FRÉTTABLAÐIÐ

297. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 20. DESEMBER 2019

Örtröð myndaðist þegar jólaúthlutun fyrir fjölskyldur fór fram í Fjölskylduhjálp Íslands í gær. Fjölmörg fyrirtæki studdu við úthlutunina auk þess sem önnur, í ljósi vitundarvakningar varðandi matarsóun, gáfu vörur sem nálguðust brátt síðasta söludag. FRÉTTABLAÐIÐ SIGTRYGGUR ARI

Hannar bol í góðgerðarskyni

LÍFIÐ Knattspyrnumaðurinn Rúrik Gíslason hannar bol með 66°Norður og rennur allur ágóði af sölu hans til SOS Barnaþorpa. Rúrik hefur lengi haft áhuga á tísku en hefur ekki hannað áður. Hann segir samstarfið við 66°Norður hafa gengið vel og að hann sé að rækta listamanninn í sjálfum sér.

Rúrik Gíslason.

Fyrir einu og hálfu ári höfðu Barnaþorp SOS samband við Rúrik og báðu hann um að gerast velgjörðarsendiherra fyrir samtökin. Hann þurfti ekki hugsa sig tvisvar um. „Mig langaði svo mikið að leggja mitt af mörkum, ekki bara monta mig af því að vera velgjörðarsendiherra og gera svo ekki rassgat. Mig langaði að gera eitthvað sem myndi vekja athygli á samtökunum. Þá fékk ég þessa hugmynd, að hanna bol og selja til styrktar samtökunum," segir Rúrik. – ssþ / sjá síðu 44

Myndavélar í skólum þurfa skýran tilgang

Bæjaryfirvöld í Hafnarfirði segja í svari til Persónuverndar eftirlitsmyndavélar í grunnskólum bæjarins studdar af skólasamfélaginu. Framkvæmdastjóri Heimilis og skóla segir að skýrt þurfi að vera í hvaða tilgangi myndefni sé tekið upp.

ÖRYGGISMÁL „Það þarf að gæta meðalhófs en það er ekki endilega óeðlilegt að nota öryggismyndavélar í skólum," segir Hrefna Sigurjónsdóttir, framkvæmdastjóri foreldrasamtakanna Heimilis og skóla.

Persónuvernd skoðar nú uppsetningu á eftirlitsmyndavélum í grunnskólum í Hafnarfirði. Bæjaryfirvöld segja farið að lögum og reglum. Málið hafi verið rætt á fundum með skólastjórum.

„Skólastjórnendur telja að skólasamfélagið styðji slíka öryggisvörslu með lögbundnum skilyrðum og hafa talið að slíkt myndi auka öryggi í skólastarfinu," segir í svari bæjarins til Persónuverndar.

Hrefna segir að Heimili og skóli hafi sent frá sér ályktun í október

Hrefna Sigurjónsdóttir, framkvæmdastjóri Heimilis og skóla.

varðandi öryggismál í skólum eftir að óviðkomandi maður hafi komið inn í Austurbæjarskóla í Reykjavík, villt á sér heimildir og brotið þar kynferðislega á barni. Eftirlitsmyndavélar hafi þá verið ræddar á vettvangi samtakanna en ekkert um þær þó ratað inn í ályktunina.

„Við erum ekki að tala um að það eigi að vera eitthvert stórabróðurssamfélag þar sem börnin eru undir stöðugu eftirliti, þau verða líka að fá að leika frjáls. Á hinn bóginn er slíkt kannski ekki óeðlilegt í opinberum byggingum eins og skólum þar sem eru líka ákveðin verðmæti," segir Hrefna.

Að sögn Hrefnu er ekki æskilegt að börnin séu undir stöðugu eftirliti. „Ég efast um að nokkur vilji hafa myndavél beint að sér allan daginn," segir hún. Hins vegar sé slíkt eftirlitskerfi skiljanlegt í stórum stofnunum þar sem séu verðmæti og uppfylla þurfi ákveðna öryggisskyldu. Þá sé hægt að skoða upptökur ef eitthvað beri út af.

„Það skiptir máli hvar myndavélar eru staðsettar, hversu margar þær eru og hvað þær eru að taka upp. Og það þarf að vera mjög skýrt hvernig nota á efnið og í hvaða tilgangi," segir Hrefna Sigurjónsdóttir. – gar / sjá síðu 4

LENGRI OPNUNARTÍMI Í NETTÓ

OPIÐ Í ÖLLUM NETTÓ VERSLUNUM TIL 23 Í KVÖLD

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN Í NETTÓ GRANDA OG MJÓDD

nettó í jólaskapi

Glæsilegar jólagjafir

TAG HEUER
TAGHeuer

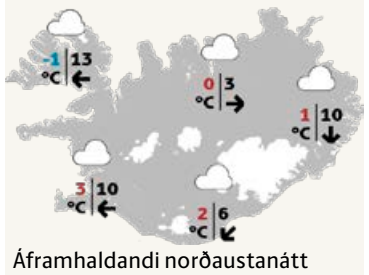
LONGINES

TISSOT

MICHELSEN ÚRSMIÐIR

Kringlunni - michelsen.is

Veður



Áframhaldandi norðaustanátt í dag, víða 10-15 m/s, en 15-20 norðvestan til á landinu og einnig á Suðausturlandi um kvöldið. Slydda eða snjókoma norðan- og austanlands, en yfirleitt þurrt sunnan heiða. Hiti nálægt frostmarki, en hiti að 6 stigum sunnanlands.
SJÁ SÍÐU 20

Skoða óþarfa boð og bönn

STJÓRNSÝSLA Kolbrún Halldórsdóttir, borgarfulltrúi Flokks fólksins, telur að skoða þurfi hvort óþarfa hindranir og bönn séu við lýði þegar kemur að aðgengi að borgarfulltrúum. Á borgarstjórnarfundi í vikunni var lagt fram bréf Pawels Bartoszek, forseta borgarstjórnar, þar sem hann gerði athugasemd við að borgarfulltrúar væru myndaðir án þeirra vitneskju við athafnir daglegs lífs.

Þar var vísað í mynd Fréttablaðsins í tengslum við fréttaflutning af kostnaði við fundi borgarstjórnar. Umrædd mynd sýndi Kolbrúnu gæða sér á andalæri í matsal Ráðhússins en myndin var tekin í gegnum glugga á byggingunni. Áður hafði ljósmyndara blaðsins verið meinað að taka myndir af borgarfulltrúum í mötuneytinu.

Kolbrún Baldursdóttir, borgarfulltrúi.

Kolbrún lagði fram bókun vegna málsins á fundi borgarstjórnar. Segir hún að það hafi verið ákveðin reynsla að vera mynduð úr slíku launsátri og að myndin hafi látið hana líta illa út. Hún telur þó að skaðlaust hefði verið að leyfa myndatöku í sjálfum matsalnum enda vakti málið mikla athygli í fjölmiðlum.

Nefnir hún annað dæmi um áhorfendur sem sátu borgarstjórnarfund nýlega og klöppuðu á einum tímapunkti á meðan á fundinum stóð. Segir Kolbrún að fólkið hafi verið ávítt og hótað brottvísun ef klappið myndi endurtaka sig. Í bókun sinni benti Kolbrún á að markmið borgarstjórnar ætti að vera að tryggja gegnsæi og aðgengi. – **þþ**

Íþróttafólk Reykjavíkur 2019

Kraftlyftingamaðurinn Julian Jóhann Karl Jóhannsson og knattspyrnukonan Margrét Lára Viðarsdóttir voru í gær valin íþróttafólk Reykjavíkur. Stjórn Íþróttabandalags Reykjavíkur hefur frá árinu 1979 valið íþróttamann og -lið Reykjavíkur og var hátíðin nú haldin í fertugasta og fyrsta sinn. Körfuknattleikslið kvenna hjá Val og karla hjá KR voru valin íþróttalið Reykjavíkur. Verðlaunin voru veitt í Ráðhúsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Uppsögn var dæmd ólögmæt.

Íslenska ríkið dæmt bótaskylt

DÓMSMÁL Íslenska ríkið hefur verið dæmt til að greiða fyrrverandi starfsmanni Hagstofu Íslands tæpar fimm milljónir króna auk dráttarvaxta vegna ólögmætrar uppsagnar.

Hagstofan bar við að nauðsynlegt hefði verið að ráðast í skipulagsbreytingar til þess að bæta við þekkingu.

Þetta taldi starfsmaðurinn vera ávirðingu um að hann væri ekki talinn starfi sínu vaxinn. Sem opinberum starfsmanni hefði Hagstofunni borið skylda til að veita honum áminningu áður en til uppsagnarinnar kom.

Nánar á frettabladid.is. – **gis**

K371 sófi
Fáanlegt í leðri og tauáklæði, margir litir
3ja sæta 2ja sæta og stólar

Opið virka daga 11-18
laugardaga 11-15

Komið og skoðið úrvalið

NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN

Strandgötu 24 | 220 Hafnarfjörður | Sími 565 4100 | nyform.is

Sagði upp vinnunni og stundar nú hugleiðslu

Gísli Rafn Guðmundsson er lærður landslagsarkitekt og borgarhönnuður. Hann tók snarpa beygju í lífinu þegar hann sagði upp vinnunni og einbeitir hann sér nú að andlegum málefnum og stundar hugleiðslu af fullum krafti.

SAMFÉLAG „Ég var búinn að vera að prófa mig áfram í þessu í tvö ár en sagði svo upp í maí," segir Gísli Rafn Guðmundsson. Hann er með BS-gráðu í umhvefisskipulagi og meistaragráðu í arkitektúr og starfaði sem borgarhönnuður í fimm ár þar til hann ákvað að breyta til nú í vor og elta sína nýju köllun. Andleg málefni eiga nú hug hans allan.

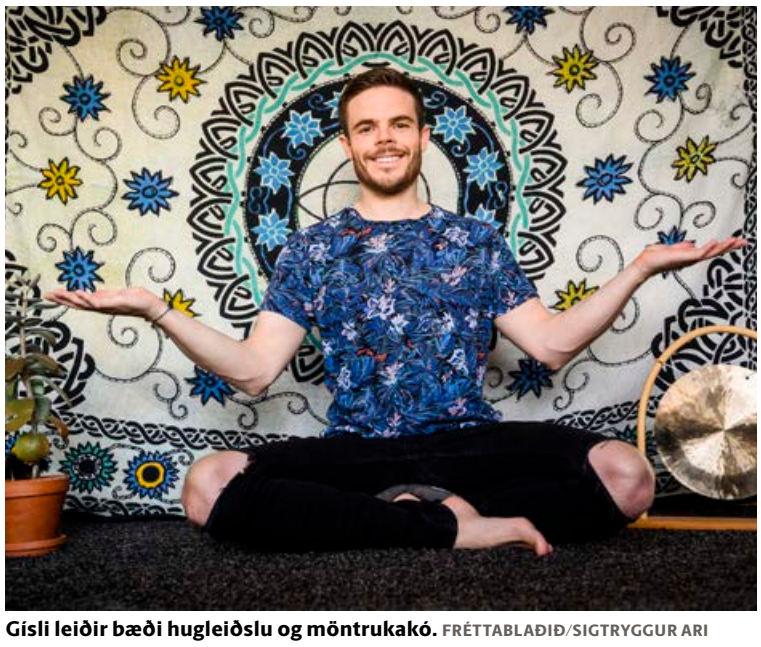
„Ég fann einhvern veginn að ég var farinn að missa áhugann á faginu sem ég hafði haft svo mikla ástríðu fyrir og þrátt fyrir að vera í góðu starfi með fín laun þá varð ég að fylgja hjartanu," segir hann. „Það var stór ákvörðun fyrir mig að hætta og mér fannst það skrítið en á sama tíma hafði ég ekki val því þetta kallaði það mikið á mig," bætir hann við.

„Þegar ég ákvað að gera þetta vissi ég ekkert hvernig það myndi enda. Ég hugsaði með mér að kannski yrði þetta hræðilegt og kannski draumi líkast og þetta er eiginlega eins og draumur. Ég vissi ekki að lífið gæti verið svona ótrúlega mikið ævintýri," segir hann og bætir við að þrátt fyrir að hann vinni mikið sé hann sjaldnast þreyttur og honum líði eins og hann sé að leika sér en ekki vinna.

Gísli leiðir bæði hugleiðslur og kakóathafnir. „Ég er með þrjár gerðir af hóptímum, allt í samstarfi við aðra aðila. Á þriðjudögum er ég með Athvarf fyrir hugann sem eru hugleiðslutímar, á mánu- og fimmtudögum er ég með svokallaða KAP-tíma og annan hvern miðvikudag er ég með möntrukakó, þar sem við drekkum hreint kakó og kyrjum möntrur."

Aðspurður að því hvort breytingarnar í lífi hans hafi haft einhverjar fórnir í för með sér segir Gísli að svo sé en að þær séu þess virði. „Ég vissi að það myndu fylgja þessu fórnir en þetta snýst líka um fjárhagslegt frelsi og það er mikið frelsi í því að vera með innkomu úr ólíkum áttum. Ég átti engan varasjóð og hafði ekkert sparað en ég hafði komið mér þannig fyrir að ég fæ inn leigutekjur og svo þegar mig vantar pening get ég keyrt leigubíl. Sonur minn býr hjá mér aðra hverja viku svo að hina vikuna get ég nýtt tímann í það að keyra til dæmis," segir hann.

„Þetta var stressandi en ég hugsaði með mér að það væri betra fyrir okkur að ég sýni syni mínum að maður geti elt draumana og eigi ekki að láta neitt stoppa sig. Þetta er mín köllun og ég þurfti að fylgja henni. Kannski er þetta líka innblástur fyrir fólk til að finna leið til að lifa af því sem nærir það," segir Gísli. **birnadrofn@frettabladid.is**



Gísli leiðir bæði hugleiðslu og möntrukakó. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> **Þetta er mín köllun og ég þurfti að fylgja henni.**
>
> Gísli Rafn Guðmundsson

GEYSIR
Skólavörðustígur 7 & 16 og Kringlan, Reykjavík. HEIMA: Skólavörðustígur 12, Reykjavík. Hafnarstræti 98, Akureyri og Haukadalur. Geysir.com

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

1 Sjö tilkynningar um köngulær með rauðum díl á aðeins örfáum vikum Náttúrufræðistofnun hefur fengið óvenju margar tilkynningar á undanförnum vikum um köngulær í vínberjapokum.

2 Seinka jólunum til að gleðja ókunnuga Eigendur Orange Café bjóða einstæðingum að upplifa ekta jól á aðfangadagskvöld.

3 Bandaríkjaforseti formlega ákærður til embættismissis Donald J. Trump er þriðji forsetinn sem er ákærður til embættismissis (e. impeached).

4 Búið að bera kennsl á hin myrtu í Maniitsoq en morðinginn gengur enn laus Lögreglan hefur ekki enn fundið morðingjann sem myrti tvo einstaklinga í grænlenska þorpinu Maniitsoq í fyrrinótt.

5 Tveir einstæðir feður flytja úr foreldrahúsum í leiguíbúð fyrir jólin Lyklar voru afhentir að nýjum leiguíbúðum ætluðum tekjulágum einstaklingum og fjölskyldum í Hafnarfirði í dag.

Allar nýjustu fréttir og blað dagsins eru fáanleg á www.frettabladid.is

Meðallaun í VR 666.000 krónur

VINNUMARKAÐUR Heildarlaun félagsmanna í VR voru að meðaltali 666 þúsund krónur á mánuði í september síðastliðnum. Þetta sýna niðurstöður launarannsóknar félagsins. Höfðu laun hækkað að meðaltali um 2,1 prósent frá því í febrúar þegar síðasta rannsókn var gerð.

Miðgildi heildarlauna reyndist 615 þúsund krónur á mánuði og hafði hækkað um 2,5 prósent frá því í febrúar. Launarannsókn VR byggir á skráningum um 13 þúsund félagsmanna í launareiknivél.

Hæstu meðallaunin voru í upplýsingatækni, hugbúnaðargerð og tölvusölu og þjónustu eða 804 þúsund á mánuði. Lægst meðallaun voru hins vegar í verslun með lyf, hjúkrunar- og snyrtivörur þar sem þau voru 562 þúsund á mánuði. **– sar**

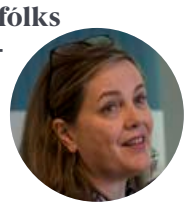
Rúmur milljarður í lægri greiðsluþátttöku

HEILBRIGÐISMÁL Fella á niður komugjöld sjúklinga í áföngum og auka niðurgreiðslur sjúkratrygginga vegna tannlæknaþjónustu og lyfja. Þetta eru meðal þeirra aðgerða sem kynntar voru í gær í því skyni að lækka greiðsluþátttöku í heilbrigðiskerfinu.

Alls verður 1,1 milljarði króna ráðstafað til verkefnanna næstu tvö árin.

Hluti aðgerðanna kemur til framkvæmda strax um áramótin en samkvæmt ríkisfjármálaáætlun á að verja 3,5 milljörðum króna í að lækka greiðsluþátttöku til ársins 2024. „Lækkun greiðsluþátttöku sjúklinga er afgerandi þáttur í því að jafna aðgengi fólks að heilbrigðisþjónustu og sporna við heilsufarslegum ójöfnuði af félagslegum og fjárhagslegum ástæðum," segir Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra.

> **Lækkun greiðsluþátttöku sjúklinga er afgerandi þáttur í því að jafna aðgengi fólks að heilbrigðisþjónustu.**
>
> Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra



„Markmiðið er að greiðsluþátttakan verði á pari við það sem best gerist á Norðurlöndunum," segir Svandís.

Meðal annarra aðgerða sem ráðast verður í er fjölgun á léttum súrefnissíum fyrir lungnasjúklinga, þá verður nýr búnaður fyrir sykursjúka tekinn í notkun og settar verða rýmri reglur um ferðakostnað sjúklinga og aðstandenda þeirra. **– sar**

Eftirlitsmyndavélarnar sagðar vernda skólafólk í Hafnarfirði

Hafnarfjarðarbær segir uppsetningu eftirlitsmyndavéla við grunnskóla bæjarins í samræmi við lög og reglur. Ekki hafi verið formlega ákveðið að setja einnig upp vélar við leikskóla. Þetta kemur fram í svari bæjarins til Persónuverndar sem hóf skoðun á málinu eftir fjölmiðlaumfjöllun fyrr í þessum mánuði.

PERSÓNUVERND Persónuvernd hefur hafið frumkvæðisathugun á eftirlitsmyndavélum við grunnskóla í Hafnarfirði. Bæjaryfirvöld segja farið að lögum og reglum.

Í erindi frá 4. desember vísaði Persónuvernd í fjölmiðlaumfjöllun um að Hafnarfjarðarbær hafi á liðnum tveimur árum sett upp eftirlitsmyndavélar við grunnskóla. Myndavélum yrði komið fyrir við síðasta grunnskólann fyrir áramót. Á næsta ári yrði byrjað að setja upp eftirlitsmyndavélar við leikskóla.

Persónuvernd sendi Hafnarfjarðarbæ spurningalista. Þar var meðal annars spurt að því hvar myndavélunum væri komið fyrir, hvers konar rými væru vöktuð og hvort vöktunin næði út fyrir skólalóðirnar.

Einnig var spurt við hvaða lagaheimild myndavélaeftirlitið styddist og hvernig það samræmdist ákvæðum um rafræna vöktun í lögum um persónuvernd.

„Rafræn vöktun er ávallt háð því skilyrði að hún fari fram í málefnalegum tilgangi. Rafræn vöktun svæðis þar sem takmarkaður hópur fólks fer um að jafnaði er jafnframt háð því skilyrði að hennar sé sérstök þörf vegna eðlis þeirrar starfsemi sem þar fer fram," er eitt ákvæðanna sem Persónuvernd vísaði til.

Bréf Persónuverndar var lagt fyrir bæjarráð Hafnarfjarðar í gær.

Fréttablaðið hefur undir höndum svar bæjarins sem undirritað er af Rósu Guðbjartsdóttur bæjarstjóra og dagsett er í fyrradag. Þetta svarbréf var þó ekki lagt fyrir bæjarráðið í gær.

„Við höfum uppfyllt öll skilyrði laga og reglna hvað eftirlitsmyndavélar varðar," segir Sigríður Kristinsdóttir bæjarlögmaður við Fréttablaðið.

Eftirlitsmyndavélar við Lækjarskóla og aðra skóla í Hafnarfirði auka öryggi segja bæjaryfirvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> **Skólastjórnendur telja að skólasamfélagið styðji slíka öryggisvörslu með lögbundnum skilyrðum og hafa talið að slíkt myndi auki öryggi í skólastarfinu.**
>
> Úr svarbréfi Rósu Guðbjartsdóttur, bæjarstjóra Hafnarfjarðar, til Persónuverndar

„Skólastjórnendur telja að skólasamfélagið styðji slíka öryggisvörslu með lögbundnum skilyrðum og hafa talið að slíkt myndi auki öryggi í skólastarfinu," segir í svarbréfi bæjarins. Vöktunin snúist um að vernda eigur nemenda, sveitarfélagsins og starfsmanna og tryggja öryggi nemenda, starfsfólks og annarra að mörkum skólalóðanna.

„Myndavélar innandyra snúa aðeins að fáum grunnskólum sveitarfélagsins," segir í svari bæjarins.

„Hvað varðar vélar innanhúss í núverandi framkvæmd þá skal vöktun þeirra beinast að svæði við útgang/inngang og þá eftir atvikum að þeim verðmætum sem þar er að finna svo sem föt og skór. Auk almannarýmis ef sérstök ástæða er til með hliðsjón af öryggi og að tryggja verðmæti."

Þá segir Hafnarfjarðarbær að ekki hafi verið formlega ákveðið að að setja upp öryggismyndavélar við leikskóla á næsta ári.

„Þess skal þó getið að stefnt er á að setja upp eftirlit utanhúss utan vistunartíma við einn leikskólann sökum skemmda og slæmrar umgengni þegar leikskólanum er lokað," segir í bréfi Hafnarfjarðarbæjar. **gar@frettabladid.is**

Aukið svifryk mælist um áramót

UMHVERFISMÁL Umhverfisstofnun hefur gefið út skýrslu þar sem greint er frá niðurstöðum á mælingum á efnainnihaldi svifryks um síðustu áramót.

Í skýrslunni kemur fram að veruleg aukning hafi orðið á hlutfalli ýmissa innihaldsefna svifryks um áramótin. Þau efni sem hækki hvað mest séu einkennandi fyrir mengun frá flugeldum en komi ekki frá öðrum uppsprettum svo sem áramótabrennum.

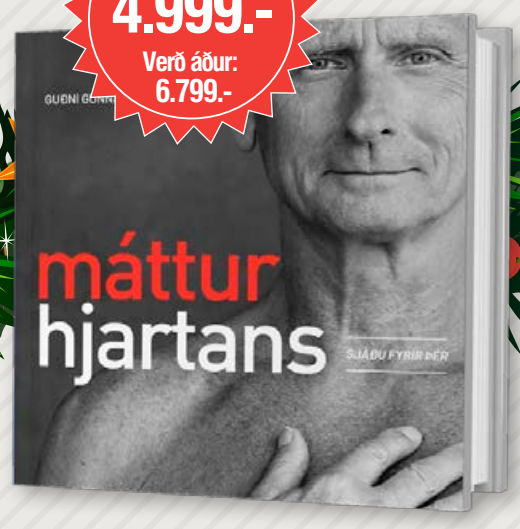
Ryk sem þetta er sagt bæði varasamt og heilsuspillandi og þá sér í lagi fyrir börn og aldraða. Mengun frá flugeldum er sögð raunverulegt vandamál hér á landi og er fólk hvatt til hófsemi í notkun á flugeldum um komandi áramót.

Tekið er fram á vef stofnunarinnar að flugeldar séu „aldrei umhverfisvænir eða skaðlausir og því er mikilvægt að minnka verulega magn flugelda sem skotið er upp um áramót þar sem þeim fylgir ávallt mikið svifryk". Sýnum var safnað á mælistöð við Grensásveg í Reykjavík og Dalsmára í Kópavogi. Á báðum stöðum mátti sjá mikla aukningu svifryks um áramótin 2018-2019 ásamt því að efnainnihald þess breyttist.

Flugeldar valda mikilli og skaðlegri loftmengun. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Þann fyrsta janúar mældist svifryk við Grensásveg 81,5 mikrógrömm á rúmmetra miðað við 5,1 þann 27. desember. Í Dalsmára mældist svifryk 114,9 mikrógrömm á rúmmetra á nýársdag en 1,0 þann 27. desember. **– bdj**

ÓSTÖÐVANDI LESTUR!



TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 6.799.-

Máttur hjartans
Sjáðu fyrir þér

TILBOÐSVERÐ: 7.299.-
Verð áður: 9.799.-

Hofsá og Sunnudalsá

TILBOÐSVERÐ: 6.199.-
Verð áður: 8.899.-

Fákar og fólk

TILBOÐSVERÐ: 7.299.-
Verð áður: 9.999.-

Harry Potter og viskusteinninn

TILBOÐSVERÐ: 4.899.-
Verð áður: 6.999.-

Óstöðvandi Sara Björk

TILBOÐSVERÐ: 2.999.-
Verð áður: 5.299.-

Vargöld

TILBOÐSVERÐ: 3.699.-
Verð áður: 4.999.-

Veislubókin

TILBOÐSVERÐ: 7.299.-
Verð áður: 9.999.-

Tónlist liðinna alda

TILBOÐSVERÐ: 3.299.-
Verð áður: 4.499.-

Sapiens

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 20. desember eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Hámarksvextir 35 prósent

NEYTENDUR Hámarksvextir á neytendalánum voru lækkaðir úr 50 prósentum árlega í 35 prósent, auk stýrivaxta. Lög þess efnis voru samþykkt á Alþingi á síðasta degi þingsins fyrir jólafrí. Um er að ræða breytingartillögu meirihluta efnahags- og viðskiptanefndar á frumvarpi iðnaðar- og nýsköpunarráðherra sem ætlað var að sporna við ólöglegri starfsemi smálánafyrirtækja.

Í frumvarpi ráðherra var miðað við að hámarkið yrði áfram fimmtíu prósent auk stýrivaxta Seðlabankans.

Minnihluti nefndarinnar vildi að hámarkið yrði tuttugu prósent. Oddný Harðardóttir, þingmaður og fulltrúi Samfylkingarinnar í nefndinni, segir að horft hafi verið til norrænna fyrirmynda við að finna réttu töluna. „Yfirdráttur er um 11 prósent, sama á við um dráttarvexti Seðlabankans. Fimmtíu prósent vextir á ári eru okurvextir, tuttugu prósent eru háir vextir. Þrjátíu og fimm prósent vextir eru mun skárri," segir Oddný.

Bryndís Haraldsdóttir, þingmaður Sjálfstæðisflokksins og framsögumaður nefndarinnar í málinu, segir að nefndin hafi ákveðið að lækka hámarkið út frá umsögnum sem bárust. Lækkun niður í 20 prósent hefði þó verið of stórt stökk í einu. „Við erum að færa okkur í þá átt sem við sjáum á hinum Norðurlöndunum. Þetta er 20 prósent í Finnlandi, hærra í Svíþjóð og svo eru Danir að horfa til 20 prósenta. Við þorðum ekki að fara svo lágt að þessu sinni þannig að 35 prósent var niðurstaðan," segir Bryndís.

> **Við erum að færa okkur í þá átt sem við sjáum á hinum Norðurlöndunum.**

Bryndís Haraldsdóttir, þingmaður Sjálfstæðisflokksins

> **Minnihluti nefndarinnar vildi að hámarkið yrði 20 prósent.**

Brynhildur Pétursdóttir, framkvæmdastjóri Neytendasamtakanna, sem hafa verið í öflugri baráttu við smálánafyrirtæki og innheimtufyrirtæki þeirra, segir þessa breytingu til bóta.

„Þetta er mjög jákvætt skref í rétta átt. Við höfum hins vegar áhyggjur af því að málsmeðferðartími þessara mála er alltof hægur og jafnvel þó að skýr ákvæði séu í lögum þá hefur smálánafyrirtækjunum tekist að snúa fram hjá öllum lögum," segir Brynhildur. Bætir hún við að næsta skref samtakanna sé að beita sér fyrir því að taka á eftirliti með innheimtufyrirtækjunum sem falla utan við eftirlit Fjármálaeftirlitsins. **– ab**

Laxeldi í Harstad í Noregi. Gunnar Davíðsson segir að uppbygging fiskeldis í Tromsfylki hafi orðið til góðs fyrir byggðina. Áhrif eldisins á svæðið séu mikil. Með því koma mikilvæg störf fyrir byggðarlögin. NORDICPHOTOS/GETTY

Fiskeldi veldur lítilli truflun í umhverfinu

Gunnar Davíðsson, deildarstjóri Tromsfylkis í Noregi, telur rétt að hlúa að fiskeldinu hér til að það dafni og skapi störf. Reynslan í Noregi sé mjög góð og umhverfisáhrif hverfandi. Fiskeldi hafi mikilvægu byggðahlutverki að gegna.

FISKELDI Gunnar Davíðsson starfar sem deildarstjóri fyrir fylkisstjórnina í Troms í Noregi, næstnyrsta fylki landsins. Þar hefur fiskeldi aukist jafnt og þétt undanfarin fimmtán ár og er nú á meðal tíu stærstu atvinnuveganna í fylkinu. Fylkisstjórnin sér um leyfisveitingu fyrir fiskeldisstöðvarnar og þekkir Gunnar, sem hefur búið í Noregi síðan 1983, vel til í þeim efnum.

Fiskeldi í Noregi hófst í kringum 1970 og varð að stórum iðnaði um tíu árum síðar. Langmest er ræktað af laxi en einnig regnbogasilungi. Í dag eru rúmlega 1,3 milljónir tonna af fiski ræktuð í Noregi, sem er um helmingur heimsframleiðslunnar. Að sögn Gunnars fór Troms frekar seint af stað en iðnaðurinn hefur þróast mikið og í dag er hann orðinn stærsta atvinnugreinin í mörgum minni sveitarfélögum fylkisins. Á síðasta áratug hefur eldisframleiðslan tvöfaldast, úr 110 þúsund tonnum upp í tæplega 200 þúsund. Að mati Gunnars er svæðið að töluverðu leyti samanburðarhæft við bæði Vestfirði og Austfirði á Íslandi.

Gunnar segir að fiskeldið þjóni mikilvægu hlutverki hvað byggðastefnu varðar. „Áhrif fiskeldisins á svæðið eru mikil. Með því koma störf sem ekki er hægt að flytja í bæina eða suður eftir, störf sem þarf að fylla á í þeim byggðarlögum þar sem eldið er," segir Gunnar. Bæði störf sem þarfnast framhaldsmenntunar, svo sem sjávarlíffræðinga og dýralækna, og önnur. „Síðan hefur þetta mikil efnahagsleg áhrif fyrir þau fyrirtæki sem þjónusta eldið, svo sem fraktflutninga, köfunarþjónustu, bátaþjónustu, viðgerðir og fleira. Hvert starf í eldinu skapar þrjú eða fjögur störf í nærumhverfinu."

> **Hvert starf í eldinu skapar þrjú eða fjögur störf í nærumhverfinu.**

Gunnar Davíðsson, deildarstjóri Tromsfylkis

Hvað Ísland varðar telur Gunnar mikilvægt að hlúa að fiskeldinu til þess að greinin geti komið undir sig fótunum. Norðmenn spila stóra rullu í íslenska eldinu og eru nú fjögur norsk fyrirtæki sem starfa hér. Fiskeldi hefur langt í frá verið óumdeilt á Íslandi, sérstaklega á meðal laxveiðimanna sem telja eldið ógna hreinleika villta laxastofnsins.

Gunnar segir að líkt og hér séu alltaf einhverjir sem finni eldinu allt til foráttu í Noregi. „Engin atvinnuþróun verður án þess að það kosti eitthvað í samfélaginu. Okkar reynsla er að fiskeldi sé þó sú grein sem skapi hvað minnsta truflun í kringum sig," segir hann. „Þó að talið sé að eldið sé til óþurftar fyrir villtu laxveiðina, þá er samt sem áður staðreyndin sú að gotstærð allra villilaxastofna er sú sama og fyrir 30 til 40 árum. Ef áhrif eldisins eru einhver þá eru þau að minnsta kosti ekki mikil þegar á heildina er litið."

Í Troms eru fiskar ræktaðir í sjókvíum og landeldi enn ekki hafið. „Fyrsta landeldisstöðin er rétt að byrja og verður væntanlega komin í gagnið á næsta ári."

kristinnhaukur@frettabladid.is

Viðrar vel til innviðaframkvæmda

VIÐSKIPTI Vel heppnað skuldabréfaútboð Landsnets í Bandaríkjunum bendir til að nú sé kjörið tækifæri til innviðafjárfestinga, einnig hljóti fyrirtæki og almenningur að njóta þessa í lægra raforkuverði.

„Þetta eru mjög góð tíðindi, bæði fyrir Landsnet og þá sem eru í viðskiptum við þá. Þetta bendir til að fjármagnskostnaður þeirra sé að lækka, jafnvel umtalsvert," segir Ingólfur Bender, aðalhagfræðingur Samtaka iðnaðarins.

Hin nýju lán Landsnets eru á talsvert betri kjörum en fyrri lán fyrirtækisins, 3,79 prósenta meðalvextir samanborið við 4,56 prósenta meðalvexti í fyrra útboði. Alls er um að ræða 100 milljónir Bandaríkjadala, eða 12,3 milljarða króna. Um 70 prósent fjármagnsins verður notað til að greiða stofnlán frá Landsvirkjun en afgangurinn fer í nýfjárfestingar í innviðum.

„Ástæðurnar sem liggja að baki betri vaxtakjörum eru í fyrsta lagi að grunnvextir hafa lækkað erlendis. Einnig erum að sjá að staða ríkisfjármála hérna heima hefur batnað verulega sem skilar sér í lægra vaxtaálagi, sama má segja um stöðu hagkerfisins frá því síðast þegar Landsnet fór í skuldabréfaútboð," segir Ingólfur. „Það er fagnaðarefni að sjá að Landsnet sé að fá þetta miklu betri vaxtakjör en áður og við ættum að sjá það koma fram í lægra raforkuverði."

Dreifikerfi raforku á Íslandi hefur verið í deiglunni. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Með skuldabréfaútgáfunni náði Landsnet einnig að afla fjár til fjárfestinga á næsta ári, en dreifikerfi raforku hefur verið í deiglunni síðustu daga í kjölfar óveðursins. Ingólfur segir vaxtaumhverfið mjög hagstætt til að fara í innviðaframkvæmdir, en auknar innviðaframkvæmdir eru einnig til þess fallnar að kippa landinu upp úr efnahagslægðinni. „Það eru sögulega lágir vextir sem er þá kjörið tækifæri fyrir ríki og sveitarfélög til að gera átak í að vinna upp uppsafnaða þörf í innviðaframkvæmdum." **– ab**

Fyrir áramót!

VETRARDEKK Í KAUPAUKA

Athugið að um er að ræða takmarkaðan fjölda bíla af tilteknum gerðum. Það eru fleiri atvinnubílar á sama díl en koma fram í auglýsingunni. Vetrardekk fylgja með öllum bílunum.

VIÐ BJÓÐUM NOKKRA VALDA **ATVINNUBÍLA Á EINSTÖKUM KJÖRUM** TIL ÁRAMÓTA

NISSAN NV200
Sendibíll, beinskiptur, dísil

LISTAVERÐ: 3.490.000 kr. m. vsk.
TILBOÐSVERÐ: 2.940.000 kr. m. vsk.

TILBOÐSVERÐ 2.370.000 kr. án vsk.

NISSAN e-NV200
100% rafbíll, sjálfskiptur

LISTAVERÐ: 4.790.000 kr.

TILBOÐSVERÐ 4.290.000 kr.

FÁANLEGUR QUICKSHIFT

RENAULT MASTER 2,3 DCI
135 hestöfl, beinskiptur, dísil

LISTAVERÐ: 5.490.000 kr. m. vsk.
TILBOÐSVERÐ: 5.084.000 kr. m. vsk.

TILBOÐSVERÐ 4.100.000 kr. án vsk.

RENAULT KANGOO
Sendibíll, beinskiptur, dísil

LISTAVERÐ: 2.990.000 kr. m. vsk.
TILBOÐSVERÐ: 2.690.000 kr. m. vsk.

TILBOÐSVERÐ 2.169.000 kr. án vsk.

FÁANLEGUR SJÁLFSKIPTUR

RENAULT TRAFIC 2,0 DCI
145 hestöfl, beinskiptur, dísil

LISTAVERÐ: 4.090.000 kr. m. vsk.
TILBOÐSVERÐ: 3.831.600 kr. m. vsk.

TILBOÐSVERÐ 3.090.000 kr. án vsk.

RENAULT KANGOO EV
100% rafbíll, sjálfskiptur

LISTAVERÐ: 4.190.000 kr.

TILBOÐSVERÐ 3.560.000 kr.

ISUZU D-MAX XCAB
164 hestöfl, beinskiptur, dísil

4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN

LISTAVERÐ: 5.250.000 kr. m. vsk.
TILBOÐSVERÐ: 4.590.000 kr. m. vsk.

TILBOÐSVERÐ 3.700.000 kr. án vsk.

UPPSELDUR!

DACIA DOKKER
Sendibíll, beinskiptur, dísil

LISTAVERÐ: 2.790.000 kr. m. vsk.
TILBOÐSVERÐ: 2.540.000 kr. m. vsk.

TILBOÐSVERÐ 2.048.000 kr. án vsk.

NISSAN NAVARA
VISIA, 160 hestöfl, beinskiptur, dísil

4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN

LISTAVERÐ: 5.790.000 kr.

TILBOÐSVERÐ 5.140.000 kr.

ENNEMM / SÍA / NM97303

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

Pútín segist hafa trú á því að Trump lifi málaferlin af. NORDICPHOTOS/GETTY

Gagnrýnir niðurstöðu bandarískra þingsins

STJÓRNMÁL Vladímír Pútín Rússlandsforseti hefur gagnrýnt niðurstöðu fulltrúadeildar Bandaríkjaþings um að ákæra Donald J. Trump, forseta Bandaríkjanna, til embættismissis (e. impeach).

Fulltrúadeildin greiddi í gær atkvæði um tvær ákærur gegn Trump. Misbeitingu á valdi og hindrun á framgangi þingsins. Í fulltrúadeildinni sitja 435 þingmenn og greiddu 427 þeirra atkvæði um fyrri ákæruna, 230 með og 197 á móti. Allir Demókratar fyrir utan tvo kusu með og allir Repúblíkanar kusu á móti ákærunni.

Sami fjöldi þingmanna greiddi atkvæði um seinni ákæruna og greiddu þá 230 með og 198 á móti. Allir Demókratar fyrir utan þrjá greiddu atkvæði með og allir Repúblíkanar á móti.

Eftir áramót verður málið tekið fyrir í öldungadeild Bandaríkjaþingsins þar sem ekki er talið líklegt að Trump verði dæmdur og er ástæðan sú að þar eru Repúblíkanar í meirihluta. Donald Trump er þriðji forsetinn í tæplega 250 ára sögu Bandaríkjanna til að vera ákærður til embættismissis.

Pútín sagði á blaðamannafundi í Moskvu í gær að ásakanirnar gegn Trump væru úr lausu lofti gripnar. Hann sagðist hafa trú á því að Bandaríkjaforseti myndi lifa málsmeðferðina af og að ákærurnar væru leið Demókrata til þess að bæta upp fyrir tap þeirra í forsetakosningunum árið 2016.

Á fundinum gaf Pútín í skyn að lítið mál væri að fella úr gildi lög sem takmarka setu hans í embætti forseta. Samkvæmt núverandi lögum getur sami maður einungis verið tvö kjörtímabil í embætti en valdatíð Pútíns lýkur 2024.

– bdj, oæg

Sveitarstjórn Blönduóss styrkir björgunarsveitina

BLÖNDUÓS „Björgunarfélagið Blanda hefur unnið þrekvirki síðastliðna viku við að aðstoða íbúa og stofnanir sveitarfélagsins sem og í nágrannasveitarfélögum, við mjög erfiðar aðstæður," segir sveitarstjórn Blönduóss sem í þakkarskyni styrkir Björgunarsveitina Blöndu um eina milljón króna.

„Félagsmenn björgunarsveita leggja mikið á sig, oft í mjög erfiðum aðstæðum, til þess að tryggja öryggi íbúa. Það á bæði við um beina aðstoð við íbúa og ekki síst aðstoð við Rarik og Landsnet við að koma á rafmagni,

Björgunarstörf. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

sem og Heilbrigðisstofnun Norðurlands við að koma starfsfólki, sjúklingum og aðstandendum að og frá stofnuninni."

Með styrknum er sagt fylgt fordæmi Húnaþings vestra sem styrkt hafi Björgunarsveitina Húna. „Blönduósbær skorar jafnframt á önnur sveitarfélög, RARIK, Landsnet, HSN og fleiri að styrkja með beinum hætti björgunarsveitir sem voru þeim innan handar í óveðrinu síðastliðna viku, við mjög erfiðar aðstæður." **– gar**

Eiturlyfjahringir ógna minnsta hval heims

Kaliforníuhnísan er á barmi útrýmingar og totoaba-fiskstofninum er ógnað vegna ofveiði á vegum mexíkóskra eiturlyfjahringja. Þeir ásælast sundmaga totoaba-fisksins sem seldir eru fyrir milljónir á svörtum markaði til Kína.

MEXÍKÓ Mexíkóskir eiturlyfjahringir við Kaliforníuflóa hafa á undanförnum árum fært út kvíarnar og smyglað verðmætum sundmögum til Kína. Sundmagar totoaba-fisksins eru sagðir hafa sérstakan lækningamátt þar í landi, og getur kílóverðið verið allt frá 2 til 10 milljóna króna. Totoaba-fiskurinn er í mikilli útrýmingarhættu en auk fisksins sjálfs festast kaliforníuhnísur í netunum, en þær eru minnstu hvalir veraldar. Aðeins um 15 dýr eru eftir í heiminum.

Totoaba er stór fiskur, tveggja metra langur og 100 kíló að þyngd, og lifir eingöngu í Kaliforníuflóa. Hann var áður veiddur með spjótum en árið 1975 var hann friðaður af mexíkóskum yfirvöldum vegna ofveiði. Kínverjar hafa ásælst totoaba vegna sundmagans. Eftir að velmegun jókst þar í landi og fiskunum fækkaði hefur verðið á svörtum mörkuðum hækkað ár frá ári.

Eiturlyfjahringirnir á svæðinu hafa fært sér þessa eftirspurn í nyt og fengið fátæka sjómenn í þorpum flóans til að veiða fyrir sig. Sjómennirnir leggja netin og selja hringjunum sundmagana á um 600 þúsund krónur kílóið. Kínverskir svartamarkaðsbraskarar, búsettir í Mexíkó, kaupa hins vegar af hringjunum fyrir margfalda þá upphæð.

Mexíkóski herinn reynir af veikum mætti að berjast gegn þessum veiðum og hefur fengið aðgerðasinnasamtökin Sea Shepherd með sér í lið. Samtökin hafa verið með skip staðsett í flóanum til þess að eyðileggja netin og alla sundmaga sem þau komast yfir.

Hringirnir eru hins vegar bæði fjársterkir og vel vopnaðir, og víla ekki fyrir sér að múta hermönnum, tollgæslumönnum og lögreglumönnum til að koma afurð sinni áleiðis. Þar að auki reiða sjómennirnir og fjölskyldur þeirra sig á viðskiptin og hefur slegið í brýnu á milli þeirra og hersins.

Vaquita-hvalurinn festist í neti totoaba-veiðimanna. NORDICPHOTOS/GETTY

» Vaquita er minnsti hvalur heimsins. Aðeins eru um 15 dýr eftir í heiminum.

Eftirspurn Kínverja eftir afurðum dýra í útrýmingarhættu hefur haft voveiflegar afleiðingar fyrir heimin og líffræðilegan fjölbreytileika. Nærtækasta dæmið er útdauði mandarínhöfrungsins árið 2006, fljótahöfrungs sem lifði í Yangtze-ánni. Þegar mandarínhöfrungurinn dó út varð kaliforníuhnísan formlega að minnsta hval veraldar. Vegna totoaba-veiðanna er hún nú á barmi útrýmingar.

Sjávarlíffræðingurinn Cynthia Smith hjá Sjávarspendýrastofnun Bandaríkjanna í San Diego gerði tilraun til að bjarga kaliforníuhnísunni. Settar voru upp kvíar og hnísur settar í þær til að forða þeim frá netunum í Kaliforníuflóa. Það gekk hins vegar ekki sem skyldi því að hnísurnar gátu ekki lifað í kvíunum og drápust. Var því snarlega hætt við verkefnið.

Árið 1997 voru 600 kaliforníuhnísur til í heiminum, árið 2014 voru þær innan við 100 og í dag er talið að þær séu í kringum 15 talsins. Enn er vonast til þess að hægt verði að bjarga tegundinni, en annars mun ekki líða á löngu þar til hún deyr út. **kristinnhaukur@frettabladid.is**

BSRB farið að huga að aðgerðum

KJARAMÁL Breytist viðhorf viðsemjenda BSRB í yfirstandandi kjaraviðræðum ekki snarlega á nýju ári má búast við að félagið fari að huga að aðgerðum snemma á næsta ári. Þetta kemur fram í pistli Sonju Ýrar Þorbergsdóttur, formanns BSRB, þar sem hún fer yfir árið.

Þar lýsir hún yfir vonbrigðum með hversu hægt kjaraviðræður hafi gengið en samningar aðildarfélaga BSRB hafa verið lausir frá byrjun apríl.

„Tíminn er runninn frá okkur. Við getum ekki beðið samningslaus, viku eftir viku, mánuð eftir mánuð. Viðsemjendur geta ekki sýnt okkar félagsmönnum þá vanvirðingu að draga samningaviðræður von úr viti," segir í pistlinum.

Sonja segir að full samstaða sé innan BSRB um að ekki verði gengið til samninga nema fólk geti lifað af launum sínum, vinnuvikan verði stytt, tekið verði skref til að minnka launamun opinbera og almenna markaðarins og samið verði um bætt starfsumhverfi og launaþróunartryggingu. **– sar**

Samningar aðildarfélaga BSRB hafa verið lausir frá aprílbyrjun. Formaðurinn hefur lýst yfir vonbrigðum með stöðuna. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

BYKO

JÓLA-FJÖR

Þú færð jólagjöfina hjá okkur

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.
Tilboð gilda 24. desember eða á meðan birgðir endast.

20-50% Öll jólavara **40%** Lemax jólaþorp **30%** Rúðusköfur
30% Brennikubbar, eldstæði & geislahitarar
30% Iceland kuldagallar **30%** CAT undirfatnaður **25%** Ljós & perur
25% Leikföng, spil & púsl **25%** Snickers vinnufatnaður
25% Toeguard & Solidgear öryggisskór **25%** Pottar & pönnur

30% afsláttur

Tilboðsverð

Matar- og kaffistell
fyrir fjóra, alls 20 stk.

4.196
41100108
Almennt verð: 5.995

Tilboðsverð

Hnífaparasett
Bead, 24 stk.

3.117
41114542
Almennt verð: 5.195

40% afsláttur

Einhell®

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél
Rafhlöðuvél frá Einhell hefur 2 gíra og góðan mótor.

15.117
74826002
Almennt verð: 25.195

40% afsláttur

Tilboðsverð

Snjósleði
Bobslead fyrir börn allt að 75 kg að þyngd. Kemur með snúru sem dregst sjálfkrafa til baka.

25% afsláttur

8.246
46216263
Almennt verð: 10.995

6stk.

Tilboðsverð

Vínglös
6 stk., 26cl. Fluente

40%

2.397
41114730
Almennt verð: 3.995

BOSCH
Invented for life

Tilboðsverð

Rafhlöðuskrúfjárn
IXO VI 3,6V. Létt og þægileg rafhlöðuskrúfvél með 1,5Ah rafhlöðu,

7.697
748640057
Almennt verð: 10.995

30% afsláttur

25% afsláttur

Tilboðsverð

Rafmagns-hlaupahjól
XZ1200 Hámarkshraði: 20 km/h drægni 5-10 km ljós að framan og aftan Hámarks burðargeta: 80 kg.

29.995
41036746
Almennt verð: 39.995

DREMEL®

Tilboðsverð

Föndurfræsari
Micro 7,2V þráðlaus með 15 aukahlutum. Innbyggt ljós til að sjá betur.

30% afsláttur

11.897
74780340
Almennt verð: 16.995

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

Auðvelt að versla á netinu á byko.is

FRÉTTABLAÐIÐ SKOÐUN

Með ólíkindum

Hörður Ægisson
hordur@frettabladid.is

Stundum gleymist að það er ekki markmið í sjálfu sér að vera með sem lægsta vexti. Of lágir vextir, eins og við sjáum á evrusvæðinu, eru til marks um veikleika í hagkerfinu. Ólíkt því sem Íslendingar hafa átt að venjast erum við hins vegar nú í þeirri stöðu þegar kreppir að í efnahagslífinu að geta lækkað vextina myndarlega – þótt ávallt sé deilt um hversu langt eigi að ganga – til að örva fjárfestingu og ýta undir eftirspurn. Að geta beitt vaxtatækinu með þeim hætti án þess að þurfa að óttast hið þekkta stef gengisveikingar og verðbólguskots í kjölfarið er nýlunda fyrir Seðlabankann. Eftir að hafa verið gagnrýndur fyrir óskýr svör og skort á leiðsögn til markaðsaðila á vaxtaákvörðunarfundi fyrr í þessum mánuði hefur Ásgeir Jónsson seðlabankastjóri nú stigið fram og sagt að hann muni lækka vexti enn frekar – þeir hafa verið lækkaðir um 1,5 prósentur frá því í vor – ef þörf krefur. Því ber að fagna.

Það eru samt takmörk fyrir því hversu miklu peningastefnan getur áorkað ein og sér. Auk þess að beita ríkisfjármálunum, eins og hefur verið gert með lækkun tekjuskatts og að reka ríkissjóð með halla, ættu stjórnvöld að horfa til aðgerða sem bæta samkeppnishæfni fjármálafyrirtækja og um leið efla útlánagetu þeirra til að þjónusta fyrirtæki og heimili. Þar væri nærtækast að draga úr opinberum álögum, sem eru margfalt meiri en þekkjast í öðrum Evrópuríkjum með því að lækka bankaskattinn hraðar og meira en áform gera nú ráð fyrir og eins að falla frá boðaðri hækkun sveiflujöfnunaraukans ofan á eiginfjárkröfur bankanna í byrjun næsta árs.

Nú virðist ljóst að af því verður ekki. Í viðtali við VíðskiptaMoggann í vikunni upplýsir seðlabankastjóri að kerfisáhættunefnd, sem starfar undir fjármálastöðugleikaráði, telji að við núverandi aðstæður sé „rétt að halda fast við þá ákvörðun sem var tekin fyrir ári að hækka eiginfjáraukann“. Sú ákvörðun, sem glöggt má sjá af ummælum Ásgeirs í viðtalinu að hann er ósammála, er með ólíkindum. Embættismönnum hefur verið það einum eftirlátið, án í raun nokkurrar umræðu, að nýta allar sínar heimildir til að hækka eiginfjárkröfur á fjármálageirann til fulls án tillits til þess fórnarkostnaðar sem það kann að hafa fyrir íslenskt efnahagslíf. Engin haldbær rök eru fyrir því að íslenskir bankar þurfi að binda um þrefalt meira eigið en aðrir evrópskir bankar. Það er samt staðan – og enn á að ganga lengra.

Næsta ár verður að líkindum meira af því sama. Seðlabankinn mun þurfa að lækka vexti frekar til að reyna að skapa aðstæður fyrir meiri fjárfestingu í atvinnulífinu. Ekki er vanþörf á. Hefðbundin atvinnuvegafjárfesting hefur dregist saman sex fjórðunga í röð og atvinnuleysi hefur hækkað um 0,7 prósentur á milli ára og mælist nú um 4,3 prósent. Erfitt er að sjá hvaðan viðsnúningurinn á að koma – útflutningsatvinnuvegir eru ekki að vaxa og ferðaþjónustan í varnarbaráttu – og því útlit fyrir að efnahagsumsvifin verði borin uppi af einkaneyslu og hinu opinbera. Ekki getur það talist æskileg samsetning hagvaxtar. Á sama tíma er einkageirinn að leita allra leiða til hagræðingar, sem við sjáum birtast í uppsögnum í öllum atvinnugreinum, þá virðist ekkert lát, eins og það sé nánast náttúrulögmál, á fjölgun opinberra starfsmanna. Þetta er ekki gæfuleg staða til að skapa grunn að raunverulegri verðmætasköpun til framtíðar.

Embættismönnum hefur verið það einum eftirlátið að nýta allar sínar heimildir til að hækka eiginfjárkröfur á fjármálageirann.

Halldór

Frá degi til dags

Jarðsprengjusvæði

Fyrirtæki og stofnanir dreifa nú jólagjöfum til starfsmanna. Þetta er jarðsprengjusvæði fyrir aðhaldssama stjórnendur enda auðvelt að skapa sér óvinsældir með vanhugsuðum eða nánasarlegum gjöfum. Sá er hér stingur niður penna vann einu sinni hjá fyrirtæki sem rambaði á barmi gjaldþrots. Gjöfin eitt árið var inneign hjá verslun sem einnig var í fjárhagslegu öngstræti. Starfsmenn slíkra fyrirtækja eru oft útsjónarsamir með afbrigðum og því skapaðist skemmtilegt andrúmsloft í versluninni sama kvöld og gjöfunum var útdeilt. Þá mætti stór hluti samstarfsmanna að klára inneignarkortin í áður en partíið væri endanlega blásið af.

Pólitísk klókindi

Ekkert lát virðist á deilum Ásmundar Friðrikssonar og Þórhildar Sunnu Ævarsdóttur sem Björn Leví blandar sér inn í við hvert tækifæri. Þegar aksturspeningamálið virtist loks vera að gleymast ákvað Ásmundur að kynda aftur upp í glæðum þess með því að kvarta til Evrópuráðsins undan Þórhildi Sunnu. Það skal ósagt látið hvort græðir meira á því að málið gleymist. Bentu gárungar á að Ásmundur hefði íhugað að keyra með kvörtunarbréfið til Brussel en áttað sig síðan á því að bíllinn stæði alltof lengi kyrr um borð í Norrænu. Það telur víst lítið. **bjornth@frettabladis.is**

Tækifærin á hálendinu

Guðmundur Ingi Guðbrandsson
umhverfis- og auðlindaráðherra

Á hálendi Íslands ægir saman beljandi jökulám, fágætum gróðurvinjum, svörtum sandauðnum og sérstæðum jarðmyndunum sem finnast hvergi annars staðar í heiminum á einu og sama svæðinu. Þar er líka að finna ein stærstu óbyggðu víðerni Evrópu.

Miðhálendi Íslands er einstakt og í sameiginlegri eign þjóðarinnar. Vegna þessa hefur verið bent á að miðhálendið eigi að verða þjóðgarður allra landsmanna. Þingflokkar, tvær fyrri ríkisstjórnir og fjölmargir hagsmunaaðilar hafa komið að þróun hugmyndar um slíkan þjóðgarð á undanförnum árum. Núverandi ríkisstjórn tók þetta stórbrotna mál síðan upp með afgerandi hætti í stefnuyfirlýsingu sinni: Þjóðgarður skyldi stofnaður á miðhálendi Íslands.

Við færumst nú stöðugt nær því marki að koma þjóðgarðinum á fót – með öllum þeim tækifærum sem munu fylgja. Í þessari viku voru drög að lagafrumvarpi um stofnun Hálendisþjóðgarðs sett í Samráðsgátt stjórnvalda og ég stefni á að leggja frumvarpið fram á Alþingi næsta vor. Frumvarpið byggir á umfangsmikilli vinnu nefndar sem skipuð var vorið 2018 en í henni áttu sæti m.a. fulltrúar allra flokka á Alþingi og fulltrúar frá Sambandi íslenskra sveitarfélaga. Nefndin bar hugmyndir sínar undir sveitarstjórnir og fjölmarga hagaðila, auk þess að halda fundi vítt og breitt um landið og setja verkefni sín jafnóðum í samráðsgátt.

Þjóðgarðar hafa mikið aðdráttarafl. Það býður upp á ótal möguleika til náttúruverndar og skilar um leið efnahagslegum ávinningi. Hálendisþjóðgarður myndi verða stuðningur við byggðirnar í jaðri hans og ýta undir atvinnusköpun. Í rannsókn sem Hagfræðistofnun HÍ vann að minni beiðni kom í ljós að fyrir hverja krónu sem ríkið leggur til friðlýstra svæða skila sér 23 krónur til baka. Helmingur fjármagnsins verður eftir inni á friðlýstu svæðunum eða í næsta nágrenni þeirra.

Stærsta tækifærið felst þó í því að vernda víðerni og náttúru miðhálendisins. Þjóðgarðurinn yrði stærsti þjóðgarður í Evrópu, myndi styrkja ímynd Íslands og marka vatnaskil í náttúruvernd.

Þjóðgarðurinn yrði stærsti þjóðgarður í Evrópu, myndi styrkja ímynd Íslands og marka vatnaskil í náttúruvernd.

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*

Trúverðugur jólaboðskapur í sundklefanum

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Ekki veit ég hvað er eiginlega í gangi með æsku þessa lands. Um daginn var ég að klæða mig inni í klefa eftir sundferð og varð óviljandi vitni að samtali tveggja ungra manna, líklega á bilinu átján til tuttugu ára. Þessir ungu menn virtust báðir vera býsna vel á sig komnir, hávaxnir, íþróttamannslegir og snaggaralegir í hreyfingum. Þeir voru klæddir í samræmi við nýjustu tísku og almennt séð frekar snyrtilegir til fara og myndarlegir.

Í stuttu máli sagt þá voru þeir alls ekki lúðalegir eða hallærislegir og virkuðu hvorki vitlausir né leiðinlegir. Ef mér hefur ekki förlast dómgreindin þá myndi ég ætla að þeir hafi báðir verið þeirrar gerðar að það hefði ekki verið algjör tímasóun fyrir þá að skella sér öðru hverju út á lífið. Þeir hlökkuðu til jólafrísins, og ég taldi mig vita hvað þeir hefðu í hyggju.

Jólaplön

En, boj-ó-boj. Það var nú eitthvað annað en ég hélt. Mér snarbrá að heyra á samtal þeirra um raunveruleg áform sín yfir jólahátíðina. Það var um það bil svona:

Náungi 1: Ég er orðinn rosalega spenntur fyrir jólunum.

Náungi 2: Já, maður. Það verður hrikalega næs.

Náungi 1: Akkúrat. Mamma er búinn að redda fullt af púslum og ég held að ég verði bara öll jólin heima að púsla.

Náungi 2: Já, það er hrikalega gaman að púsla.

Náungi 1: Alveg geðveikt. Við púslum alltaf alveg brjálæðislega mikið á jólunum. Það er bara með því skemmtilegasta sem ég geri.

Náungi 2: Einmitt. Já, ég hlakka líka rosalega til jólanna. Ætla bara að hafa það alveg hrikalega rólegt og næs.

Náungi 1: Nákvæmlega. Bara algjör afslöppun. Það verður geðveikt.

Ha? Heyrði ég rétt? Ég var í hálfgerðu losti og þurfti að hafa mig allan við til að það væri ekki augljóst að ég lægi stjarfur á hleri. Var þetta samtal einhvers konar háþróuð kaldhæðni? Var þetta einhvers konar rósamál, þar sem „púsla hjá mömmu“ þýddi eitthvað svipað eins og að „skreppa í Tómstundabúðina“ þýddi þegar ég og vinir mínir töluðum saman á þessum aldri?

En það vottaði hvorki fyrir kaldhæðni eða leikaraskap í þessu samtali. Þeir útlistuðu meira að segja alls konar tegundir af púslum sem þeir hafa gaman af að því að glíma við—þannig að ég gat ekki annað en ályktað sem svo að samtalið væri fullkomlega einlægt og heiðarlegt. Ungu mennirnir hlökkuðu raunverulega og af innlifun til þess að leika sér um jólin með foreldrum sínum og fjölskyldu.

Dagamunur

Þegar haldnar eru veislur eða hátíðir þá er stundum talað um að „gera sér dagamun“. Í því felst að hátíðisdagarnir séu að einhverju leyti frábrugðnir því sem er hversdagslegt. Þegar ég ólst upp fólst þessi „dagamunur“ meðal annars í því að á aðfangadag var sýnt barnaefni í sjónvarpinu fyrir hádegi. Þá fólst dagamunurinn í því að hafa aðeins meira stuð og meiri litadýrð.

Nú er ekki óalgengt að horft sé daglega á barnaefni, jafnvel á morgnana áður en farið er í skólann, og enn meira um helgar og í fríum. Foreldrarnir hanga líka yfir sínum eigin skjáum þegar færi gefast. Nú til dags er það ekki endilega meira stuð sem vantar til þess að halda góða hátíð. Það er meira en nóg stuð í hversdeginum og það var einmitt stuðleysið sem ungu mennirnir tveir virtust hlakka til.

Trúverðugir boðberar

Jólin geta verið fallegur tími þótt hjá mörgum fylgi þeim kvíði og stress. Óhóflegur metnaður í skreytingum, gjafainnkaupum, mat og—einkum og sér í lagi—drykk, er örugg leið til þess að stefna jólakyrrðinni í hættu. Og það kveður meira að segja svo rammt við að jólastressið sjálft er stundum sett í rómantískt ljós, að það sé nú bara hluti af hátíðarhaldinu að það séu tekin nokkur frekjuköst yfir gjöfunum, æðisköst yfir jólaboðaskyldum og grátköst yfir stressi, kvíða og fullkomnunaráráttu. „Það er svo dýrt að halda þessi jól.“

En góðar jólaminningar snúast örugglega hjá flestum mun meira um almenna stemningu, vellíðan, frið og afslöppun heldur en óaðfinnanlega framreiddan veislumat, dýrar gjafir eða fullkominn klæðnað. Þeir töluðu heldur ekki um neitt slíkt ungu mennirnir í sundklefanum. Matur, drykkur, gjafir og sparilegur klæðnaður voru ekki nefnd í samhengi við mikla og einlæga jólatilhlökkun þessara hálf-fullorðnu manna; það voru bara rólegheitastundirnar við að leysa úr flóknum púsluspilum með mömmu sinni.

Oft hefur maður frétt eitthvað svona píp um „hinn sanna tilgang jólanna“ í væmnum jólalögum, bíómyndum, prédikunum og dagblaðapistlum. En að frétta þetta frá tveimur frekar töffaralegum ungmennum í sundlauginni ljær boðskapnum einhvern veginn umtalsvert meiri trúverðugleika. Gleðileg jól.

Meira sælkera

Hátíðarsósa
Einstaklega bragðgóð og ljúffeng sósa sem hentar með hamborgarhrygg og kalkún

479 kr/stk

Hagkaups hamborgarhryggur

Sérvalinn af fagmönnum úr gæða hráefni. Við viljum vera viss um að hátíðarmaturinn þinn verði óaðfinnanlegur. Þess vegna látum við framleiða sérstakan hrygg samkvæmt ströngum gæðastöðlum Hagkaups. Hann er saltminni og þarf því einungis að elda í ofni.

Trönuberjasósan okkar, framleidd úr ferskum trönuberjum

599 kr/stk

Smjörsprautað kalkúnaskip

Í rúman áratug hefur Hagkaup boðið upp á smjörsprautað kalkúnaskip sem er algjört lostæti og hefur slegið rækilega í gegn á hverju ári. Það er tilbúið beint í ofninn og eldamennskan ofur einföld.

Tilbúinn uppstúfur
Þarf aðeins að hita

449 kr/stk

Hagkaups hangikjötið

Tað og birkireykt fyrsta flokks íslenskt lambakjöt. Í hangikjötið er notað 45% minna salt en notað er við hefðbundna hangikjötsframleiðslu. Engu að síður hefur tekist að framleiða hangikjöt með sama bragði.

TILBÚIN WELLINGTON NAUTALUND

Eldunarleiðbeiningar
Takið nautalundina úr frosti 30 klukkutímum fyrir eldun og látið þiðna í kæli.
Forhitið ofninn í 200°C á blæstri.
Setjið nautalundina á smjörpappír á heita ofnplötu í miðjan ofninn og bakið þar til hiti er kominn í 50°C í kjarnhita. Eldunartími í ofni er u.þ.b. 50 mínútur. Takið steikina út og leyfið henni að hvíla í u.þ.b. 25 mínútur, eða þar til kjarnhiti hefur náð 58-60°C áður en hún er skorin. Gott er að hafa hreint viskustykki yfir á meðan steikin fær að hvíla. Þessar tölur eru miðaðar við að kjötið sé meðalsteikt. Athugið að ofnar geta verið mismunandi best er að notast við kjöthitamælir.

Wellington
Frystivara

6.399 kr/kg

Villibráð í úrvali

Kengúrufile

3.999 kr/kg

Gæsabringur

4.999 kr/kg

Rjúpa

699 kr/stk

Hreindýralundir

8.999 kr/kg

Fasani

1.599 kr/stk

Andabringa

2.499 kr/kg

HAGKAUP *Meira svona alla daga*

Ekki með neitt tilboð í höndunum

Tilkynnt var í gær að Patrekur Jóhannesson myndi hætta störfum sem þjálfari karlaliðs danska úrvalsdeildarfélagsins Skjern í handbolta næsta sumar. Ráðgert hafði verið að fjölskylda Patreks myndi flytja til Danmerkur á næsta ári en þau áform gengu ekki upp.

Patrekur Jóhannesson á hliðarlínunni í leik með danska úrvalsdeildarliðinu Skjern en hann mun yfirgefa herbúðir liðsins næsta sumar. MYND/SKJERN

HANDBOLTI Patrekur Jóhannesson mun flytja til Íslands næsta sumar en hann mun láta af störfum sem þjálfari karlaliðs Skjern í handbolta þegar yfirstandandi leiktíð lýkur. Skjern situr í fjórða sæti dönsku úrvalsdeildarinnar í handbolta karla með 19 stig en deildin er einkar jöfn á þessu keppnistímabili og hart barist um sætin átta í úrslitakeppninni.

„Planið var að fjölskyldan myndi flytja út til mín á næsta ári en þegar það lá fyrir að það myndi ekki ganga upp ákvað ég að snúa aftur til Íslands. Þó svo að það sé leiðinlegt að ná ekki að halda áfram með það verkefni sem við vorum byrjaðir á hérna í Skjern þá var ákvörðunin ekki erfið. Fjölskyldan er ávallt í forgangi í öllum mínum ákvörðunum og ég gat ekki ímyndað mér að búa lengur fjarri þeim. Forráðamenn liðsins voru svekktir með þessa ákvörðun en þetta var gert í miklu bróðerni," segir Patrekur í samtali við Fréttablaðið um fyrrgreinda niðurstöðu.

„Ég er þannig þjálfari að milli mín og leikmanna myndast mikil tengsl og það verður vissulega erfitt að rjúfa þau bönd eftir einungis eins árs samvinnu. Gengi liðsins hefur verið undir væntingum en samt fann ég aldrei fyrir því að það hefði áhrif á samband mitt við leikmennina. Þetta er gríðarlega sterk deild og allir leikir mjög erfiðir þannig að þú getur ekki gengið að neinum stigum vísum. Það kom mér á óvart að sjá hversu tæknilega góðir leikmenn eru í þessari deild og hversu hraðinn er mikill í leikjunum," segir hann um kynni sín af Skjern og dönsku úrvalsdeildinni.

Jákvæðir hlutir þrátt fyrir vonbrigði með stigasöfnun

„Þrátt fyrir að úrslitin hafi ekki verið á þann veg sem búist var við og staðan í deildinni sé ekki sú sem sérfræðingar spáðu þá er margt jákvætt sem hægt er að taka úr fyrri hluta leiktíðarinnar. Björgvin Páll Gústavsson hefur til dæmis leikið mun betur en talið var að hann myndi gera og það gleður mig mikið að sjá hann vera kominn aftur í sitt besta form eftir erfiðan tíma. Ég er viss um að hann muni standa sig vel á Evrópumótinu ef hann verður valinn í hópinn sem fer þangað. Elvar Örn Jónsson hefur svo átt frábæra leiki inn á milli en eins og eðlilegt er skortir hann stöðugleika. Það tekur ávallt fjóra til sex mánuði að venjast því að spila í sterkari deild og ég er þess fullviss að Elvar Örn mun pluma sig vel eftir áramót. Ég vona að hann verði í stóru hlutverki með landsliðinu í Evrópumótinu og komi með blússandi sjálfstraust til okkar í lok janúar," segir Patrekur um stöðu mála hjá Skjern.

„Nú ætla ég bara að koma heim, hitta fjölskyldu og vini og eiga notalega stund með þeim. Þar mun ég hlaða batteríin fyrir seinni hluta tímabilsins í Danmörku og svo er markmiðið að skilja við Skjern á sem bestan hátt. Það verður erfitt að keppa við Álaborg sem er í ákveðnum sérflokki í deildinni. Við erum hins vegar með lið sem getur lagt öll lið í deildinni að velli að mínu mati og erum ekki ákjósanlegur kostur sem andstæðingur í úrslitakeppni takist okkur að tryggja okkur sæti þar. Það hefur verið ákveðið að aðstoðarþjálfari minn taki við af mér í vor og hann mun þar af leiðandi fá aukið hlutverki á komandi mánuðum. Samvinna okkar hefur verið góð og hann hefur fengið að koma sínum sjónarmiðum á framfæri. Það verða því engin viðbrigði fyrir leikmennina að rödd hans heyrist meira og meira eftir því sem líður á tímabilið," segir þjálfarinn um næstu skref hjá sér og liði sínu.

> **Planið var að fjölskyldan myndi flytja út til mín en þegar það lá fyrir að það myndi ekki ganga upp ákvað ég að snúa aftur til Íslands.**

„Það hafa engin félög haft samband við mig og það er algerlega óráðið hvað tekur við hjá mér. Ég hef áhuga á að starfa áfram við eitthvað tengt handboltanum og ég hef fjárfest töluvert í mínum þjálfaraferli. Það kemur samt ýmislegt annað en meistaraflokksþjálfun til greina

Ég hafði til að mynda mjög gaman af því að starfa í akademíunni hjá Selfossi og það að vinna í því að þróa feril ungra og efnilegra leikmanna gaf mér afar mikið.

Ég er opinn fyrir öllum góðum hugmyndum en ég er þannig þenkjandi að ef ég tek starf að mér vil ég gera það af heilum hug en ekki hafa það sem hlutastarf," segir hann um framhaldið. **hjorvaro@frettabladid.is**

KATLA FUND
Société d'Investissement à Capital Variable
9, boulevard Prince Henri - L-1724 LUXEMBOURG
R.C.S. Luxembourg B 96.002 - (the "SICAV")

NOTICE TO THE SHAREHOLDERS

Shareholders are informed that the board of directors has decided following changes:

- amendment of the settlement cycle applicable to subscriptions and redemptions of the the sub-fund KATLA FUND – Global Value

Previous methodology	New methodology
Subscriptions and redemptions must be fully paid up within 3 full bank business days in Luxembourg following the applicable Valuation Day.	Subscriptions and redemptions must be fully paid up within 2 full bank business days in Luxembourg following the applicable Valuation Day.

These changes will take effect on 20 December 2019.

Shareholders are further informed that as from the date of this publication and unless required otherwise by the applicable legislation, notices to shareholders will no longer be published in the media but will be communicated via letter addressed to the registered shareholders.

An updated prospectus is available on request at the registered office of the SICAV and on www.conventum.lu.

Luxembourg, 20 December 2019 The Board of Directors

HVER VANN?

Sportið á frettabladid.is færir þér allar nýjustu fréttirnar úr heimi íþróttanna.

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook

Fyrirliðinn gæti bjargað félaginu

FÓTBOLTI Enskir fjölmiðlar hafa verið að fjalla um fjárhagsvandræði Aston Villa en samkvæmt þeim gæti félagið orðið annað félagið í sögu ensku úrvalsdeildarinnar til að brjóta Financial Fair Play, eða fjármálareglur UEFA.

Manchester City var sektað um 49 milljónir punda árið 2014 fyrir að brjóta reglurnar og aftur núna fyrir skömmu en Villa gæti þurft að selja leikmenn til að rétta bókhaldið af. Liðið keypti leikmenn fyrir 130 milljónir punda fyrir tímabilið og þarf að skera verulega af launakostnaði.

Eru miðlar í Bretlandi sannfærðir um að einn dáðasti sonur Birmingham, Jack Grealish, gæti bjargað félaginu frá sektum eða jafnvel því sem verra væri, að félagið missti stig, með því að vera seldur. Grealish hefur verið frábær með liðinu og það yrði einfaldasta lausnin að selja fyrirliðann. Sumir segja að Aston Villa þurfi að spara 32 milljónir punda og er ljóst að Grealish myndi fara langt með og jafnvel fylla upp í það gat en nægur áhugi er á pilti. – **bb**

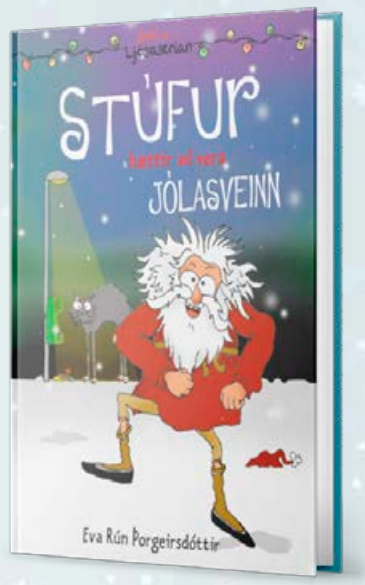
Jack Grealish hefur skorað fjögur mörk í deildinni í vetur. NORDICPHOTOS/GETTY

netto

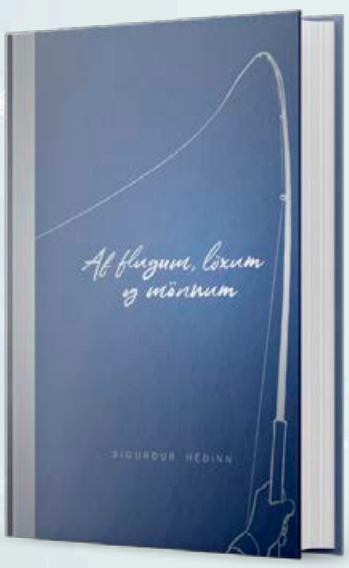
BÆTTU VIÐ ÞIG BÓK UM JÓLIN!

Fjötrar
4.619 kr.

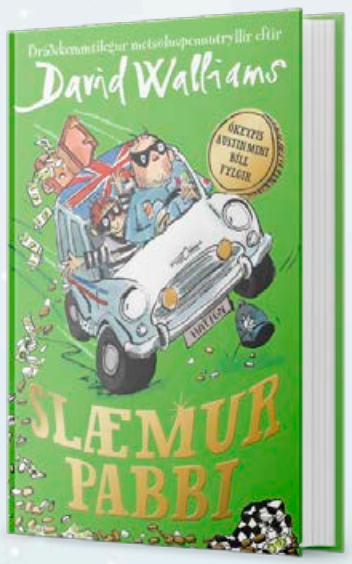
Hvolpasveit - Leitið og finnið
1.949 kr.



Stúfur hættir að vera jólasveinn
1.949 kr.



Af flugum, löxum og mönnum
6.599 kr.



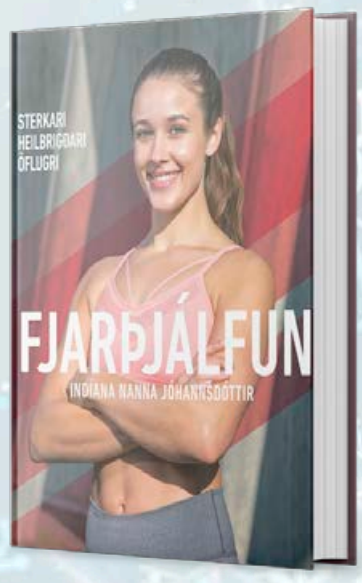
Slæmur pabbi
2.475 kr.

Gústi
5.201 kr.

Saknað: Íslensk mannshvörf
3.199 kr.

Kindasögur
2.970 kr.

Orri óstöðvandi
2.479 kr.



Fjarþjálfun
4.479 kr.

Tilboðsverð gilda 20. - 22. desember

ORMSSON
Jólin 2019

Pioneer
PLÖTUSPILARI
PL-30 - SVARTUR
VERÐ
57.900 kr

30%

SAMSUNG
VERÐ FYRIR ~~129.900 kr~~
VERÐ NÚ 99.900 k

SOUNDBAR SAHW-Q76R/XE

TEAC

HLJÓMTÆKJASTÆÐA
TACMC-D800-BLK
VERÐ
49.900 kr

Tefal

40%

VERÐ FYRIR ~~9.990 kr~~ VERÐ NÚ 5.994 kr 24 cm
VERÐ FYRIR ~~8.990 kr~~ VERÐ NÚ 5.394 kr 20 cm

NINTENDO SWITCH

MINI TÖLVA
VERÐ
39.900 kr

BRAUN
RAKVÉL 5145S
SERIES 5 WET&DRY
VERÐ
26.900 kr

Electrolux
BRAUÐRIST
EAT3300B
VERÐ
7.990 kr

MIKIÐ ÚRVAL
AF RUSLAFÖTUM,
*ALLAR STÆRÐIR

20%

Tefal
VERÐ 28 cm
9.990 kr
DAH9020644
VERÐ 30 cm
10.990 kr
DAH9020744

BRAUN
RAKVÉL 310S SERIES
3 WET&DRY
VERÐ 8.990 kr

Pioneer
VERÐ
27.900 kr
PLÖTUSPILARI
PL-990 - SVARTUR

BRAUN
HÁRBLÁSARI
HD780
VERÐ 9.990 kr

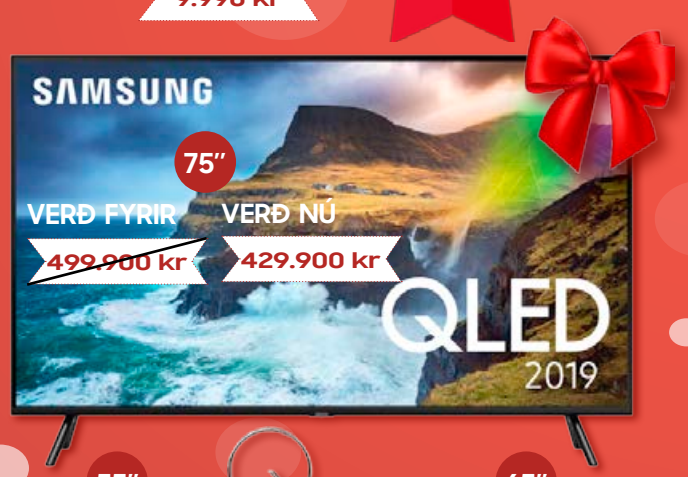
40%

VERÐ FYRIR ~~14.990 kr~~
VERÐ NÚ
8.994 kr

SAMSUNG
75"
VERÐ
369.900 kr
QLED 2019
Q60R

AEG
SKAFT
RYKSUGA
VERÐ FYRIR ~~33.900 kr~~
VERÐ NÚ
23.730 kr
HT900 940 713

30%



SAMSUNG
75"
VERÐ FYRIR ~~499.900 kr~~ VERÐ NÚ 429.900 kr
QLED 2019
Q70R

55"
VERÐ FYRIR ~~239.900 kr~~ VERÐ NÚ 199.900 kr

65"
VERÐ FYRIR ~~319.990 k~~ VERÐ NÚ 269.900 kr

Fyrir alla í fjölskyldunni

VERÐ FRÁ
5.000 kr

ORMSSON

Allt fyrir heimilið

AEG
UPPÞVOTTAVÉL
HT911 436 376
VERÐ FYRIR
~~99.900 kr~~
VERÐ NÚ
69.930 kr

SAMSUNG
SARS50N3403WW/EE
KÆLISKÁPUR
USA HVÍTUR
VERÐ FYRIR
~~189.900 kr~~
VERÐ NÚ
161.415 kr

15%

AEG
UPPÞVOTTAVÉL
VERÐ HVÍT
HT911 444 416
129.900 kr

HT911 444 415
VERÐ STÁL
139.900 kr

AEG
UPPÞVOTTAVÉL
COMFORT LIFT
INNBYGGÐ
VERÐ
189.900 kr

SAMSUNG SARS50N3403SA/EE
KÆLISKÁPUR USA STÁL ÚTLIT
VERÐ FYRIR ~~199.900 kr~~
VERÐ NÚ 169.915 kr

AEG
UPPÞVOTTAVÉL
COMFORT LIFT
VERÐ HVÍT
HT911 444 429
179.900 kr

VERÐ STÁL
HT911 444 430
189.900 kr

15%

SAMSUNG
SAMSUNG WW80
8 KG. 1400 SN.
VERÐ FYRIR
~~79.900 kr~~
VERÐ NÚ
67.915 kr

15%

SAMSUNG
SADW60M6051US/EE
STÁL 7- KERFA
UPPÞVOTTAVÉL

VERÐ FYRIR
~~89.900 kr~~
VERÐ NÚ
76.415 kr

SAMSUNG
SARB33J3215WW/EF
Hvítur 185 cm
VERÐ FYRIR
~~99.900 kr~~
VERÐ NÚ
84.915 kr

15%

SAMSUNG
SARB33J3215SS/EF
Stál 185 cm
VERÐ FYRIR
~~109.900 kr~~
VERÐ NÚ
93.415 kr

AEG SPAN HELLUBORÐ

20%

HT949 597 378
HT949 597 446
HT949 597 314

AEG
DA944 187 916
SJÁLFHREINSI
VEGGOFN STÁL
VERÐ
129.900 kr

Skoðaðu úrvalið okkar á
ORMSSON.IS

ORMSSON

*SENDUM UM LAND ALLT

ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535	ORMSSON ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751	KS SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500	SR BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559	ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000	PENNINN HÚSAVÍK SÍMI 464 1515	ORMSSON VÍK -EGILSSTÖÐUM SÍMI 4712038	ORMSSON PAN-NESKAUPSSTAÐ SÍMI 477 1900	ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160	GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333	TÆKNIBORG BORGARNESI SÍMI 422 2211	OMNIS AKRANESI SÍMI 433 0300

FRÉTTABLAÐIÐ

TÍMAMÓT

20. DESEMBER 2019 FÖSTUDAGUR

†

Hjartans þakkir fyrir vináttu, stuðning og hlýhug við fráfall eiginmanns míns og besta vinar, föður okkar og sonar,

Páls Heimis Pálssonar

Bryndís Skaftadóttir
Unnur Aníta
Stefán Birgir
Benedikt Arnar
Hrafn Jökull
Regína Gréta
Páll Jökull
Páll Friðriksson

†

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma

Ólína Hólmfríður Halldórsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Eir sunnudaginn 15. desember. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey.

Ingvi Á. Hjörleifsson
Halldór Ingvason — **Hjördís Ólafsdóttir**
Hjördís Ingvadóttir — **Ómar Kristjánsson**
Árni Ingvason — **Magnea Bjartmarz**
Gróa B. Ingvadóttir — **Brynjólfur Yngvason**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Faðir minn,

Jóhann Eyfells

myndlistarmaður og prófessor,

lést á hjúkrunarheimili í Fredericksburg í Texas þann 3. desember síðastliðinn. Útför fer fram frá Dómkirkjunni 27. desember klukkan 15.00.

Ingólfur Eyfells og aðrir aðstandendur.

†

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir og amma,

Dýrunn Ragnheiður Steindórsdóttir

(Día)

lést í Reykjavík 9. desember. Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 27. desember kl. 13.

Sverrir Haukur Halldórsson
Anna Rut Sverrisdóttir — **Birgir Þórarinsson**
Eydís Dóra Sverrisdóttir
og barnabörn.

†

Elskulegi eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Sigurður Eiríksson

vörubifreiðastjóri, Garðafelli, Eyrarbakka,

lést að kvöldi 14. desember. Útförin fer fram frá Eyrarbakkakirkju laugardaginn 28. desember kl. 13.

Guðfinna Sveinsdóttir
Trausti Sigurðsson — **Sigríður Sæmundsdóttir**
Viðar Sigurðsson — **Guðbjörg Bjarnadóttir**
Soffía Jóhannsdóttir
Dísa Sigurðardóttir
Eygló Alda Sigurðardóttir — **Sigvard Sigurðsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Viltu birta minningargrein á frettabladid.is?

Minningargreinar skal senda á timamot@frettabladid.is. Birting er endurgjaldslaus og opin öllum á frettabladid.is/timamot

„Fólk missti ekki bara heimili sín og ástvini heldur hrundi allur iðnaður og þar með atvinnan," segir Ívar Schram.

Við þurfum að hjálpa til

Ívar Schram er nýkominn heim frá Bahamaeyjum eftir að hafa sinnt þar hjálparstörfum í rúman mánuð á vegum Rauða krossins, vegna afleiðinga fellibyls í september.

Það er alltaf svolítið skrítið að koma heim úr erfiðum aðstæðum, það tekur smá tíma að aðlagast, ekki síst í jólaandanum. En ég fæ góðan stuðning bæði frá fjölskyldunni og Rauða krossinum á Íslandi," segir Ívar Schram, sem kom heim úr hjálparstörfum á Bahamaeyjum í byrjun vikunnar.

Það var 1. september sem fimmta stigs fellibylurinn Dorian reið fyrst yfir Bahamaeyjar og olli þar manntjóni og miklum skaða. Ívar fór út 13. nóvember og hefur verið þar við endurreisnarstarf síðan. „Ég var hluti af „þriðju hjálp" Rauða krossins og gekk inn í skipulagt starf að mestu. Þegar ég kom var fjöldi fólks snúinn aftur til heimila sinna. Enn voru þó margir í neyðarskýlum, fjöldahjálparstöðvum eða húsnæði ættingja og ég fór á þessi svæði sem fólkið dvaldi á. Mitt hlutverk fólst í að koma á sambandi og samvinnu við það því lögð er áhersla á að hafa þolendur hamfaranna með í ráðum og miðla upplýsingum."

Ívar segir Bahameyinga sem urðu fyrir mestum áföllum skiptast í efnaða Kana á eftirlaunum sem eigi þar sitt annað heimili, verkafólk sem einkum vinni kringum túrisma og óskráða innflytjendur frá Haítí. Þeir síðastnefndu hafi gert það að verkum að tölur voru á reiki um fjölda þeirra sem misstu heimili sín. „Fólk missti ekki bara heimili sín og ástvini heldur hrundi allur iðnaður og þar með atvinnan," tekur hann fram.

Fellibylurinn olli mestum skemmdum á eyjunum Apaco og Grand Bahama, að sögn Ívars. „Fólkið sem ég hitti á Grand Bahama sagði mér að það hefði verið búið undir fellibylinn en ekki flóðin sem fylgdu í kjölfarið. Hann segir Alþjóða Rauða krossinn veita þeim sem misstu hús sín og möguleika til að afla lífsviðurværis fjárhagsaðstoð til að mæta grunnþörfum. „Í dag erum við búin að

Eyðileggingin var mikil á Bahamaeyjum eftir að fellibylurinn Dorian gekk yfir þær.

Ívar útskýrir næstu skref fyrir íbúum.

styðja við 1.700 heimili með Visa-kortum og/eða greiðslu á leigu. Á svæðum sem urðu fyrir mestum skemmdum eru fiskisamfélög þar sem bátarnir og veiðarfærin töpuðust. Við þurfum að hjálpa til við að endurreisa tvö slík samfélög."

Þú segir „við", býstu við að fara aftur út? spyr ég. „Það kemur til greina en er ekki alveg komið á hreint. Verkefnin eru ærin. Landsfélag Rauða krossins á Bahamaeyjum eru auðvitað hjálparsamtökin sem voru í landinu fyrir, og eru þar núna og verða þar alltaf en Alþjóðasamband Rauða krossins er með neyðarbeiðni og hún nær til ársins 2020. Það kemur vel til greina að Rauði krossinn á Íslandi styðji áfram við þessar neyðaraðgerðir." **gun@frettabladid.is**

FÓLK

Lífsstíll

FÖSTUDAGUR 20. DESEMBER 2019

Bættu smá jólagleði í pakkana!

Ný Happaþrenna er komin á sölustaði um allt land.
HAPPA ÞRENNAN
Skemmtilegt að skafa!

Lífið er miklu skemmtilegra í litum

Jóhann Gunnar Arnarsson, einn dómara í Allir geta dansað sem sýnt er á Stöð 2, hefur vakið mikla athygli í þáttunum fyrir glæsilegan klæðaburð og skemmtilega framkomu. Jói er fagurkeri alla daga. →2

Jói og eiginkona hans, Kristín Ólafsdóttir, Kiddý, ætla að halda upp á 20 ára brúðkaupsafmæli á nýársdag. Þau eru afar samrýnd og hafa alltaf unnið mikið saman, meðal annars á Bessastöðum hjá Ólafi og Dorrit. Hér bregða þau á leik fyrir ljósmyndarann enda komin í jólaskap. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

FELDUR
VERKSTÆÐI

VERSLUN SNORRABRAUT 56 · 105 REYKJAVÍK · FELDUR.IS

Framhald af forsíðu

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Jóhann Gunnar, eða Jói, eins og hann er oftast kallaður, á skemmtilegan feril að baki á ýmsum sviðum. Hann var í upphafi danskennari með mikinn áhuga á matargerð. Það varð til þess að hann fór að starfa sem staðarhaldari eða bötler, meðal annars á Bessastöðum í tæp tíu ár í tíð Ólafs Ragnars Grímssonar og Dorritar. Eiginkona hans, Kristín Ólafsdóttir, Kiddý, starfaði með honum á Bessastöðum og vinnur þar núna í afleysingum sem ráðsmaður. Þau hjónin starfa mikið saman, meðal annars í veiðihúsum á sumrin. Þau eiga þrjár uppkomnar dætur, fimm barnabörn og bíða eftir því sjötta sem á að koma í heiminn á hverri stundu. „Það verður jólabarnið," segir Jói.

Hefðirnar á jólum

Jói og Kiddý halda fast í hefðir þegar kemur að jólum þótt hann hafi gaman af því að prófa ýmsar nýjungar í matargerðinni fyrir laxveiðimenn. Þau horfa til gamalla daga þegar jólamaturinn er borinn á borð. „Við erum alltaf með möndlugraut með karamellusósu í forrétt, rjúpur í aðalrétt og ís að hætti mömmu Kiddýjar í eftirrétt. Sumir í fjölskyldunni hafa viljað færa möndlugrautinn til hádegis þar sem hann er saðsamur. Ég hef hins vegar viljað halda í hefðina. Líklegast var grauturinn hafður í forrétt í gamla daga vegna þess að það var ekki nægur matur á heimilinu," segir Jói. Rjúpurnar eru komnar í hús en Jói segist ekki veiða þær þótt hann hafi oft langað til þess. „Við Kiddý höfum alveg rætt um að fara á skotnámskeið en það hefur ekki orðið úr því enn," bætir hann við. „Þar sem við erum að vinna í veiðihúsunum í Selá og Hofsá sjáum við oft bæði gæsir og rjúpur. Það væri gaman að lengja tímabilið okkar og fara í skotveiði."

Einfaldleiki er bestur

Eldamennska er aðaláhugamálið hans og hefur alltaf verið. „Ég legg yfirleitt mikið upp úr meðlæti þegar ég er með veislur. Hjá okkur á jólunum er hins vegar allt einfalt. Við búum til rauðkál, einnig gerum við jólasalat með eplum, þeyttum rjóma og heimagerðum rauðbeðum. Móðir mín býr til rauðbeður frá grunni sem eru mjög góðar og við notum í salatið. Við Kiddý vinnum saman í eldhúsinu allan aðfangadag, dekkum fallega upp jólaborðið og dúllum okkur við matargerðina. Síðan förum við í messu í Bessastaðakirkju kl. 17."

Jói segir að amma hans hafi ávallt verið með möndlugraut og möndlugjöfin var alltaf konfektkassi. „Við höfum valið að vera með spil þótt ég hafi verið alinn upp við að það væri bannað að spila á jólum og á föstudaginn langa. Reyndar vorum við stundum með DVD bíómyndir á meðan þær voru vinsælar en höfum tekið spilið upp aftur," segir hann. Þau hjónin voru búin að skreyta allt heimilið fyrsta sunnudag í aðventu og hafa notið daganna síðan. „Það er svo gott að fá fallegu ljósin í skammdeginu. Svo er mikil laufabrauðshefð hjá okkur og fjölskyldan er búin að gera og steikja um 260 kökur. Við gerum kökurnar frá grunni eftir gamalli uppskrift frá langömmu minni, sem amma og mamma, lögðu aðeins til. Það er mikil fjölskyldustemming yfir þessu."

Jói og Kiddý steiktu um 260 laufabrauðskökur með fjölskyldunni. Það er árlegur viðburður hjá þeim.

Bóndadóttir með blæju er gamaldags eftirréttur með rúgbrauði sem Jói ólst upp við hjá ömmu sinni. Þessi réttur var vinsæll um aldamótin 1900 og er sagður koma frá Danmörku. Jói gefur lesendum uppskriftina að réttinum.

Aðkast vegna klæðnaðar

Það er ekki bara nóg að gera í jólastússi hjá Jóa þessa dagana því þættirnir Allir geta dansað eru nú í beinni útsendingu á föstudagskvöldum. „Það er alltaf eitthvert stúss í kringum fatnað og skó fyrir þættina. Lífið væri svo leiðinlegt ef maður væri alltaf í svörtum skóm. Það er erfitt að finna líflegan og skemmtilegan fatnað hér á landi svo ég hef augun opin þegar ég fer til New York sem ég geri árlega. Ég tek mér alltaf góðan tíma í að velja réttu dressin," segir hann. „Þetta eru eiginlega svona nammibúðir fyrir mig í New York því úrvalið er svo fjölbreytt. Því miður hafa íslenskir karlmenn verið hálfhræddir við skrautleg eða litrík föt. Ég vona að það sé að breytast smátt og smátt. Ég er farinn að sjá fleiri karlmenn í skemmtilegum jökkum," segir Jói sem hefur orðið fyrir aðkasti vegna fatavals. „Það virðast ekki allir hafa umburðarlyndi fyrir því að aðrir séu óhræddir að klæðast öðru en svörtu og fólk stimplað hitt og þetta, allt eftir því hvernig það klæðir sig. En ég hef fengið frábær viðbrögð við þáttunum og fólk hefur gengið að mér út í búð og þakkað fyrir. Það er ánægjulegt," segir hann.

Kiddý og Jói ætla að halda upp á tuttugu ára brúðkaupsafmæli sitt á nýársdag. Í mars ætla þau að skella sér til Dúbaí með vinafólki en sú ferð hefur verið lengi á dagskrá.

Bóndadóttir með blæju

„Mig langar að gefa lesendum uppskrift að eftirrétti sem hefur fylgt fjölskyldunni, ég fékk hana frá ömmu minni, Halldóru Ingimarsdóttur sem var fædd árið 1920 en hún fékk hana frá móður sinni, Oddnýju Friðrikku Árnadóttur frá Þórshöfn. Ég held að þessi réttur hafi verið mikið gerður á N-Austurlandi. Hann nefnist Bóndadóttir með blæju og var vinsæll hér á landi um aldamótin 1900 og er sennilega upprunninn Danmörku. Í réttinum er rúgbrauð og þeyttur rjómi. Bóndadóttir með blæju var alltaf borinn fram á jólum hjá ömmum mínum," útskýrir Jói. „Ég hef ekki verið með þennan rétt á jólum en geri hann oft þegar ég er með veislur," segir hann.

500 g rifið rúgbrauð
50 g smjör
50 g sykur
200 g þurrkuð epli
½ l rjómi

Rúgbrauðið er rifið og jafnvel þurrkað í ofni (ekki nauðsynlegt en verður stökkara). Smjörið brætt á pönnu, brauðið og sykurinn sett út á pönnuna og brúnað. Þetta er svo sett á fat eða í skál og kælt. Mjög mikilvægt er að hræra í brauðmolunum á meðan þeir kólna til að þetta verði ekki að köggli.

Ef notuð eru þurrkuð epli eru þau látin liggja í svolitlu vatni yfir nótt, passa að hafa það ekki of mikið. Síðan er sykri bætt út í og þetta soðið, þar til úr verður næstum mauk sem á að vera svolítið þykkt. Ef fólk er að flýta sér, þá er vel hægt að kaupa gott eplamauk í krukku og bæta út í það svolitlum kanil eða vanillu og sykri ef þurfa þykir.

Á botninn setjum við fyrst rúgbrauð, síðan lag af eplamaukinu, svo aftur rúgbrauð og eplamauk, og jafnvel einu sinni enn, allt eftir því hvað eftirrétturinn á að vera stór. Ofan á þetta er svo settur þeyttur rjómi og rifsberjahlaup. Amma raspaði líka stundum súkkulaði yfir rjómann og setti svo rifsberjahlaup ofan á það.

Þegar ég geri þennan eftirrétt, þá nota ég ekki þurrkuð epli í dag, heldur græn epli sem ég afhýði og sker í bita. Steiki þau svo á pönnu, upp úr smjöri, sykri og kanel. Það þarf að minnsta kosti eitt epli á mann í þennan eftirrétt. Ég leyfi þessu að malla svolítið lengi þannig að úr verði nánast mauk, en vil þó mjög gjarnan hafa einhverja smá bita í þessu. Það er líka gott að setja smá möndluflögur út í eplin ef sá gállinn er á manni.

„Ömmur mínar notuðu þurrkuð epli líklegast vegna þess hversu erfitt var að fá ferska ávexti á þessum tíma," segir Jói en þetta er skemmtilegur gamall eftirréttur sem allir verða að prófa.

„Það virðast ekki allir hafa umburðarlyndi fyrir því að aðrir séu óhræddir að klæðast öðru en svörtu og fólk stimplað hitt og þetta, allt eftir því hvernig það klæðir sig.

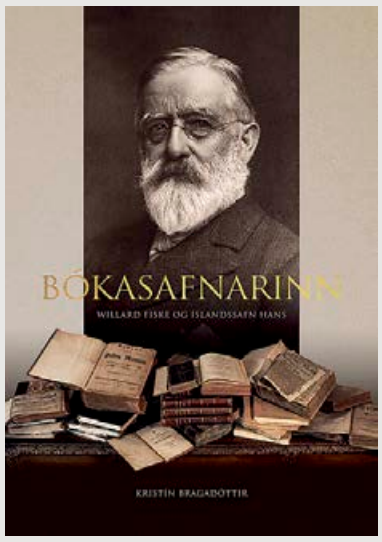
Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir

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

Sölumenn: **Arnar Magnússon,** arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 550 5657, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, **Jóhann Waage,** johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, **Ruth Bergsdóttir,** ruth@frettabladid.is, s. 694 4103,

Lýstu upp skammdegið með sjóðheitum jólabókum á tilboðsverði

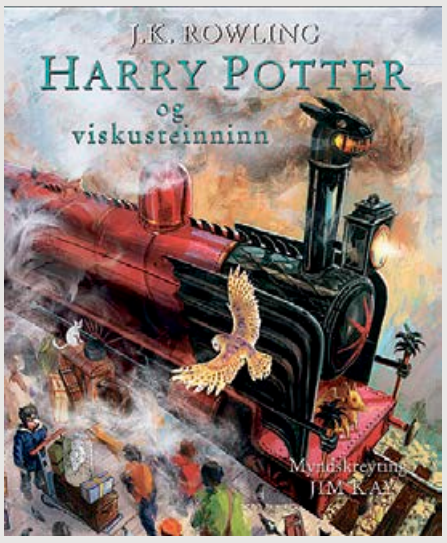


tilboðsverð kr. 5.599
fullt verð kr. 7.999

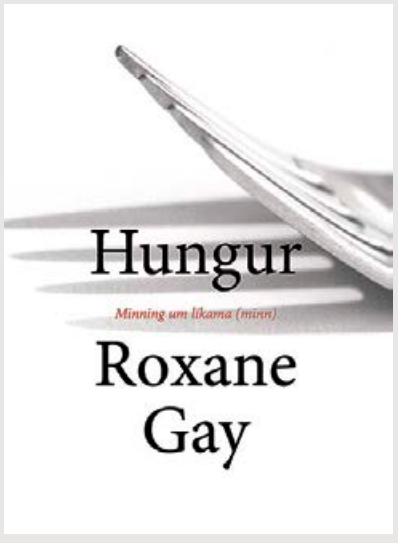
tilboðsverð kr. 2.799
fullt verð kr. 3.999

tilboðsverð kr. 5.599
fullt verð kr. 7.999

tilboðsverð kr. 3.499
fullt verð kr. 4.999



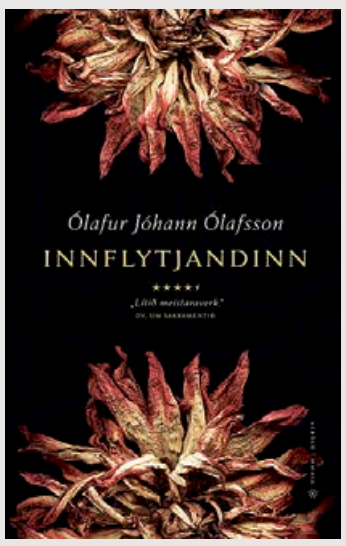
tilboðsverð kr. 6.999
fullt verð kr. 9.999



tilboðsverð kr. 2.790
fullt verð kr. 3.990

tilboðsverð kr. 2.790
fullt verð kr. 3.890

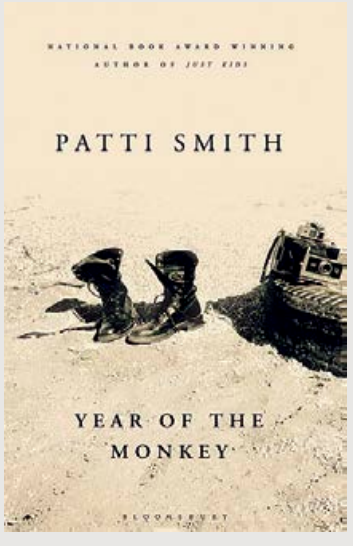
tilboðsverð kr. 2.790
fullt verð kr. 3.990



tilboðsverð kr. 4.899
fullt verð kr. 6.999

tilboðsverð kr. 3.490
fullt verð kr. 4.995

tilboðsverð kr. 4.690
fullt verð kr. 6.690



tilboðsverð kr. 2.795
fullt verð kr. 3.995

ATH. opið til kl. 14.00 á aðfangadag

BÓKABÚÐ MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Opið alla daga til kl. 22.00
facebook.com/malogmenning

Jólunum vel varið á Kanarí

Margir Íslendingar ætla að dvelja á Kanarí eða Tenerife um jólin. Þessar eyjar hafa verið gríðarlega vinsælar hjá Íslendingum. Snæfríður Ingadóttir hefur gefið út bækur um báðar þessar eyjar.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Snæfríður ásamt eiginmanninum, Matthíasi og dætrunum Margréti, Ragnheiði og Bryndísi, í Barranco de Guayadeque á Gran Canaria en þar er fjöldi hella sem fólk býr enn í.

Bók hennar sem kom út fyrir stuttu nefnist Komdu með til Kanarí þar sem Snæfríður segir frá ýmsu sem gaman er að upplifa sem ferðalangur, áhugaverðum stöðum, matarmenningu og ævintýralegum stöðum. Flestir fara til Kanarí til að liggja í leti, sleikja sólina og hlaða batteríin. Það er vel hægt að gera það þótt maður ferðist aðeins um og skoði nýja staði. Þetta er fjórða handbók Snæfríðar, ein var um íbúðaskipti, önnur um Tenerife þar sem hún dvaldi með fjölskyldu sinni í nokkra mánuði, síðan kom krakkabók um Tenerife sem hún vann með dóttur sinni, Ragnheiði Ingu, og loks nú er það Kanarí sem hefur verið sólarstaður Íslendinga í áratugi, sérstaklega yfir vetrarmánuðina.

Saltnámur og kaffiakrar

Þegar Snæfríður er spurð hvort það sé einhver munur á að dvelja á Kanarí eða Tenerife, svarar hún: „Eyjarnar eru um margt líkar en þó er munur á þeim. Á báðum stöðum er gullfalleg náttúra, fjölbreyttur gróður, næg afþreying fyrir alla aldurshópa og æðislegar gönguleiðir. Tenerife er stærri eyja og þar er örlítið fjölbreyttara landslag. Á móti kemur að Gran Canaria hefur margt sem Tenerife hefur ekki, eins og til dæmis saltnámur, einu kaffiakra Evrópu, stærri höfuðborg og friðaðar sandöldur. Tenerife hefur í staðinn til að mynda pýramída, hæsta fjall Spánar og hinn fræga Siam vatnsrennibrautagarð. Hvað varðar veðráttu, mat og mannlíf þá eru eyjarnar svipaðar. Kanaríbúar eru indælis fólk og það er gott að vera ferðamaður á báðum eyjum," segir hún.

Snæfríður segir að hún og fjölskylda hennar hafi farið reglulega til Kanaríeyja, fyrst fyrir sjö árum. „Við höfum heimsótt Gran Canaria, Tenerife og Fuerteventura. Best þekkjum við Tenerife og sú eyja á ákveðinn stað í hjarta okkar því við bjuggum þar allan síðasta vetur. Ég er viss um að ég eigi eftir að heimsækja allar eyjarnar einhvern daginn en mér liggur ekkert á og það er mér ekkert sérstakt kappsmál að ná sem flestum eyjum. Mig langar eiginlega frekar að kafa dýpra í menningu heimamanna, kynnast til að mynda öllum hátíðunum betur og matarhefðum. Eins er ég með langan lista af gönguleiðum sem ég á enn eftir að ganga bæði á Gran Canaria og Tenerife," segir hún þegar hún er spurð hvort hún hafi heimsótt allar eyjarnar sjö en þær nefnast, fyrir utan Tenerife og Gran Canaria, Lanzarote, Fuerteventura, La Palma, La Gomera og El Hierro.

Góðar gönguleiðir

Þegar Snæfríður er beðin að mæla með einhverju sérstöku á Kanarí fyrir þá sem langar í ævintýri um jólin, segir hún að þau sé helst að finna utan hinna hefðbundnu ferðamannastaða. „Ég hvet fólk til þess að hreyfa sig um og sjá fleira en bara sundlaugarbakkann, upplifa náttúruna, pálmana, möndlutrén og bananalaufin, litríkan arkitektúr og bragðgóðan mat heimamanna. Það liggja göngustígar þvers og kruss svo þrátt fyrir að eyjarnar séu vinsælar meðal ferðamanna þá má auðveldlega gleyma sér einn á göngu í fagurri náttúru.

Snæfríður var að gefa út handbók um Kanarí en þangað leggja margir Íslendingar leið sína ár eftir ár. Þar er margt hægt að gera fyrir utan að liggja í sólbaði.

Mæðgur á Maspalomas-sandöldunum sem hafa verið friðaðar frá 1987.

Snæfríður og fjölskylda ferðaðist um húsbíl um Tenerife um síðustu páska. Hér eru þau í Teide þjóðgarðinum en þar er hæsta fjall Spánar að finna.

Um síðustu páska ferðuðumst við um Tenerife á húsbíl, það var skemmtilegt og eftirminnilegt ævintýri sem vel er hægt að mæla með fyrir ævintýraglaða og vana ökumenn. Það var mjög notalegt að leggja bílnum við sjóinn. Fara svo bara í sundfötin í bílnum og drekka morgunkaffið á ströndinni. Í þessari ferð héldum við okkur ekki bara við ströndina heldur keyrðum upp í Teide-þjóðgarðinn og freistuðum þess að sjá stjörnurnar en sagt er að einn besti stjörnuskoðunarstaður eyjunnar sé þar. Eins er vert að benda fólki á að það er ódýrt að hoppa á milli eyjanna svo auðveldlega má heimsækja fleiri en eina eyju á ferðalaginu."

Brimbretti eða köfun

Spænsk ferðamálayfirvöld á Kanarí benda á að skemmtilegt sé að fara í hjólaferðir um eyjuna. Hægt er að leigja hjól. Þau segja líka að það sé fullkomið að gifta sig á eyjunni. Á Kanarí skín sólin meira en 300 daga á ári svo veðrið er alltaf gott. Mælt er með að gifta sig á ströndinni þegar sólin er að setjast. Á Gran Canaria eru meira en 60 km af fallegri strönd, margir glæsilegir golfvellir, hótel sem bjóða upp á spa-aðstöðu auk þess sem hægt er að fara í bátsferðir, kafa í hlýjum sjónum eða fara á brimbretti. Ótrúlegar gönguleiðir eru í nágrenninu og mjög gaman að heimsækja lítil sveitaþorp þar sem innfæddir setja sinn svip á mat og umhverfi. Snæfríður bendir á nokkra góða staði í bók sinni.

Tilboð á tapasréttum

Það er líka skemmtilegt að koma til borgarinnar Las Palmas. Þar er gamall bær sem vert er að skoða. Á hverju fimmtudagskvöld fyllist gamli bærinn, sem nefnist Vegueta, af heimamönnum á aldrinum 20-30 ára. Vinsælt er að fá sér tapas á einhverju veitingahúsinu og úr nægu er að velja. Barborðin er hlaðin tapasréttum og fólk fer gjarnan á milli þeirra og prófar einn eða tvo bita á hverjum stað. Tapasbitarnir kosta frá einni upp í þrjár evrur. Þótt um 4,5 milljónir ferðamanna komi til Kanarí árlega koma fáir þeirra í tapasveisluna. Það er hins vegar skemmtileg upplifun. Réttirnir geta verið kartöflueggjakaka, spænsk þurrskinka, steiktir sveppir með ferskum jurtum og hvítlauk, chorizo-pylsur, kartöflukrókettur, rækjur í heitri hvítlauksolíu, ansjósur sem hafa verið fylltar með tómötum, egg og beikon, eða alls kyns kjöt í filódeigi. Tapastilboðin á fimmtudögum hófust árið 2011 vegna þess að barirnir í gamla bænum voru ekki nægilega vel sóttir nema um helgar. Þetta varð strax mjög vinsælt.

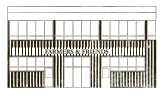
Það er sem sagt ýmislegt hægt að bralla á Kanarí og sögusagnir um að þar séu bara öldungar eru rangar. Fólk á öllum aldri nýtur lífsins í þessari suðrænu paradís.

Farmers Market

ICELAND

VERZLANIR OKKAR Í REYKJAVÍK: FARMERS & FRIENDS

Laugavegur 37



Hólmaslóð 2 / Grandi

WWW.FARMERSMARKET.IS

Fiskur í baði og fata af kjúklingi

Flestir eru fastheldnir á sínar jólahefðir og siði og það á við um fólk um víða veröld. Jólasiðir eru jafn misjafnir og löndin eru mörg og sumt er kunnuglegt en annað framandi hér á norðurhjara.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@frettabladid.is

Þótt alls ekki allar þjóðir heims séu kristinnar trúar hefur jólahátíðin þó haldið innreið sína til margra þjóða sem fagna hver með sínum hætti. Jólin eru enda hátíð ljóss og friðar og flestir geta samsamað sig þeim boðskap.

Á Filippseyjum eru jólin mikilvæg hátíð og fólk byrjar að skreyta strax í september. Skreytingarnar fá svo að standa fram til fyrsta sunnudags í janúar.

Í Japan eru jólin hátíð elskenda og samveru. Fjölskyldur þar gera vel við sig á jóladag með því að fá sér hefðbundinn jólamat; stóra fötu af KFC.

Í Póllandi, Austurríki og fleiri löndum í Mið- og Vestur Evrópu er ákveðin tegund ferskvatnsfisks sem kallast vatnakarfi borðuð á aðfangadagskvöld. Í dag kaupa flestir fiskinn úti í búð en hefðin kveður á um að hann skuli alinn í baðkeri fjölskyldunnar nokkra daga fyrir jól og húsmóðirin á svo að slátra honum með viðhöfn rétt áður en eldamennskan hefst. Hreistrið er talið bera gæfu með sér.

Í Finnlandi er hefð fyrir því að fara í gufubað á aðfangadagskvöld til að slaka á fyrir hátíðina. Þar er gjarna snæddur hafragrautur með möndlu að morgni jóladags, frekar en hrísgrjónagrautur eins og hefð margra annarra landa býður. Sá eða sú sem finnur möndluna mun njóta gæfu á komandi ári.

Grikkir hafa töluverðar áhyggjur af illum öndum um jól (venjulegar endur eru í lagi). Þeir vefja krossmörk í basil og aðrar kryddjurtir, dýfa þeim í vígt vatn og skvetta því hingað og þangað til að stökkva á burt þessum óþjóðalýð sem þar í landi kallast kallikantzaroi og kemst inn á heimilin niður um skorsteininn. Af þeim sökum láta grískar fjölskyldur einnig eld loga í arni, svo skorsteinninn sé lokaður umferð.

Í Ástralíu eru jólin oftast haldin á ströndinni enda er hásumar á þeim slóðum í desember og ekki vænlegt að vera innandyra.

Í Ástralíu fagnar fólk jólunum í steikjandi hita á ströndinni. Jólaandinn er þó aldrei langt undan og hér er mynd af honum. NORDICPHOTOS/GETTY

Fjölskyldur og vinir safnast saman og grilla sjávarfang, rækjur, humar og annað sælgæti áður en tekin er ein umferð af krikket eða hlaupið út í sjó.

Í Argentínu er haldið upp á jólin með hvelli. Þar eru flugeldar sprengdir á miðnætti á aðfangadagskvöld, sennilega til að minna á jólastjörnuna sem lýsti vitringunum leið til Jesúbarnsins. Fyrr um kvöldið kveikja börn oft á pappaluktum og senda þær upp í næturhimininn.

Á Jamaíku er jólum vel fagnað og að sjálfsögðu er rommið ekki langt undan. Jólakaka þeirra Jamaíkubúa er ekki ósvipuð hinni ensku ávaxtaköku nema hvað hún er að böðuð rommi en ekki viskíi. Með þessu ber að drekka heitan og sætan engiferdrykk sem kallast sorrel.

Jólin eru ekki almenn hátíð á Indlandi en þeim er þó fagnað af kristnum fjölskyldum með því að fara í miðnæturmessu og snæða svo góðan mat. Þá eru stórar og litríkar pappastjörnur hengdar fyrir utan húsin og mangó- og bananatré skreytt með marglitu efni og öðru skrauti.

Í Lettlandi þarf fólk að hafa fyrir því að fá gjafirnar sínar. Þar er hefð að hver gjafþegi fari með ljóð, syngi lag eða leiki á hljóðfæri áður en gjafir eru opnaðar. Lettar telja sig líka eiga elstu jólatréshefðina, þar sem elsta skráða notkun á sígrænu tré til að halda jól er frá höfuðborginni Ríga árið 1510. Það er þó líklegt að sígræn tré hafi verið notuð til að fagna hækkandi sól frá því að hugtökin sígrænt og sól fóru að hafa merkingu fyrir mannkynið.

Víða í Evrópu getur fólk þurft að deila jólabaðinu með jólamatnum en þar er hefð að fiskur sé alinn í baðkarinu áður en honum er slátrað fyrir jólin.

Mánudaginn 6. janúar gefur Fréttablaðið út sérblaðið

SKÓLAR OG NÁMSKEIÐ

Skólar og námskeið kemur að jafnaði þrisvar sinnum út á hverju ári.
Að vanda er boðið upp á fjölmargar fróðlegar greinar og viðtöl.

Allir sem velta fyrir sér námi í vetur og vor munu fá í blaðinu
góða yfirsýn yfir það sem er í boði.

Blaðið er mjög vinsæll valkostur ýmissa menntastofnanna
og einkaskóla sem nýta blaðið til að auglýsa eða kynna námsframboð sín.

Nánari upplýsingar um auglýsingar og umfjallanir fyrir blaðið veita sölumenn sérblaðadeildar

Tölvupóstfang: serblod@frettabladid.is
Beinn sími: 550-5077

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

101 32mm
Hvít skífa, rómverskar tölur, stálól

101 38mm
Hvít skífa, rómverskar tölur, stálól

101 Art Deco 32mm
Skelplötuskífa, krókódílaól

101 10 ára 38mm
Kremuð skífa með strikum, brún strútsól

Islandus 44mm
Hvít skífa með rómverskum tölum, brún strútlöpp

Frisland Classic 42mm
Hvít skífa með rómverskum tölum, brún strútlöpp

Sif NART 1948 40mm
Blá skífa með tölum, brún kálfaól

Vínland GMT 41mm
Silfur skífa með rómverskum tölum, brún krókódílaól

Islandus 44mm
Svört skífa með tölum, svört strútsól

Sif NART 40mm
Svört skífa með sjálflýsandi tölum, gúmmíól

Islandus 1919 44mm
Svört skífa með sjálflýsandi tölum, vísundaól

Frisland 1941 42mm
Blá skífa með sjálflýsandi tölum, vísundaól

Hjá Gilbert úrsmið sérhæfum við okkur í úrsmíði, hönnun og framleiðslu úra

GILBERT
ÚRSMIÐUR
Laugavegi 62 - sími: 551-4100
www.gilbert.is

Fegurð eða ferómón

Því er oft haldið fram að ferómón móti makaval að einhverju leyti, þó er óvíst hvort við framleiðum ferómón, hvort við getum numið þau og hvort þau hafi nokkur minnstu áhrif.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is

Hafa ferómónin okkur að fíflum? Eða eru ef til vill örlítið flóknari ástæður fyrir makavali mannfólksins?

Flestir hafa heyrt talað um að ferómón móti kynhegðun að einhverju leyti og til eru fyrirtæki sem lofa fólki því að ef það kaupir vörur þeirra sem innihalda ferómón og makar þeim á sig verði það meira aðlaðandi. En staðreyndin er sú að það eru ekki neinar vísindalegar sannanir fyrir því að ferómón móti makaval mannfólks, þó ferómón hafi vissulega mikil áhrif á hegðun ýmissa dýrategunda. Þetta fyrirbrigði var nýlega tekið fyrir á skoska vísindavefnum The Glasgow Insight into Science and Technology.

Fjölbreytt notagildi

Ferómón eru líka kölluð lyktarhormón og ýmsar dýrategundir nota þau til ýmiss konar samskipta. Ferómón eru meðal annars notuð til að merkja yfirráðasvæði, senda kynferðisleg skilaboð og sem vegvísir.

Hermaurar nota þessi lyktarmerki til dæmis til að rata heim en sum rándýr geta notað þessa sömu lyktarslóð til að finna bú þeirra og éta maurana. Svo eru líka til tegundir af orkídeum sem líkja eftir kynferómónum býflugna til að laða að sér fleiri býflugur til að breiða út frjókorn blómanna.

Við mannfólkið höfum náð að nýta okkur ferómón líka. Við notum til dæmis kynferómón kvenkyns mölflugna af ákveðnum tegundum til að laða karlflugurnar frá ræktun sem þær geta skaðað. Fyrir vikið minnka líkurnar á að karlflugurnar finni maka og fjölgi sér.

Þefað í þágu vísinda

Það er einfaldlega ekki alveg víst hvort við mannfólkið höfum ferómón. Vísindamönnum hefur ekki tekist að einangra mennsk ferómón til þessa, en það er ekki þar með sagt að þau séu ekki til.

Það eru ástæður til að halda að þau séu til, því mörg spendýr nota ferómón. Árið 1994 var gerð tilraun þar sem hópur kvenkyns sjálfboðaliða lyktaði af skyrtum sem karlar höfðu verið í og valdi svo þá lykt sem þeim fannst mest aðlaðandi. Niðurstaðan var áhugaverð, því þær völdu oftast lykt af mönnum sem höfðu ónæmiskerfi sem voru andstæða þeirra eigin. Margir drógu þá ályktun af þessu að sviti karlmanna gæti innihaldið ferómón. Ekki nóg með það, heldur er andróstenól, kynferómón sem svín gefa frá sér, líka að finna í svita mannfólks.

Ferómón móta hegðun ýmissa dýrategunda. Þau eru til dæmis mjög mikilvæg í samskiptum býflugna. NORDICPHOTOS/GETTY

En vísindamönnum hefur ekki tekist að sýna fram á að andróstenól þjóni neinu hlutverki hjá mönnum. Ef andróstenól væri ferómón sem hefur áhrif á mannfólk væri hægt að einangra það og fá sömu niðurstöðu eins og í tilrauninni frá 1994 þegar konur fyndu lyktina af því.

Tilraunin frá 1994 hefur líka ekki vísindalegt gildi, því hún hefur aldrei verið endurtekin. Það er því útilokað að vita hvort niðurstaðan var fengin með einhverjum brögðum eða hafi verið tilviljun eða heppni. Því getur hún aðeins vakið spurningar, en ekki gefið svör.

Manneskjur velja sér maka á meðvitaðan hátt, byggt á flóknu félagslegu samspili, ekki bara líffræði. Við veljum maka ekki bara til að fjölga okkur.

Vantar réttu grænjurnar

En mannfólk sendir frá sér lyktarmerki, allir hafa sína lykt. Nýfædd börn geta meira að segja borið kennsl á lyktina af mæðrum sínum þó þær séu hinum megin í herberginu. En það eru ekki ferómón og viðbrögð okkar við lykt virðast fyrst og fremst mótuð af samhengi og fyrri upplifunum. Mörgum finnst lyktin af kaffi til dæmis góð vegna þess að í huga þeirra er hún tengd góðum hlutum, en ekki vegna þess að efnasamsetning þess er hönnuð til að höfða til mannfólks.

Sumir vísindamenn hafa líka leitt líkur að því að við getum ekki einu sinni numið ferómón. Margar aðrar dýrategundir sem við vitum að nota ferómón hafa sérstakt líffæri í nefinu til þess. Þetta líffæri er yfirleitt ekki til staðar í mannfólki og ef það er til staðar er það frumstætt og ekki tengt heilanum, svo það virðist ekki hafa neina virkni.

Makaval er meira en líffræði

Það getur því verið að líkamslyktin ein hafi svipuð áhrif á okkur og ferómón og valdi því að við löðumst meira eða minna að fólki. En það sem skiptir kannski mestu er að manneskjur velja sér maka á meðvitaðan hátt, byggt á flóknu félagslegu samspili, en ekki bara líffræði. Við veljum maka heldur ekki eingöngu til að fjölga okkur.

Þannig að jafnvel þó að mennsk ferómón væru til staðar og einhverjum þætti þau aðlaðandi hefði það lítið sem ekkert að segja ef persónuleikar fólks næðu ekki saman. Það er því trúlega ekki vænlegt til árangurs að maka á sig vörum sem innihalda ferómón í von um að laða að sér hitt kynið.

Tuttugu ára útgáfuafmæli
Byggðasögu Skagafjarðar

AFMÆLIS TILBOÐ
kr. 60.000
FYRIR ALLAR NÍU BÆKURNAR

Afmælistilboð á Byggðasögu Skagafjarðar

- **I. bindi** um Skefilsstaðahrepp og Skarðshrepp **kr. 7.500**
- **II. bindi** um Staðarhrepp og Seyluhrepp **kr. 7.500**
- **III. bindi** um Lýtingsstaðahrepp **kr. 7.500**
- **IV. bindi** um Akrahrepp **kr. 7.500**
- **V. bindi** um Rípurhrepp og Viðvíkurhrepp **kr. 7.500**
- **VI. bindi** um Hólahrepp **kr. 7.500**
- **VII. bindi** um Hofshrepp **kr. 7.500**
- **VIII. bindi** um Fellshrepp og Haganeshrepp **kr. 7.500**
- **IX. bindi** um Holtshrepp **kr. 16.000**

Útgáfa bókarinnar var styrkt af
Uppbyggingarsjóði Norðurlands vestra, BYKO og Steinull.

SÓKNARÁÆTLUN NORÐURLANDS VESTRA | BYKO | STEINULL

Ofangreint verð er félagsmannaverð Sögufélags Skagfirðinga og býðst einnig þeim sem panta beint frá útgáfunni.

Þeir sem greiða fyrir jól 2019 fá bækurnar sendar burðargjaldsfrítt, eftir það leggst við burðargjald. Hægt er að semja um greiðsludreifingu.

Kennitala Sögufélagsins er:
640269-4649
Bankareikningur:
0310 - 26 - 11011

SÖGUFÉLAG SKAGFIRÐINGA
STOFNAÐ 1937

Safnahúsinu
550 Sauðárkróki
Sími 453 6261
Netfang: saga@skagafjordur.is
http://sogufelag.skagafjordur.is

HYPERVOLT
Hyperice er nuddbyssan
Varist eftirlíkingar
Hönnuð af læknum.
Kraftmikill og hljóðlátur mótor.
Þrýstiskynjari sem sýnir rétt átak.
Vara ársins hjá ISPO, stærstu íþróttasýningu í heimi.
Vara ársins hjá Runners World.
Hoppar ekki á beinum.
Vönduð taska að verðmæti 10.000 kr. fylgir með.
Kr. 59.990
Hyperice Vyper Víbrandi nuddrúlla
Rúllan sem Lebron James, Ronaldo og hinir atvinnumennirnir eru að nota.
Fer lengra inn í vöðvann.
Fljótari að vinna en venjuleg rúlla.
Fengið fjölda viðurkenninga.
VYPER 2.0
Kr. 27.990
Hyperice Mini Víbrandi nuddbolti
Kraftmikill og hljóðlátur.
Hannaður af læknum.
Silikon yfirborð gefur frábært grip.
3 klst. ending á hleðslu.
Tesla Batterí.
Frábær fyrir ferðalagið.
Kr. 15.990
FÆTUR TOGA
LEIÐIN TIL ÁRANGURS

Sörur – skref fyrir skref

Sörur eru í uppáhaldi hjá mjög mörgum en fólk miklar oft fyrir sér að búa þær til. Á bloggsíðunni unnurkaren.com er að finna uppskrift þar sem ferlinu er lýst skref fyrir skref.

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

Ég hef alltaf miklað það fyrir mér að baka sörur. Einhvern veginn hélt ég að það væri svo rosalega flókið og tímafrekt að ég hef ekki nennt því," skrifar Unnur Karen á bloggsíðuna. En niðurstaðan var sú að sörubakstur er svolítið föndur en alls ekki flókinn. Uppskriftin dugar í 80-100 litlar sörur eða 50-60 stærri.

Sörur

Tími: 1,5-2 klst. með smá bið á meðan þær eru kældar áður en þær eru hjúpaðar með súkkulaði
Ofnhiti: 180°C

Botnar

250 g möndluflögur eða hakkaðar möndlur
225 g flórsykur
4 eggjahvítur

Setjið möndlurnar og flórsykurinn í matvinnsluvél og keyrið þetta í smá stund. Ef maður vill finna meira fyrir möndlunum er í góðu lagi að nota bara hakkaðar möndlur eins og þær eru beint úr pokanum.

Setjið eggjahvíturnar í tandurhreina skál og þeytið þangað til hægt er að hvolfa skálinni án þess að þær renni úr. Best er að hafa eggin við stofuhita til að þetta heppnist sem best. Blandið flórsykrinum og möndlunum varlega út í eggjahvíturnar. Best er að nota bara sleif eða álíka til að hræra. Ekki hræra of mikið, það er nóg að þetta sé bara blandað saman.

Setjið bökunarpappír á ofnplötur og notið teskeið til að setja deigið á plöturnar. Ef þið viljið ekki mjög stórar sörur þarf að passa að setja lítið deig. Það stækkar aðeins í ofninum þannig það þarf að passa að hafa nóg bil á milli.

Þetta er svo bakað í 10-14 mín. við 180°C eða þangað til kökurnar eru hæfilega stökkar. Það er best að prófa fyrst eina plötu til að ákvarða tímann endanlega, en hann ræðst af stærðinni og því hversu mjúkar/stökkar þær eiga að vera. Látið kökurnar kólna áður en þið takið þær af plötunum.

Gott er að geyma sörur í boxi inni í ískáp eða frysti og taka þær út rétt áður en á að borða þær.

Stífþeytið eggjahvítur.

Notið teskeið til að setja deigið á plöturnar.

Bakið þar til botninn er hæfilega stökkur.

Þeytið eggja- og smjörblönduna vel.

Setjið kremið á botnana þegar þeir eru orðnir kaldir.

Krem

4 eggjarauður
80 ml síróp
250 g smjör – mjúkt
2 tsk. skyndikaffi
1 msk. heitt vatn
2 msk. kakó

Byrjið á því að leysa kaffið upp í matskeið af heitu vatni. Látið þetta standa og kólna á meðan þið klárið að blanda saman hinum hráefnunum. Þeytið eggjarauðurnar vel. Hellið sírópinu út í í mjórri bunu á meðan þið haldið áfram að þeyta rauðurnar. Þeytið þetta svo vel þannig að það verði mjög ljóst og létt.
Passið að smjörið sé mjúkt (t.d. hægt að hita það örstutt í örbylgjunni) og hrærið það svo saman við eggjablönduna. Bætið svo kakói og kaffi út í eggja- og smjörblönduna og þeytið vel þangað til þetta er orðið ljóst og mjúkt. Einstaka sinnum getur þetta skilið sig aðeins, en þá er ekkert mál að hræra bara áfram því það verður fínt á endanum. Ef þetta er of lint til að smyrja á botnana er hægt að kæla það aðeins áður.

Þegar botnarnir eru kaldir er kremið sett á flötu hliðina á þeim. Best er að nota skeið til þess að gera það, en þá er auðveldara að setja kremið á þannig að sörurnar verði kúptar að ofan. Þegar búið er að setja krem á alla botnana eru þeir kældir í ísskáp eða frysti þangað til kremið hefur stífnað vel, oftast nóg að kæla bara í 10-20 mín.

Að lokum er súkkulaðihjúpurinn bræddur yfir vatnsbaði eða í örbylgjunni (passa bara að það brenni ekki). Kremblutanum er svo dýft í súkkulaðið þannig að kremið sé alveg falið. Best er að láta súkkulaðið stífna alveg og geyma kökurnar svo í boxi inni í ísskáp eða frysti og taka þær bara út rétt áður en það á að borða þær.

Hjúpur

300 g dökkur súkkulaðihjúpur

Þríkrossinn

Skartgripur með táknræna merkingu, seldur til styrktar blindum og sjónskertum á Íslandi.
Íslenskt handverk. Fæst um land allt.

BLINDRAFÉLAGIÐ
Samtök blindra og sjónskertra á Íslandi
STOFNAÐ 1939
Stuðningur til sjálfstæðis

SR
STÓRSVEIT REYKJAVÍKUR KYNNIR:
GULLÖLD SVEIFLUNNAR
NÝÁRSTÓNLEIKAR 5. JANÚAR ELDBORG
Björgvin Franz Gíslason KK Stína Ágústsdóttir
STJÓRNANDI & KYNNIR:
Sigurður Flosason

QUE glitter kjóll og jakki,
stærðir 40-56, **kjóll verð kr. 26.980**
– jakki verð kr. 24.980

STUDIO kjóll með vösum,
fæst líka í svörtu, stærðir 40-56,
verð kr. 10.980

IVY BEAU kjóll,
fæst aðeins svartur, stærðir 38-46,
verð kr. 8.980

IVY BEAU síður kjóll,
fæst líka í svörtu og bláu,
verð kr. 7.990

FLOTT JÓLAFÖT...

ZHENZI kjóll
Stærðir 42-52,
verð kr. 8.990

YEST Ornika treggings,
fást í nokkrum litum, stærðir 36-48,
verð kr. 4.980

FESTIVAL sokkabuxur,
fleiri litir, stærðir 38-56,
verð kr. 1.990

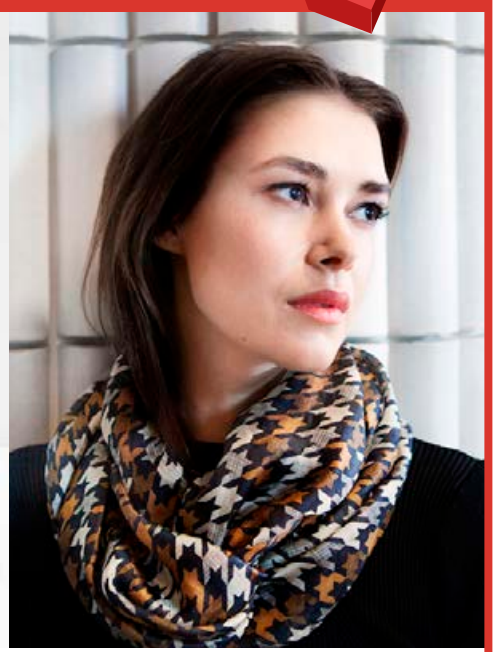
FESTIVAL sokkabuxur,
fleiri gerðir, stærðir 38-56,
verð kr. 3.990

..FLOTTAR JÓLAGJAFIR

LASESSIOR ullarhúfa með ekta skinndúsk,
fæst í gráu, brúnu og bleiku, ein stærð,
verð kr. 10.990

JANA spariskór,
fást í rauðu og svörtu, stærðir 37-41,
verð kr. 8.990

TAMARIS kuldaskór,
stærðir 38-41,
verð kr.24.980



LASESSOR silkiklútur,
margir litir og mynstur,
verð kr. 4.990

NETVERSLUN WWW.BELLADONNA.IS Verslunin Belladonna

belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

Sendibílar

TIL SÖLU:
MMC Sprinter árg.'12 ekinn 205 þús. km, beinsk. Kassi: L: 4.2 B:2.10 H:2.20 Dhollandia lyfta. TILBOÐ 2.000.000 + vsk. Benni: sími: 846-8400.

Þjónusta

Hreingerningar

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

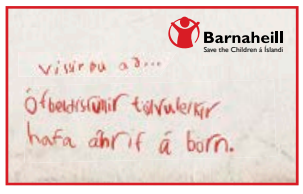
VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is



Keypt & Selt

Til sölu

Kassagítarar í úrvali Gitarinn 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 díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18 og á laugardögum í desember 10-16.

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Heilsa

Nudd

TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is

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

CATALINA
CAFÉ • RESTAURANT • SPORTBAR
Best geymda leyndarmál Kópavogs
Gullnáman

BOLTINN Í BEINNI
LEIKIR HELGARINNAR
LAUGARDAGUR
12:30 Everton - Arsenal
17:30 Man.City - Leicester
SUNNUDAGUR
14:00 Watford - Man.Utd.
16:30 Tottenham - Chelsea
Boltatilboð

LIFANDI TÓNLIST
SMELLUR ásamt EDDU ARA
FÖSTUDAG & LAUGARDAG
FRÁ KL. 00.00 - 03.00

SKÖTUVEISLA
Á ÞORLÁKSMESSU
VERÐ 3.900 KR.
1.900 KR. FYRIR 7 -12 ÁRA
FRÍTT 6 ÁRA OG YNGRI
Hið margrómaða
VESTFIRSKA SKÖTUHLAÐBORÐ
FRÁ KL. 11.30 - 15.00 & 18.00 - 21.00
SÍMI 554 2166
HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR
WWW.CATALINA.IS

CATALINA
CAFÉ • RESTAURANT • SPORTBAR

SKÖTUVEISLA
AÐ VENJU VERÐUM VIÐ MEÐ HIÐ MARGRÓMAÐA
VESTFIRSKA SKÖTUHLAÐBORÐ
Á ÞORLÁKSMESSU
FRÁ KL. 11.00 - 15.00 & 18.00 - 21.00

STÓRSKATA • SALTFISKUR • PLOKKFISKUR • RÓFUR • KARTÖFLUR
SÍLD • HAMSATÓLG • SMJÖR • HNOÐMÖR • RÚGBRAUÐ • KAFFI & KONFEKT

VERÐ 3.900 KR.
12 ÁRA OG YNGRI 1.900 KR.
FRÍTT
FYRIR 6 ÁRA OG YNGRI.
SÍMI 554 2166
HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR

Best geymda leyndarmál Kópavogs
WWW.CATALINA.IS

Djúpavogshreppur - deiliskipulag

Samkvæmt 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér auglýst tillaga að eftirfarandi deiliskipulagi:

Uppbygging áningarstaðar við Snædalsfoss í landi Bragðavalla

Deiliskipulagssvæðið er 18 ha að stærð og tekur yfir nærumhverfi Snædalsfoss og gönguleiðir frá bæjarstæðinu á Bragðavöllum að fossinum. Samkvæmt tillögunni er gert ráð fyrir uppbyggingu göngustíga, göngu- og útsýnispalls og aðstöðuhúss.

Ofangreind skipulagstillaga liggur frammi á skrifstofu Djúpavogshrepps, Bakka 1, Djúpavogi og er einnig aðgengileg á heimasíðu Djúpavogshrepps: www.djupivogur.is undir liðnum Skipulagsmál/Mál í kynningu.

Skipulagstillagan er í kynningu frá 20. desember 2019 til 7. febrúar 2020. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. Ábendingum og athugasemdum skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa Djúpavogshrepps, Bakka 1, 765 Djúpavogi eða á skipulag@djupivogur.is, eigi síðar en **7. febrúar 2020.** Vinsamlegast gefið upp nafn, kennitölu og heimilisfang sendanda innsendra ábendinga og athugasemda.
Hver sá sem ekki gerir athugasemdir við tillöguna innan gefins frests telst vera henni samþykkur.

Skipulagsfulltrúi Djúpavogshrepps

ILVA

GO CRAZY

Opið til kl.20

FÖSTUDAG TIL MÁNUDAGS

VEFVERSLUN - WWW.ILVA.IS - ALLTAF OPIN

25%

AF ÖLLUM VÖRUM

20% afsláttur af sérpöntunum. Gildir ekki um vörur á áður niðursettu verði. Tilboðin gilda 20.12.19 – 23.12.19

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is
Jólaopnun: Virkir dagar 11-20 og helgar 12-20

netgíró
VALITOR

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM .COM/ILVAISLAND

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Föstudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
3 °C | 10 ←	-1 °C | 13 ←	0 °C | 3 →
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
1 °C | 10 ↓	2 °C | 6 ↙	-4 °C | 11 ↙

Áframhaldandi norðaustanátt í dag, víða 10-15 m/s, en 15-20 norðvestan til á landinu og einnig á Suðausturlandi um kvöldið. Slydda eða snjókoma norðan- og austanlands, en yfirleitt þurrt sunnan heiða. Hiti nálægt frostmarki, en hiti að 6 stigum sunnanlands.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
2 °C | 6 ↙	-1 °C | 12 ↙	0 °C | 4 ↙
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
1 °C | 12 ↙	3 °C | 16 ↙	-4 °C | 14 ↙

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-2 °C | 5 ↓	-4 °C | 7 ↙	-3 °C | 2 ↘
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
-1 °C | 7 ↓	1 °C | 2 ↘	-7 °C | 11 ↓

LÉTT

6		2		4	5		1	
1		4	6		2		9	
	7	8	9					
	8		1			9	6	
9								7
	4	1		9		5		2
		3						
7					4	6		
	5		2	1	7	3		

MIÐLUNGS

	2				8	3	6	
				3		9		7
1			9	2				
7				6		8		
		8	4				7	
6	1			8			3	5
						6	4	
5		3					8	9
4			3					

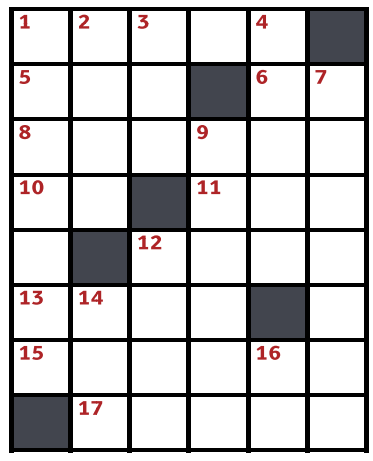
ÞUNG

		4	8				3	7
						4		2
	9					5		
				1	9	7		3
	7		4			6		
3	4	1		6	2			
	2			5				
	1	9		7			6	8
7		3						

Krossgáta

LÁRÉTT
1 trufla
5 sakka
6 í röð
8 eftirláta
10 taug
11 pláss
12 skrækur
13 klukkusláttur
15 liðhlaup
17 sveimaði

LÓÐRÉTT
1 sprella
2 einómur
3 sælindýr
4 tormerki
7 innilokun
9 spyrja
12 drer
14 mærð
16 tveir eins



LÁRÉTT: 1 ómaka, 5 lóð, 6 gh, 8 ánæfna, 10 tó, 11 rúm, 12 vein, 13 slag, 15 togunn, 17 flaug.
LÓÐRÉTT: 1 ólátast, 2 mónó, 3 aða, 4 agnúi, 7 hamning, 9 fregna, 12 vagl, 14 lof, 16 uu.

Skák Gunnar Björnsson

Maroczy átti leik gegn Rubinstein í Prag árið 1908.

1. g5+! fxg5 2. Dxh7+! Kxh7 3. Rxg5+ Kxh7 4. Rxh3 1-0.
Jólapakkamót Hugins og Breiðabliks fer fram í Álfhólsskóla á morgun. Opið fyrir alla krakka á grunnaskólaaldri. Hannes Hlífar og Guðmundur Kjartansson hafa 4 vinninga að loknum sex umferðum á alþjóðlegu móti í Barcelona.

www.skak.is: Jólapakkamótið

Hvítur á leik

3	5	1	2	9	6	4	8	7
7	4	2	8	1	3	5	9	6
6	8	9	4	5	7	1	2	3
4	1	6	3	8	2	9	7	5
2	7	3	5	4	9	6	1	8
8	9	5	6	7	1	3	4	2
5	3	8	1	2	4	7	6	9
9	2	4	7	6	5	8	3	1
1	6	7	9	3	8	2	5	4

4	3	7	8	5	9	2	6	1
5	6	9	2	1	7	8	3	4
1	2	8	3	4	6	7	5	9
6	5	1	4	7	2	9	8	3
7	8	2	9	6	3	4	1	5
9	4	3	1	8	5	6	2	7
8	7	6	5	9	1	3	4	2
2	1	4	7	3	8	5	9	6
3	9	5	6	2	4	1	7	8

4	2	8	5	7	1	6	9	3
7	5	6	3	9	2	4	8	1
9	3	1	8	6	4	5	2	7
5	8	9	4	1	6	7	3	2
1	7	4	2	3	9	8	5	6
2	6	3	7	5	8	9	1	4
6	4	5	9	2	3	1	7	8
3	1	7	6	8	5	2	4	9
8	9	2	1	4	7	3	6	5

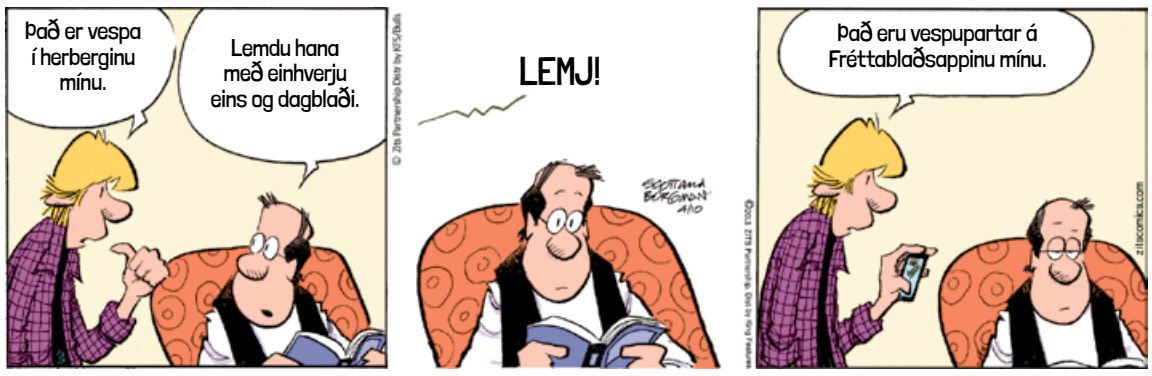
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

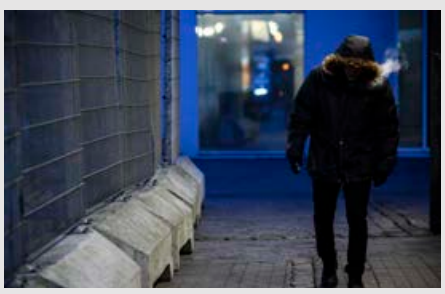
FRÉTTABLAÐIÐ er helgarblaðið

Að tala um dauðann er að tala um lífið

Bergrún Íris Sævarsdóttir rithöfundur segir foreldra vilja hlífa börnum sínum við sársauka. En það geri þeir ekki með þögninni. Dauðinn sé jafn eðlilegur hluti af lífinu og það að fæðast.

Jólarökstólar

Kári Stefánsson, Ólína Þorvarðardóttir, Aðalsteinn Kjartansson og **Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir** gera árið upp.



Neysla á Spice færist í aukana

Það er mikilvæg forvörn að foreldrar eyði tíma með unglingum sínum á aðventu og jólum.

Helgarblað Fréttablaðsins, ómissandi hluti af góðri helgi

Grand HÓTEL REYKJAVÍK

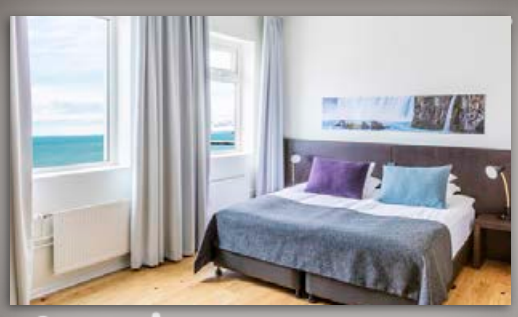
HÓTEL REYKJAVÍK CENTRUM

FOSSHOTEL

ÍSLANDS HÓTEL

GJAFABRÉF ÍSLANDSHÓTELA

17 HÓTEL UM ALLT LAND



ÍSLANDSHÓTEL

Verð frá 19.900

ISLANDSHOTEL.IS/GJAFABREF

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Wellington

Innbökuð íslensk nautalund

Nýtt í Bónus

Aðeins

5.998 kr./kg.

Íslandsnaut Wellington Nautalund
Íslensk, frosin

Opnunartími

Föstudagur,	20. des.	10:00-20:00
Laugardagur,	21. des.	10:00-21:00
Sunnudagur,	22. des.	10:00-21:00
Mánudagur,	23. des.	10:00-21:00
Aðfangadagur,	24. des.	10:00-14:00

Gleðileg jól

ÍSLENSKUR
Lax

2.879 kr./kg

NF Reyktur og grafinn lax
Flök eða bitar

359 kr./stk.

Bónus Graflaxsósa
350 ml

Allt fyrir Skötuveisluna

1.298 kr./kg

Fiskbúðin okkar Skata
Kæst og söltuð

1.098 kr./kg

NF Saltfiskbitar
Útvatnaðir, frosnir, beinlausir

SAMA VERÐ UM LAND ALLT

1.098 kr./stk.

Quality Street Macintosh
679 g

JÓLAVÍNBERIN
Beint frá S-Afríku

759 kr./kg

Vínber Græn og rauð
Ný uppskera frá S-Afríku

179 kr./pk.

Rósakál
500 g, Holland

159 kr./kg

Rauðkál
Holland

198 kr./pk.

Rauðkál Skorið
400 g, Holland

Verð gildir til og með **22. desember** eða meðan birgðir endast.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

VINSÆLASTI
Hamborgarhryggurinn í Bónus

1.398 kr./kg

Bónus Hamborgarhryggur
Með beini

1.795 kr./kg

ALI Hamborgarhryggur
Með beini

1.998 kr./kg

ALI Hamborgarhryggur
Úrbeinaður

Úrbeinaður

1.798 kr./kg

Bónus Hamborgarhryggur
Úrbeinaður

NORÐLENSKT
Hangikjöt

2.698 kr./kg

Fjalla Hangilæri
Úrbeinað

LÉTTREYKTUR
Lambahryggur

2.798 kr./kg

SS Lambahryggur
Léttreyktur

KJARNAFÆÐI

1.879 kr./kg

Kjarnafæði Hangilæri
Kofareykt, með beini

VINSÆLASTA
Hangikjötið í Bónus

2.198 kr./kg

KF Hangiframpartur
Kofareyktur, úrbeinaður

3.198 kr./kg

Kjarnafæði Hangilæri
Kofareykt, úrbeinað

2.998 kr./kg

ÍL Hátíðar Hangikjöt
Birkireykt, úrbeinað

BÓNUS

EKKERT BRUÐL

Opnunartími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:00 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 11:00-18:00
Bónus Smáratorgi og Skeifunni: Mánudaga-Laugardaga; 10:00-19:00 • Sunnudaga; 11:00-18:00

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

hvar@frettabladid.is

20. DESEMBER 2019

Tónlist

Hvað? Árlegir sólstöðutónleikar
Hvenær? 12.00
Hvar? Hallgrímskirkja
Schola Cantorum flytur hugljúfa jólatónlist úr ýmsum áttum. Einsöngvarar eru: Hildigunnur Einarsdóttir alt, Þorsteinn Freyr Sigurðsson tenór og Thelma Hrönn Sigurdórsdóttir sópran.

Hvað? Glitrandi jól
Hvenær? 12.00 - 12.35
Hvar? Dómkirkjan
Þríeykið Hólmfríður Jóhannesdóttir mezzósópran, Victoria Tarevskaia sellóleikari og Julian Hewlett píanóleikari flytja íslensk og amerísk jólalög. Miðaverð er 1.500 kr. við dyr án posa.

Hvað? Sálmar og jólalög í sveiflu
Hvenær? 12.00-13.00
Hvar? Kex hostel, Skúlagötu 28
Karl Olgeirsson og félagar flytja jóladjass af plötunni Svöl jól sem Jólakettir gáfu út fyrir rúmum 20 árum. Ásamt Karli, sem leikur á píanó og fleira, leika Gunnar Hrafnsson á kontrabassa, Snorri Sigurðarson á trompet og Erik Qvick leikur á trommur.

Hvað? Jólatónleikar Fóstbræðra
Hvenær? 19.30
Hvar? Langholtskirkja
Yfirskrift tónleikanna er Stafa frá stjörnu. Á efnisskránni eru innlend og erlend kórverk, gömul og ný sem tengjast jólum og hinu eilífa ljósi. Einsöngvarar úr hópi kórmeðlima. Stjórnandi er Árni Harðarson og meðleikari Tómas Guðni Eggertsson. Miðaverð er 3.900 kr.

Hvað? Síðbúnir útgáfutónleikar
Hvenær? 20.00
Hvar? Hátíðarsalur MR
Tónlistarkonan Ásta fagnar útgáfu fyrstu breiðskífu sinnar, Sykurbaðs. Sérstakur gestur er Una Torfadóttir.

Hvað? Súrt og sætt, gamalt og nýtt
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu 2
Sölvi Kolbeinsson saxófónleikari og Magnús Trygvason Eliassen slagverksleikari efna til snarstefjaðrar óvissuferðar. Miðaverð: 2.000 kr.

Hvað? Mozart við kertaljós
Hvenær? 21.00
Hvar? Kópavogskirkja
Kammerhópurinn Camerarctica leikur. Hópinn skipa: Ármann Helgason klarínettuleikari, Hildigunnur Halldórsdóttir og Bryndís Pálsdóttir fiðluleikarar, Svava Bernharðsdóttir víóluleikari og Sigurður Halldórsson sellóleikari.

Dans

Hvað? Tangó praktika og milonga
Hvenær? 21.00-24.00
Hvar? Kramhúsið, Skólavörðustíg
Argentínskur tangó. Praktika og milonga . Dj er Heiðar og gestgjafi Gunna Beta. Milongan 1.000 kr.

Fyrst og fremst ævintýri

Svanafólkið er ný skáldsaga eftir Kristínu Ómarsdóttur og gerist í eftirlitsþjóðfélagi. Segir það vera eins og að lenda í dýragildru að taka þátt í jólabókaflóðinu.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Ég velti því oft fyrir mér hvernig maður verði frjáls, segir Kristín Ómarsdóttir. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Aðalpersónan í nýrri skáldsögu Kristínar Ómarsdóttur, Svanafólkinu, er Elísabet Eva sem starfar við eftirlit hjá leynilegri sérdeild innanríkisráðuneytisins. Hún kynnist svanafólkinu, sem er bæði álftir og menn.

Kristín segir að sérstök tilfinning sé á bak við þessa bók. „Þetta er svipuð tilfinning og sú sem fylgir því að vera lítið barn, til dæmis á sunnudagsmorgni – þegar allir voru sofandi nema ég sjálf og mig langaði til að vekja fólkið. Það er þessi tilfinning, að langa til að vekja einhvern sem sefur og vera að bíða eftir því að hann vakni. Mér finnst ég hafa skrifað bókina á þess konar andartaki.“

Manngerð takmörk

Bókin gerist í eftirlitsþjóðfélagi og Kristín er spurð hvort verkið sé þjóðfélagsádeila á okkar tíma. „Ég myndi segja það. Ég bý í okkar tímum og tengist ekki öðrum tímum. Það er margt við þetta þjóðfélag sem mér hugnast ekki, þótt mér hugnist margt. Ég skrifaði þessa bók vegna þess að ég gæti ekki útskýrt í fáum orðum hvað mér hugnast ekki. Þess vegna verður þetta að rúmlega 200 síðna bók.“

Erum við ekki alveg frjáls í þessari þjóðfélagsgerð?

„Ég hef ekki fundið fyrir því að við séum frjáls. Ég velti því oft fyrir mér hvernig maður verði frjáls, en frelsisleitin er líka á mína eigin ábyrgð. Fólk er tilbúið að gefa mikið fyrir smá frelsi – og oftast er þetta litla frelsi dýru verði keypt – eins og bara til dæmis öll tæknin, jafn mikið og hún auðveldar mér lífið kostar hún sitt. En ég ætla samt ekki að sakna daganna þegar amma mín stóð yfir suðupottunum og afi minn bar óhreinan þvottinn upp í Laugardal og hreinan heim í hryllingsfrosti og fólk dó úr alls konar veikjum. En svo er ég sjálf líka íhaldssöm, rótgróin, formföst og heftbundin og þessir eiginleikar letja leit mína að einhverju öðru og öðruvísi. Það er einhver bilun í mér sjálfri eða auðmýkt sem gerir að verkum að ég sætti mig við hin manngerðu takmörk.“

Það er sterkur ævintýrablær yfir bókinni. „Já, þessi saga er líka fyrst og fremst ævintýri. Ég get auðveldlega sópað pólitíkinni í burtu og sagt: Þetta er bara ævintýri. Það er lesandans að ákveða hvort hann lesi pólitíska gagnrýni úr sögunni. Aðalpersónan er þátttakandi í eftirlitssamfélagi og ekki saklaus þátttakandi, langt í frá,“ segir Kristín.

Í dýragildru

Kristín er nýkomin heim eftir að hafa dvalist erlendis, í París og Berlín, þessum skemmtilegu borgum. „Ég ætlaði fyrst að vera í tvo mánuði sem urðu fjórir. Svo kom ég heim og fór aftur út og var í burtu í aðra fjóra mánuði. Það er óskaplega gott að komast burt en það er líka gott að koma aftur. Hér á ég heima.“

Hvernig er að vera þátttakandi í jólabókaflóðinu?

„Það er skrýtið og tekur á taugarnar. Þetta er dálítið eins og að lenda í dýragildru. Ég datt ofan í holu og kemst ekki strax upp úr henni.“

Svanafólkið er tilnefnd til Fjöruverðlaunanna, bókmenntaverðlauna kvenna. „Það er gaman,“ segir Kristín og bætir við: „Það sem skiptir mestu máli eru lesendur og viðbrögð þeirra. Ef þeir segjast hafa upplifað við lesturinn það sem ég var að reyna að kalla fram – án þess ég sé búin að kjafta neinu – finnst mér að mér hafi tekist ætlunarverkið. Um leið get ég byrjað að gleyma bókinni. Þegar maður er búinn að ljúka við bók þá kann maður hana utan að. Svo tekur tíma fyrir hausinn að losa sig frá henni.“

Óstöðvandi afrekskona

BÆKUR

Óstöðvandi
★★★★☆
Magnús Örn Helgason

Útgefandi: Benedikt bókaútgáfa
Fjöldi síðna: 208

Það verður ekki annað sagt en að bókin um Söru Björk Gunnarsdóttur, íþróttamann ársins og landsliðsfyrirliða í knattspyrnu, er býsna vel lukkuð.

Bókin er frumraun Magnúsar Arnar Helgasonar og óhætt að segja að verkið farist honum vel úr hendi. Þá er bókin vönduð að allri gerð og ríkulega myndskreytt.

Sara Björk er ein mesta afrekskona kvennaknattspyrnunnar á Íslandi frá upphafi og glæsileg fyrirmynd stúlkna og kvenna í knattspyrnunni hér á landi. En bókin um hana fjallar um fleira en knattspyrnu. Í henni tekst vel að flétta saman glæsilegan íþróttaferil hennar og lífið utan vallarins. Árangur Söru Bjarkar hefur ekki náðst nema með mikilli elju og vinnusemi allt frá unglingsárum.

Greint er frá því í bókinni hve heimur atvinnumanns í knattspyrnu getur verið harður og miskunnarlaus. Það er oft kalt á toppnum eins og fram kemur í bókinni. Höfundurinn reynir ekki að draga upp einhliða glansmynd af þessari einbeittu afrekskonu heldur skýrir einnig frá erfiðum tímum og áföllum. Það gefur bókinni aukið gildi að þar er greint frá sorgum jafnt sem stórum sigrum á knattspyrnuvellinum.

Þetta er í fyrsta skipti sem gefin er út bók um íslenska afreksíþróttakonu. Það vekur nokkra furðu. Bókin um Söru Björk er því kærkomin og tímabær. Hún lýsir óstöðvandi íþróttakonu sem hefur lagt mikið á sig til að komast verðskuldað á toppinn.

Jón Þórisson

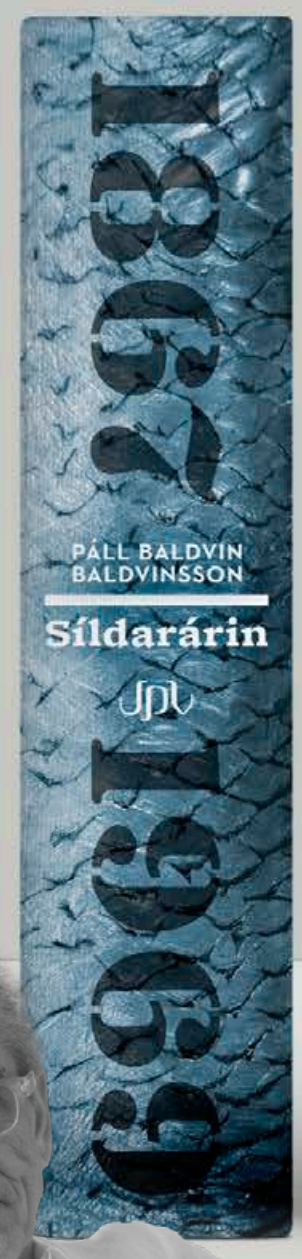
NIÐURSTAÐA: Vönduð og vel skrifuð bók sem á erindi við allt áhugafólk um íþróttir sem og aðra.

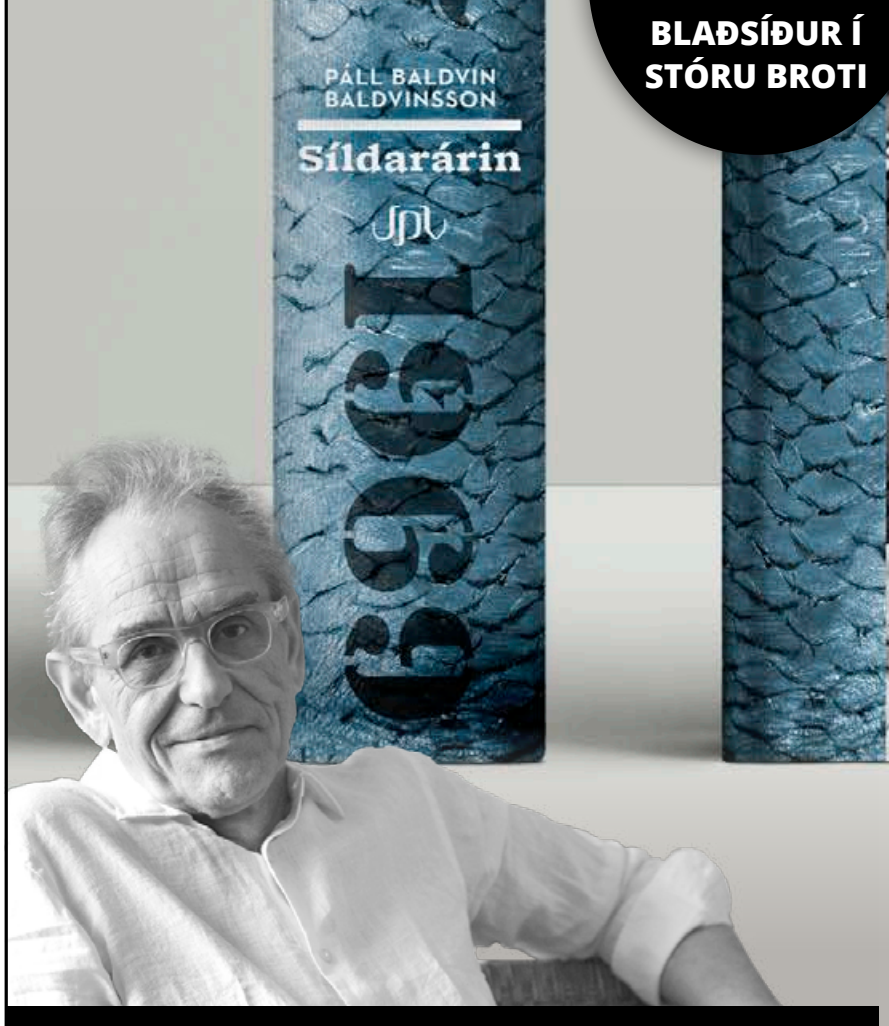
„Læsileg og skemmtileg náma fróðleiks.“

SÖLVI SVEINSSON / MORGUNBLAÐIÐ

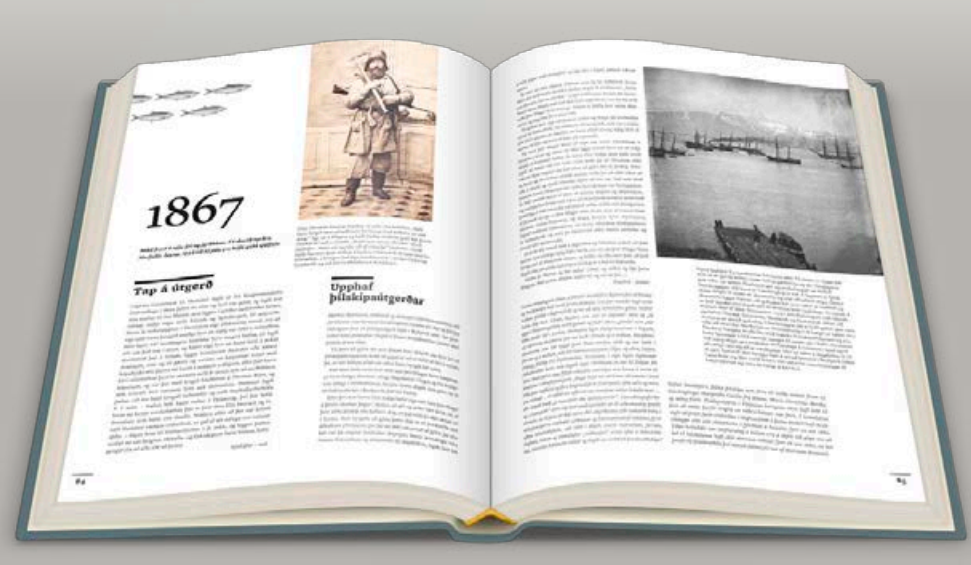
RÍFLEGA **1100** MYNDIR

1152 BLAÐSÍÐUR Í STÓRU BROTI





ÍSLENSKU BÓKMENNTA VERÐLAUNIN
Tilnefning



Páll Baldvin Baldvinsson hefur ritað tímamóta-verk um ævintýrið sem umbreytti Íslandi.

Stórbrotin saga um svipult gengi, auðsæld og skort, margradda frásögn síldarstúlkna og spekúlanta, aflakónga og ævintýramanna.

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla daga í desember; sjá nánar á **www.forlagid.is**

Þriðjudagur 24. desember, Aðfangadagur

21:00 Á Biblíuslóðum

Heimsókn í borgina helgu, Jerúsalem fyrir botni Miðjarðarhafs og saga hennar rakin í máli og myndum.

Miðvikudagur 25. desember, Jóladagur

20:00 Fríkirkjan í 120 ár

Saga stærstu timburkirkju Íslands og eins helsta kennileitis Reykjavíkur rakin í máli og myndum, söng og tónum.

Fimmtudagur 26. desember, Annar í jólum

21:00 Hjúkrun í máli og myndum

Reikað um sögusýningu Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga í tilefni af aldarafmæli félagsins.

Föstudagur 27. desember

20:00 Kaffibrúsakarlanir

Kaffibrúsakarlarnir – Leikararnir Gísli Rúnar Jónsson og Júlíus Brjánsson rifja upp tilurð og töfra Kaffibrúsakarlanna.

Laugardagur 28. desember

20:30 Goðsögnin Þorvaldur Halldórsson

Persónulegt og einlægt viðtal Sigmundar Ernis við einn dáðasta söngvara þjóðarinnar.

21:30 Gengið á Alpana

Gengið á Alpana – slegist í för með íslenskum gönguhópi sem leggur leið sína yfir helstu fjallaskörðin í ítölsku Ölpunum.

Sunnudagur 29. desember

21:30 Gengið á Dólómítana

Gengið á Dólómítana – einhver hættulegasta fjallaleiðin í Brenta Dólómítunum farin með aðstoð ítalskra fjallaleiðsögumanna.

Þriðjudagur 31. desember

21:00 Stóru málin uppgjörsþáttur ársins

Bjartmar og Valur fara yfir Stóru málin á árinu með góðum gestum.

Miðvikudagur 1. janúar

20:00 Söfnin á Íslandi – Flugsafn Íslands

Söfnin á Íslandi – nokkur áhugaverðustu söfn landsins skoðuð með aðstoð safnvarða; Flugsafn Íslands og Norðurslóðasafnið.

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is

Gleðilega **hátíð!**

DAGSKRÁ

Föstudagur

RÚV SJÓNVARP

08.00 KrakkaRÚV
08.01 Tulipop
08.04 Friðþjófur forvitni
08.27 Nellý og Nóra a
08.34 Begga og Fress
08.46 **Bubbi byggir** Bubbi byggir og Selma eru mætt í glænýrri þáttaröð ásamt Skófla, Moka, Lofti, Trukki og öllum hinum vinunum. Getum við gert þetta - Hvort við getum.
08.57 Símon Simon
09.02 Alvinn og íkornarnir
09.13 Stuðboltarnir
09.24 Konráð og Baldur
09.37 Hvolpasveitin
10.00 Börnin taka völdin
11.20 Kastljós
11.35 Menningin
11.45 Jól í lífi þjóðar
12.30 Sætt og gott - jól
13.00 Norsk jólaveisla
14.00 Jólapopppunktur
15.05 Jólatónar í Efstaleiti
15.15 Á götunni - Jólaþáttur Karl Johan
15.45 Séra Brown - Jólaráðgáta
16.40 Fyrir alla muni Íslandsheimsókn Evu Braun
17.10 Landinn
17.40 Táknmálsfréttir
17.52 KrakkaRÚV
17.53 Jólasveinarnir: Bjúgnakrækir
18.01 Jóladagatalið: Jólakóngurinn Karvel er níu ára og býr í Silfurskógi með fjölskyldu sinni. Hann hefur ákveðið að jólin í ár verði betri en nokkru sinni fyrr.
18.25 Jólamolar KrakkaRÚV Allskonar skemmtilegir og jólalegir molar úr sögu Stundarinnar okkar.
18.40 Krakkafréttir vikunnar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Síðbúið sólarlag - jólaþáttur Hold the Sunset - Christmas Special
20.15 Christmas with the Kranks Jólin hjá Krank-fjölskyldunni Jólagamanmynd fyrir alla fjölskylduna. Þegar einkadóttir Krank-hjónanna tilkynnir að hún verji jólunum erlendis ákveða þau að sleppa því alfarið að halda upp á jólin þetta árið. Nágrannar þeirra eru þó ekki ánægðir með þessa ákvörðun
21.55 Hjartnæm jól Hearts of Christmas
23.20 Captain Fantastic Pabbi fyrirliði
01.15 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

09.15 Arnold Palmer Invitational Útsending frá lokadegi Arnold Palmer Invitational á PGA-mótaröðinni.
12.00 Australian PGA Championship Útsending frá Australian PGA Championship á Evrópumótaröðinni.
15.30 PGA Highlights Hápunktarnir á PGA-mótunum.
16.25 WGC: Mexico Championship Útsending frá lokadegi Mexico Championship á Heimsmótaröðinni.
18.35 2019 Champions Tour Year in Review
19.30 WGC: Dell Technologies Match Play Útsending frá lokadegi Dell Technologies Match Play á Heimsmótaröðinni.
23.30 Australian PGA Championship
03.00 Australian PGA Championship Bein útsending frá Australian PGA Championship á Evrópumótaröðinni.

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
08.45 The Late Late Show
09.30 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.50 Family Guy
14.15 The Voice US
15.00 Survivor
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 Dr. Phil
18.15 The Late Late Show
19.00 America's Funniest Home Videos
19.20 Will and Grace
19.45 Man with a Plan
20.10 The Voice US
21.40 The 40 Year Old Virgin
23.35 The Late Late Show
00.20 A Walk Among the Tombstones
02.10 The First
03.00 Mayans M.C.
04.00 Kidding
04.25 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Í ljósi sögunnar
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Óskastundin
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Heimskviður
15.00 Fréttir
15.03 Sögur af landi: Akureyrarveikin
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Skyndibitinn
17.00 Fréttir
17.03 Lestarklefinn
18.00 Spegillinn
18.30 Brot úr Morgunvaktinni
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Flugur
19.45 Lofthelgin
20.35 Mannlegi þátturinn
21.35 Kvöldsagan: Hús úr húsi
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestarklefinn
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

10.20 The Choice
12.10 Skógarstríð 3
13.25 Fantastic Beasts and Where to Find Them
15.35 The Choice
17.30 Skógarstríð 3
18.45 Fantastic Beasts and Where to Find Them
21.00 Harry Potter and the Chamber of Secrets
23.40 The Mule
01.35 Breakable You
03.35 Harry Potter and the Chamber of Secrets

STÖÐ 2

08.00 Friends
08.25 Masterchef USA
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 The Goldbergs
09.45 Famous in love
10.30 Jamie's Quick and Easy Food
10.55 My Babies Life: Who Decides?
11.45 Fósturbörn
12.05 Atvinnumennirnir okkar
12.35 Nágrannar
13.00 Mary Shelley
15.00 Sweet Home Carolina
16.25 Stelpurnar
16.50 Friends
17.15 Friends
17.43 Bold and the Beautiful
18.03 Nágrannar
18.28 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag
19.10 Sportpakkinn
19.20 Allir geta dansað
21.00 Aðventumolar Árna í Árdal
21.10 Mr. St. Nick
22.55 Night School
00.50 Chloe and Theo Dramatísk mynd frá 2015. Theo er inúíti frá Norður-Ameríku sem kominn er til New York til að hafa tal af ráðamönnum og fá þá til að grípa til aðgerða gegn loftslagsbreytingum.
02.10 American Animals

STÖÐ 3

19.10 Modern Family
19.35 Kevin Can Wait
20.00 Friends
20.25 Seinfeld
20.50 The Simpsons
21.15 American Dad
21.40 Shrill
22.10 Jett
23.45 Modern Family
00.10 Kevin Can Wait
00.35 Friends
01.00 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.25 Selfoss - Valur Útsending frá leik í Olís-deild karla.
08.55 Seinni bylgjan
10.25 San Francisco 49ers - Atlanta Falcons
12.50 Aston Villa - Liverpool Útsending frá leik í enska deildabikarnum.
14.30 Keflavík - ÍR Útsending frá leik í Domino's-deild karla.
16.10 Valur - Haukar Útsending frá leik í Domino's-deild kvenna.
17.50 Domino's körfuboltakvöld kvenna
18.55 Ensku deildabikarmörkin Leikirnir í enska deildabikarnum, League Cup, gerðir upp.
19.20 La Liga Report
19.50 Njarðvík - Þór Þ.
21.30 Domino's körfuboltakvöld karla
23.10 Fiorentina - Roma
00.50 UFC Now

STÖÐ 2 SPORT 2

12.30 HM í pílukasti Bein útsending frá Heimsmeistaramótinu í pílukasti.
19.00 HM í pílukasti Bein útsending frá Heimsmeistaramótinu í pílukasti.

STÖÐ 2 SPORT 3

19.40 Fiorentina - Roma Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.

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

Gefðu gjöf frá frægustu hönnuðum heims

Epal / Harpa / Skeifan 6 / Kringlan / Laugavegur 70 / 5687733 / epal@epal.is / www.epal.is

by Lassen. Copenhagen · LAKRIDS BY BÜLOW · normann COPENHAGEN · SKANDINAVISK · louis poulsen · ROSENDAHL

ALLAR FERÐATÖSKUR

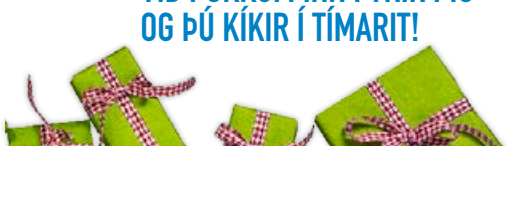
30% AFSLÁTTUR!

Gefðu góðan ferðafélaga!

Framúrskarandi fyrirtæki 2019

MUNDU EFTIR GJAFAKORTI PENNANS EYMUNDSSON!

VIÐ PÖKKUM INN FYRIR ÞIG OG ÞÚ KÍKIR Í TÍMARIT!



ÖLLUM ERLENDUM MATREIÐSLUBÓKUM

20% AFSLÁTTUR

Apple Airpods
TILBOÐSVERÐ: 22.139.-
Verð áður: 26.999.-

18% afsláttur

30% AFSLÁTTUR

30% AFSLÁTTUR

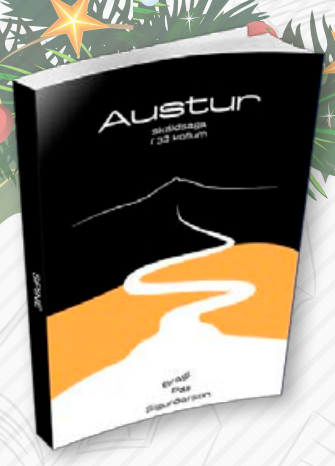
Gingko bluetooth ferðahátalarar
TILBOÐSVERÐ: 8.399.-
Verð áður: 11.999.-

Margar stærðir

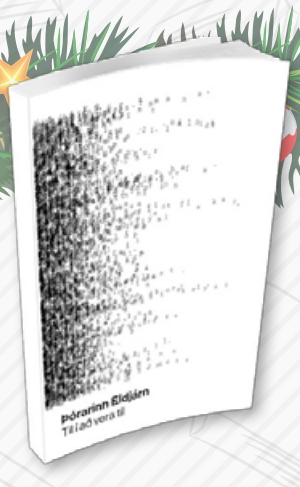
ÖLL HNATTLÍKÖN

Óvinafagnaður fjórar skáldsögu
TILBOÐSVERÐ: 3.899.-
Verð áður: 4.999.-

Björn og Sveinn
TILBOÐSVERÐ: 4.299.-
Verð áður: 5.999.-



Austur
TILBOÐSVERÐ: 3.199.-
Verð áður: 3.999.-



Til í að vera til
TILBOÐSVERÐ: 3.199.-
Verð áður: 3.999.-

Selta
TILBOÐSVERÐ: 5.199.-
Verð áður: 6.999.-

Saga tímans
TILBOÐSVERÐ: 2.899.-
Verð áður: 3.699.-

Lucky Cat Moonlight
Verð: 4.999.-

Lucky Cat Galaxy
Verð: 4.999.-

Skittle Bottle hita- og kælibrúsi
Verð frá: 4.399.-

Rör Skittle Mini Grey
Verð: 2.499.-

Café
AUSTURSTRÆTI • SKÓLAVÖRÐUSTÍG
LAUGAVEGI • AKUREYRI • VESTMANNAEYJUM

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

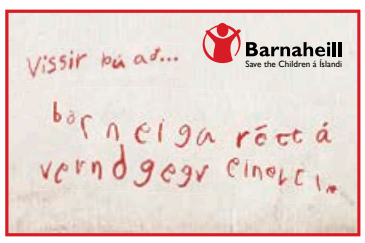
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Krossmóa 4

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 23. desember eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



Kátar kempur af seinni kynslóðum í góðum félagsskap góðu vondu gauranna, góðverkasnatanna sem kenna sig við 501-herdeildina. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Birting grunnlýsingar

Almenna leigufélagið ehf., kt. 611013-0350, Suðurlandsbraut 30, 108 Reykjavík, Íslandi hefur birt uppfærða grunnlýsingu í tengslum við 30.000.000.000 króna útgáfuramma skuldabréfa og víxla félagsins. Grunnlýsingin sem er dagsett 19. desember 2019 hefur verið staðfest af Fjármálaeftirlitinu.

Grunnlýsingin er birt vegna fyrirhugaðrar umsóknar félagsins um töku skuldabréfa og víxla félagsins til viðskipta á Aðalmarkaði Nasdaq Iceland.

Grunnlýsingin er á íslensku og er birt á rafrænu formi á vef Almenna leigufélagsins ehf., http://www.al.is/#!/investors. Útprentuð eintök af grunnlýsingunni má einnig nálgast, að kostnaðarlausu, á skrifstofu Almenna leigufélagsins ehf., að Suðurlandsbraut 30, 108 Reykjavík, á gildistíma grunnlýsingarinnar.

Nánari upplýsingar veitir:
María Björk Einarsdóttir, framkvæmdastjóri
maria@al.is, s: 519 6450 / 774 0604

Reykjavík, 20. desember 2019

ALMA

Grímur Atlason, ákafur fulltrúi Star Wars-kynslóðarinnar, vandar sig við uppeldið og bauð Emil til helgistundar.

Gemmér fimmu! Stormsveitarmenn Keisarans hittu aldrei þessu vant í mark þegar þeir gáfu fimmur.

Stórkostlegt meistaraverk!

Titringurinn í Mættinum hlýtur að hafa fundist á jarðskjálftamælum þegar æstustu Star Wars-aðdáendur landsins ruddust í bíó til að sjá Stjörnustríðsmyndina The Rise of Skywalker fyrstir íslenskra nörda.

Varst þú ekki dauður? Pálmi keisari, sá fúli raftur, er upp risinn.

Langþráðar sýningar hófust loksins á níunda og allra síðasta kafla Stjörnustríðsbálksins sem hófst í miðjum brjálæðislegum geimhasar í fjórða hlutanum, sem kenndur er við Nýja von, árið 1977.

„Ég beið frá klukkan fjögur til níu um kvöldið í Nýja bíói árið 1978 þegar New Hope var sýnd. Það var uppselt á sýningarnar klukkan fimm og sjö og þá beið maður bara eftir næstu," segir Grímur Atlason, þroskaþjálfi og tónleikahaldari með meiru.

Þá var hann alveg á hárréttum aldri til þess að heillast og verða fyrir varanlegum áhrifum af ótrúlegri geimóperu George Lucas en nú mætti hann til leiks ásamt Emil, syni sínum, á þriggja mynda maraþon í Kringlubíói sem lauk með nýju myndinni.

The Rise of Skywalker er vitaskuld þegar orðin umdeild og sitt sýnist hverjum en Grímur tilheyrir einu kynslóðinni sem virkilega skilur og skynjar Star Wars rétt og er því í meira lagi marktækur þegar hann kveður upp sinn gagnorða dóm: „Stórkostlegt meistaraverk!"

toti@frettabladid.is

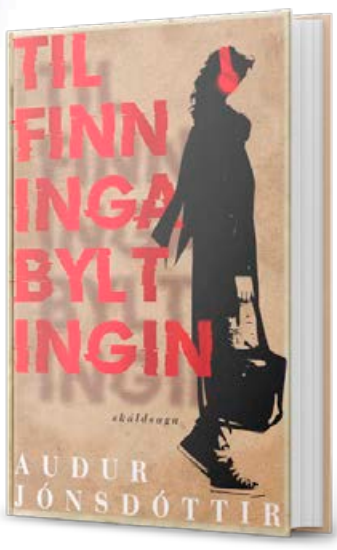
netto

BÓKUÐ JÓLAGLEÐI!

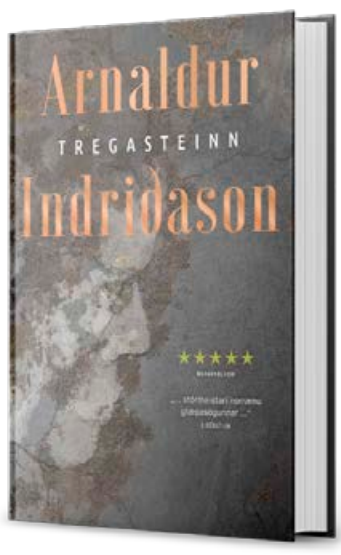
Um tímann og vatnið
3.629 kr.

Helköld sól
4.619 kr.

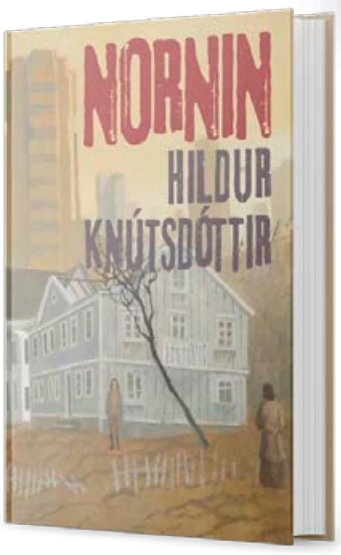
Korngult hár, grá augu
4.289 kr.



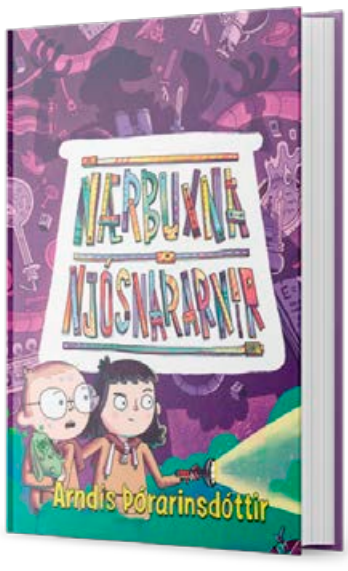
Tilfinningabyltingin
4.619 kr.



Tregasteinn
4.619 kr.

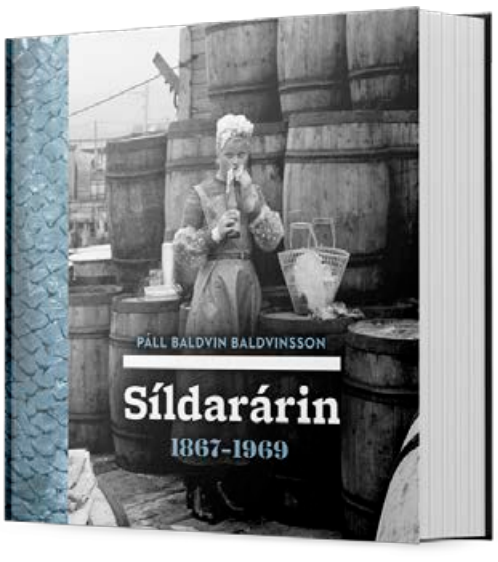


Nornin
3.299 kr.



Nærbuxnanjósnararnir
3.299 kr.

Þinn eigin tölvuleikur
3.299 kr.



Síldarárin 1867 - 1969
11.219 kr.

Tilboðsverð gilda 20. - 22. desember

Rúrik hannaði bol fyrir góðan málstað

Fótboltakappinn landsþekkti **Rúrik Gíslason** rær á ný mið og hannar bol með 66°Norður, ágóði af sölu hans rennur til SOS Barnaþorpa. Rúrík hefur lengi haft áhuga á hönnun og tísku.

Ég er að rækta listamanninn í mér. Hann er allt öðruvísi en fótboltamaðurinn í mér," segir Rúrík og hlær.

Fyrir einu og hálfu ári höfðu Barnaþorp SOS samband við Rúrik og báðu hann um að gerast velgjörðarsendiherra fyrir samtökin. Hann þurfti ekki hugsa sig tvisvar um.

„Samtökin eru gríðarstór um allan heim en á Íslandi finnst mér vanta að ýta undir sýnileika þeirra og að fólk þekki til þeirra, enda vinna þau svo ótrúlega mikilvægt starf. Mig langaði svo mikið að leggja mitt af mörkum, ekki bara monta mig af því að vera velgjörðarsendiherra og gera svo ekki rassgat. Mig langaði að gera eitthvað sem myndi vekja athygli á samtökunum. Þá fékk ég þessa hugmynd, að hanna bol og selja til styrktar samtökunum," segir Rúrik.

ÉG GÆTI EKKI VERIÐ ÁNÆGÐARI MEÐ ÚTKOMUNA OG VERKEFNIÐ. MIKILVÆGAST AF ÖLLU ER AUÐVITAÐ AÐ LEGGJA ÞESSUM GÓÐU SAMTÖKUM LIÐ.

Lengi haft áhuga á hönnun

Hann segist ekki hafa hannað áður, en hafa lengi haft mikinn áhuga á tísku.

„Ég segi það bara hreint út. Það að hanna, það er algjörlega eitthvað sem mig langar að gera meira af. Ég geri mér samt grein fyrir því að ég hafi kannski ekki tæknina sem til þarf alveg á hreinu, ég þyrfti alltaf handleiðslu einhvers faglærðs. Svo er það líka þannig að framleiðsla á svona flík og hönnunarferlið, þetta er mjög flókið dæmi. Þannig að ég sá ekki fyrir mér að geta gert þetta einn. Ég hef unnið náið með 66°Norður í gegnum tíðina. Eða þú veist, farið í nokkrar myndatökur. Ekkert meira en það í rauninni," segir hann og hlær. En samstarfið hafi þó gengið farsællega og því ákvað Rúrik að hafa samband við fatamerkið.

„Þau tóku svo ótrúlega vel í þetta og fannst þetta frábær hugmynd. Á fyrsta fundi útskýrði ég fyrir þeim nákvæmlega hvernig ég vildi hafa bolinn. Okkur langaði að hanna hann þannig að hann myndi höfða til sem flestra. Svo voru nokkur smáatriði sem mig langaði að koma að í hönnun hans. Síðan fórum við í myndabók SOS og skoðuðum hvaða lógó samtökin hafa verið að vinna með. Þar var þetta blóm sem höfðaði mest til okkar og okkur langaði að hafa villt og galið um allan bolinn, sem mér finnst koma mjög vel út. Ég er mjög stoltur af útkomunni."

Allt útpælt

Rúrik segir það ekki svo einfalt að einhverjir hvítir einfaldir bolir hafi verið dregnir af lager og blómunum hent á.

„Nei. Ég vildi hafa síddina svona, víddina nákvæma, litinn akkúrat og hálsmálið í ákveðnum stíl. Ég vissi alveg nákvæmlega hvernig ég vildi hafa efnið, ég var í raun alveg búinn að sjá þetta fyrir mér. Hönnunarferlið var í sjálfu sér ekki það langt því ég vissi alveg hvernig ég vildi hafa þetta. Síðan koma sýnishorn til landsins og það var ýmislegt sem þurfti að laga. Ég var með svo ótrúlega skýra hugmynd um hvernig ég vildi hafa bolinn, hvert einasta smáatriði var útpælt," segir Rúrik.

Hann segir vissulega nokkuð til í því að hann hafi verið að hanna sinn draumabol, bol sem hann myndi sjálfur kaupa.

„Ég hef svo oft í gegnum tíðina keypt mér hvíta boli og hugsað: „Vá hvað ég væri til í að þetta væri svona eða öðruvísi." Þess vegna tók framleiðsluferlið sjálft lengri tíma því við gerðum alveg nýjan bol frá grunni. Mér finnst þetta nefnilega ekki bara flottur bolur heldur er ákveðið „statement" að ganga í honum," segir Rúrik.

Bolurinn fæst í verslunum 66°Norður og rennur allur ágóði af sölu hans til SOS Barnaþorpa.

steingerdur@frettabladid.is

SPORTBARINN ÖLVER
Domino's KÖRFUBOLTA KVÖLD
Hátíðarpáttur
Í BEINNI FRÁ ÖLVER
Í KVÖLD KL. 21:30
SPORT
Tryggðu þér áskrift
stod2.is | 1817

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*

SKATA

OKKAR MEST SELDA SKATA KÆST OG LÉTTSÖLTUÐ

AÐEINS **990** KR/KG

HUMAR

NÓG TIL

OPIÐ ALLA HELGINA

LAUGARDAG
9-18
SUNNUDAG
11-20

Fiskikóngurinn

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1 • Sími 555 2800

ORA
maískorn

268 kr.

ORA
grænar baunir

167 kr.

ORA
rauðkál

289 kr.

Pik-Nik strá
113 g

238 kr.

Toro
rauðvínssósa

208 kr.

Toro
viltsósa

158 kr.

Egils
malt

179 kr.

Egils
appelsín

129 kr.

Jóla
ostakaka

1.298 kr.

FK
hangilæri

3.398 kr./kg.

Afgreiðslutímar:

Fimmtudagur	19/12	9-18.30	Sunnudagur	22/12	10-20
Föstudagur	20/12	9-20	Þorláksmessa	23/12	9-22
Laugardagur	21/12	10-20	Aðfangadagur	24/12	9-12.30

www.fjardarkaup.is

Casali
rommkúlur

598 kr.

Coca Cola
6x250 ml

698 kr.

Kjörís
konfekt ísterta

2698 kr.

JÓLIN ERU KOMIN

FK
hangiframpartur

2.358 kr./kg.

Nói konfekt
440 g

3.498 kr.

FK
hamborgarhryggur

1.778 kr./kg.

Jólaterta
m/rabarbarasultu

659 kr.

Jólaterta
m/sveskjusultu

659 kr.

Jólaterta
m/sultu&kremi

659 kr.

Jólaterta
m/kremi

647 kr.

Toblerone
360 g

598 kr.

FK
FJARÐARKAUP
EINSTÖK VERSLUN

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**

Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Torg. ehf

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.

Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.

FRÉTTABLAÐIÐ
mest lesna dagblað landsins.

Póstdreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

BAKÞANKAR

Þórarins Þórarinssonar

Trölli Thunberg

Ófétið Trölli sem stal jólunum var hetjan mín langt fram eftir aldri þar sem þunglyndi mínu fylgdi algert jólaóþol.

Gott að geta falið hjarta sitt í helli Trölla þegar allt glaða, góða og hamingjusama fólkið var að æra mann með síbylju ömurlegra tónsmíða, ógeðslegum hlaðborðum og skötufýlu. Voða gaman! Sköll, sköll, sköll!

Við Trölli höfðum samt svo sem ekkert á móti því að fólk sýni sínum nánustu og öðrum hlýju og vinarþel. Ég get meira að segja alveg horft á ástfangið fólk leiðast niður Laugaveginn í jólatraffíkinni án þess að kasta upp.

Kannski vegna þess að ég er orðinn einn af þeim og líður vel í marglitri hlýju jólaljósanna við leitina að hamingjunni í piparkökum, ilmkertum, laufabrauði, reyktu sviní, mandarínum, malti og appelsíni og alls konar skemmtilegu og fallegu dóti. Glingri sem er helst gert úr og pakkað inn í plast og pappír. Ósköp fallegt, ekki satt?

Verst bara að jólin eru ekkert þarna. Þið eruð kannski ekki jafn vel lesin og ég í Trölla og skortir þann skilning og samúð sem ég hef með honum til þess að skilja að Trölli stal ekki jólunum. Hann bjargaði þeim!

Vegna þess að hvað stendur í raun og veru eftir þá sjaldan sem einhver nennir að sveipa sig grænum feldi tuðarans eða gulri regnkápu nöldurskjóðunnar og hirða af okkur allt glingrið, prjálið og draslið?

Þá kannski áttum við okkur á því út á hvað lífið gengur og að jólin eru ekki í kolefnissporþungum pökkum heldur þéttu faðmlagi utan um þá sem skipta okkur máli sem við ættum kannski að gleðja með því að gefa þeim tíma, minningar og jafnvel menntun ungrar konu í Afríku?

Jólin!

BETRA BAK – LEGGUR GRUNN AÐ GÓÐUM DEGI

VERÖLD HVÍLDAR

DÚNMJÚKAR GJAFIR FYRIR ÞÁ SEM ÞÉR ÞYKIR VÆNST UM

HÖFUM LAGT GRUNN AÐ GÓÐUM DEGI Í 25 ÁR

QOD AFMÆLIS-DÚNSÆNG
Hlý og létt dúnsæng (650 gr). 90% dúnn, 10% smáfiður. 140x200 cm 100% bómullaráklæði.
25.000 kr. AFMÆLISVERÐ

QOD AFMÆLIS-DÚNKODDI
Þéttur og góður dúnkoddi. 80% hvítur andadúnn og 20% smáfiður. 50x75 cm. 920 gr. og 100% bómullaráklæði.
8.900 kr. AFMÆLISVERÐ

SATIN STRIPE DÚNKODDI
Þriggja laga dúnkoddi. Efra og neðra dúnlag með þéttum, hvítum andadún og smáfiðurkjarna. Bómullarsatínáklæði.
9.900 kr. AFMÆLISVERÐ

PURE & CARE OFNÆMISFRÍ DÚNSÆNG
Létt en sérlega hlý dúnsæng. Stærð: 140 x 200 cm. Fylling: Hvítur moskusdúnn. Áklæði: Lífræn bómull Þyngd: 750 g.
Lína af sængum og dúnkoddum sem framleidd er undir nýjustu og ströngustu skilyrðum Astma- og ofnæmissamtaka Danmerkur.
Astma-Allergi Forbundet
Fullt verð: 39.900 kr.
29.925 kr. JÓLAVERÐ

BAÐSLOPPAR Verð frá: 16.900 kr.
Verð á sloppum á myndum: 29.900 kr.

HUGO BOSS RÚMFÖT
50% bómull og 50% einstaklega mjúkar náttúrulegar trefjar. Litir: Blátt, ljós- og dökkgrátt.
JÓLAVERÐ

Sængurver	Koddaver
17.175 kr.	6.675 kr.
Fullt verð: 22.900 kr.	Fullt verð: 8.900 kr.

FAXAFENI 5 Reykjavík 588 8477
DALSBRAUT 1 Akureyri 588 1100
SKEIÐI 1 Ísafirði 456 4566
AFGREIÐSLUTÍMI Mán.–fös. 10–18 | Lau. 11–16 www.betrabak.is

Betra BAK