti 6–7 dögum áður en þær eru eldaðar og láta þær þiðna í ísskáp. Við það halda þær áfram að meyrna og verða mjúkar og safaríkar við eldun.
wwÞað er best að elda nautakjöt þegar það er við stofuhita. Þess vegna er gott að taka það út úr ísskápnum minnst tveimur tímum áður en það er eldað.

Við mælum með að steikurnar flatsteik og klumpur séu steiktar í heilu lagi. Fyrst brúnaðar á pönnu og svo steiktar í ofni eða á grilli. Séu þær grillaðar er gott að snöggsteikja þær á háum hita allan hringinn og síðan slökkva undir á öðrum helmingi grillsins og leggja steikina þar. Miða má við að 1 kíló af kjöti þurfi um það bil 30 mínútna steikingu eða þangað til kjötmælirinn sýnir 52–55°C.

Þegar nautasteikur eru steiktar í heilu lagi er best að láta þær hvíla í um það bil 10–15 mínútur eftir steikingu, áður en þær eru skornar. Gott er að leggja yfir þær álpappír og viskastykki á meðan beðið er og gæta þess að hafa eitthvað undir skurðarbrettinu þegar þær eru að lokum skornar til að grípa kjötsafann.

Það er ekki sama hvernig kjötið er skorið. Það á alltaf að skera nautakjöt þvert á vöðvaþræðina. Í flestum steikum liggja vöðvaþræðirnir langsum eftir allri steikinni en þessu þarf að gefa gaum.









## Osso buco frá Önnu

Osso buco er ítalskur réttur, nánar tiltekið frá Mílanó. Þar er hann oft borinn fram með risotto a la Milanese en góð kartöflumús hentar líka vel sem meðlæti.

*3 – 4 sneiðar af oso bucco (beinið og mergurinn gerir gæfumuninn)*
*Hveiti til að velta kjötinu upp úr*
*Smjör og ólífuolía til að steikja upp úr*
*1 laukur*
*Nokkur hvítlauksrif (eftir smekk)*
*1 stór gulrót*
*1 bolli af þurru hvítvíni*
*1 bolli af kjötsoði*
*1 dós niðursoðnir tómatar*
*Salt og pipar*

Veltið osso buco sneiðunum upp úr hveiti og brúnið á báðum hliðum í smjöri og ólífuolíu. Takið af pönnunni á meðan laukurinn og hvítlaukurinn eru mýktir. Setjið í pott ásamt gulrótum og hvítvíni og látið malla í tíu mínútur. Þá er tómötum og kjötsoði bætt í pottinn, saltað og piprað og soðið við vægan hita í um það bil eina og hálfa klukkustund. Ausið vökvanum yfir bitana annað slagið ef þörf krefur.
Gott er að bera réttinn fram með góðri kartöflumús og gremolata sem er reyndar alveg ómissandi. Gremolata er sáldrað yfir réttinn þegar henn er kominn á diskinn.

## Gremolata

*Hálfur til einn bolli söxuð steinselja*
*Marin hvítlaukur, 2–3 rif*
*Rifinn börkur af einni góðri sítónu*

# ORR á Skólavörðustíg
## Gullfallegur iðnaður



*Gull- og silfursmíði er iðngrein sem er kennd er í Tækniskólanum. Námið tekur að jafnaði fjögur ár með starfsnámi hjá meistara og lýkur með sveinsprófi sem veitir réttindi til starfa í greininni.*



„Menn hafa alltaf ánægju af fallegum hlutum og ferðamenn eru mjög áhugasamir um handsmíðaða skartgripi. Svo er aukning í netsölu,“ segir Kjartan Örn Kjartansson gullsmiður sem rekur ásamt eiginkonu sinni, Guðbjörgu Bárðadóttur, skartgripaverslunina Orr.

„Orr er 20 ára á þessu ári og frá upphafi höfum við eingöngu verið með handsmíðaða skartgripi, okkar eigin hönnun. Allir skartgripirnir eru smíðað á verkstæðinu okkar á Skólavörðustíg. Stíllinn einkennist gjarnan af tilraunum til að brjóta upp hið hefðbundna og leita nýrra leiða til að búa eitthvað til. Við höfum gaman af litum og hreyfingu í skartinu okkar og viljum gjarnan að hægt sé að bera það á fleiri en einn veg. Við höfum ekki farið þá leið að binda okkur við ákveðnar línur eða heild, heldur smíða það sem hugmyndaflugið leyfir hvern dag.“



# Við erum Islenskur iðnaður

Samtök iðnaðarins

SVN

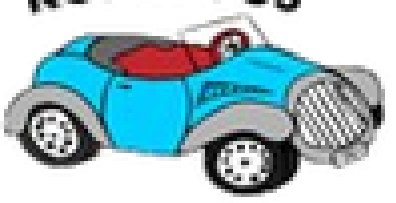
bh

MANNVIT



NICOLAI
Bifreiðastillingar

BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS



ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
SÍÐAN 1996

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA



Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er
www.utforin.is



Sverrir Einarsson
Jóhanna Eiríksdóttir

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

ESKJA

# Fjölbrautaskólinn í Breiðholti:

## Kennsla í nokkrum iðngreinum





**Fjölbrautaskólinn í Breiðholti býður upp á kennslu í nokkrum iðngreinum: Rafvirkjun, húsasmíði og snyrtifræði.**

**Einnig er boðið upp á sjúkraliðanám sem starfsnám á heilbrigðissviði en þó má geta þess að það flokkast þó ekki sem iðnnám.**

### Rafiðnabraut

Rafvirkjabrautin er mjög stór með um 330 nemendur samanlagt með kennslu í bæði dag- og kvöldskóla. Nám í rafvirkjun skiptist í bóklegt og verklegt nám í skóla og starfsþjálfun úti í atvinnulífinu. Lögð er áhersla á rafiðngreinar og grunn í almennum bóklegum greinum. Nemendur geta einnig stefnt að stúdentsprófi samhliða námi.

### Húsasmíðabraut

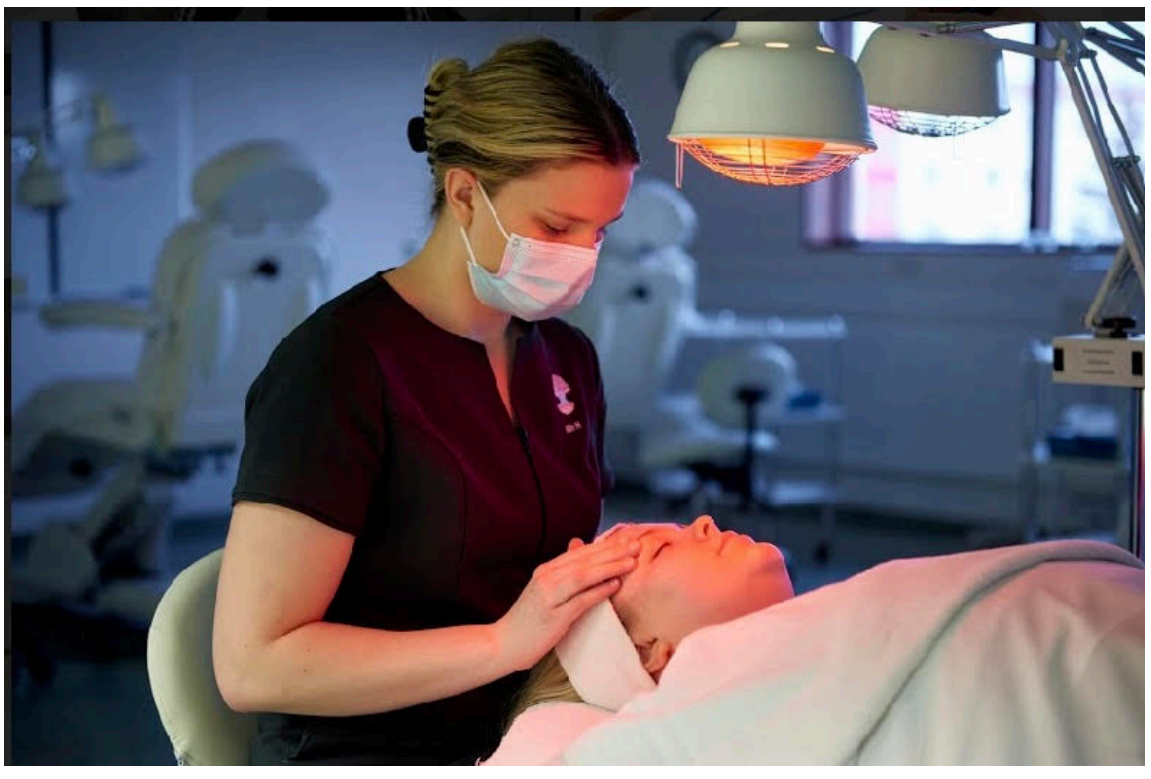
Húsasmíðabrautin er einnig með tæplega 300 nemendur samanlagt bæði í dag- og kvöldskóla. Nám í húsasmíði skiptist annars vegar í bóklegt og verklegt nám í skóla og hins vegar í vinnustaðanám og starfsþjálfun úti í atvinnulífinu. Lögð er áhersla á byggingar- og mannvirkjagreinar og grunn í almennum bóklegum greinum. Nemendur geta einnig stefnt að stúdentsprófi samhliða námi.

### Snyrtifræðibraut

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti er eini framhaldskólinn á landinu sem býður upp á nám í snyrtifræði. Nám og kennsla í snyrtifræði miðast við að veita almenna, faglega undirstöðumenntun í greininni, auka færni nemenda í meðferð snyrtivara og beitingu áhalda og tækja. Leitast er við að þjálfa sjálfstæð vinnubrögð nemenda og auka hæfileika og getu þeirra til samvinnu við aðra. Þá er stefnt að því að nemendur auki færni sína til þess að standast kröfur iðngreina um nákvæmni, áreiðanleika og fagleg vinnubrögð. Snyrtifræðingar vinna í mikilli nálægð við viðskiptavini sína og því er mikilvægt að þjálfa samskiptafærni nemenda og getu þeirra til þess að öðlast skilning á þörfum viðskiptavina. Í námskrá snyrtibrautar er lögð áhersla á að rækta með nemendum jákvætt viðhorf til gæða í þjónustu.

### Sjúkraliðabraut (flokkast þó ekki sem iðnnám)

Sjúkraliðanám er 204 eininga nám með námslok á 3. hæfniþrepi. Námið skiptist í almennar greinar, heilbrigðisgreinar og nám í sérgreinum sjúkraliðabrautar. Nám í sérgreinum sjúkraliðabrautar er bæði bóklegt og verklegt nám í skóla og starfsnám á heilbrigðisstofnunum. Sjúkraliðanám tekur að jafnaði þrjú ár eða sex annir. Tilgangur sjúkraliðanáms er að undirbúa nemendur undir krefjandi störf við hjúkrun, endurhæfingu og forvarnir bæði á heilbrigðisstofnunum og á heimilum fólks þar sem reynir mikið á samskiptafærni og siðferðisvitund starfsmanna. Í náminu er rík áhersla lögð á samvinnu við starfsfólk og stjórnendur í heilbrigðisþjónustu. Til að nemandi getið hafið vinnustaðanám á sjúkrastofnun eða hjúkrunarheimili þarf hann að hafa náð 18 ára aldri. Sjúkraliðanám getur verið góður grunnur fyrir frekara nám í heilbrigðisvísindum. Að lokinni brautskráningu frá skóla getur nemandi sótt um löggildingu starfsheitis til Embættis landlæknis og öðlast þá réttindi til að starfa sem sjúkraliði á Íslandi. Starfsheitið sjúkraliði er lögverndað.





**Dagbjört Elín Ármannsdóttir**, nemi í rafvirkjun, og **Helgi Már Valdimarsson** rafiðnfræðingur að störfum.

# ***RAFMENNT*** *er máttur*

***RAFMENNT*** – fræðslusetur rafiðnaðarins annast verkefni er varða menntamál rafiðnaðarmanna, allt frá upphafi náms til loka meistaraskóla, og endurmenntun þeirra sömuleiðis.

***RAFMENNT*** varð til árið 2018 við sameiningu Rafiðnaðarskólans og Fræðsluskrifstofu rafiðnaðarins í því skyni að auka þjónustu við félagsmenn og gera framboð menntunar og fræðslu enn fjölbreyttara og markvissara.

***Rafiðnaðarsamband Íslands*** og ***Samtök rafverktaka*** eiga og reka ***RAFMENNT*** í sameiningu.

RAFMENNT
fræðslusetur rafiðnaðarins

Stórhöfða 27 • 110 Reykjavík • rafmennt.is • sími 540 0160