



Flutningaskipið Francisca slitnaði frá bryggju í Hafnarfirði í fyrrinótt vegna óveðursins. Dráttarbátarnir Magni og Hamar drógu skipið, sem er 4.000 tonn, að bryggjunni. Varðskipið Týr skýldi Magna fyrir veðrinu. Björgunarsveit Hafnarfjarðar, sem hér sést að störfum, tókst svo að koma taug í skipið. Var skipið loks bundið við bryggju. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Með brjóstverki á leið af Langjökli

Kona sem var á meðal þeirra 39 ferðamanna sem lentu í sjálfheldu á Langjökli fékk brjóstverki og óttast var að hún væri að fá hjartaáfall. Fékk hún aðstoð sjúkraflutningamanna á leið niður af jöklinum. Um tíma var óttast að sama kona hefði týnst í bylnum.

SLYS Einn ferðamannanna 39 sem lentu í sjálfheldu í óveðri á Langjökli í fyrrinótt, kona, fékk brjóstverki á jöklinum og var óttast að hún væri að fá hjartaáfall. Þurfti hún aðhlyningu sjúkraflutningamanna á leiðinni niður af fjallinu en tekið var við fólkinu á kaffihúsinu við Gullfoss.

„Við vissum ekki af ástandi þessa einstaklings fyrr en mjög seint í aðgerðinni,“ segir Ægir Guðjónsson hjá björgunarsveitinni Björg á

Eyrbakka, en hann var í aðgerðastjórn á meðan á þessu stóð. Þá lét konan björgunarsveitarfólk vita af vandræðum sínum. „Sjúkraflutningamenn fóru með Björg á vettvang og þeir sinntu ferðamanninum á leiðinni niður,“ segir Ægir.

Áður en björgunarsveitin kom á svæðið myndaðist óvissuástand þar sem talning leiðsögumanna var röng. Var það þessi umrædda kona sem óttast var að hefði týnst í bylnum. „Allir ferðamennirnir

reyndust vera á svæðinu og í skjóli,“ segir Ægir.

Ekki var farið með konuna á sjúkrahúsið á Selfossi heldur hlynt að henni á kaffihúsinu við Gullfoss eins og hinum. Ferðamennirnir voru margir hverjir með kalsár, þreyttir og barn átti erfitt með gang. Héldu ferðamennirnir að þeir myndu týna lífinu á jöklinum þessa nótt.

Díana Óskarsdóttir, forstjóri Heilbrigðisstofnunar Sudurlands, segir að það hafi tekið langan tíma

Við vissum ekki af ástandi þessa einstaklings fyrr en mjög seint í aðgerðinni.

Ægir Guðjónsson, björgunarsveitarmaður

að ferja fólkið að kaffihúsinu. Þar voru bæði hjúkrunarfræðingar og lækna sjúkrahússins til staðar. „Þetta stóð yfir fram undir morgun

og þeir sem voru búnir að vera þarna lengst fóru ekki fyrr en um hádegis daginn eftir.“

Ferðaþjónustufyrirtækið Mountaineers of Iceland hefur viðurkennt að hafa gert mistök, svo sem að kalla ekki björgunarsveitir til fyrr.

Margir ferðamannanna eru reidir fyrirtækinu og þegar hafa einhverjir þeirra leitað til lögmannsstofu með það að markmiði að fá miskabætur vegna ferðarinnar. – khg / sjá síðu 4



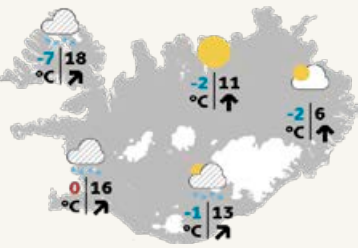
KÆRA
JELENA

SÝNINGAR HEFJAST AFTUR Í KVÖLD

borgarleikhus.is



Veður



Suðvestan hvassviðri eða stormur og talsverður eljagangur í dag, en hægari og bjart veður um landið austanvert. Frost 0 til 7 stig.

SJÁ SIÐU 22



FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Slæmt veður fram eftir degi

VEÐUR Enn einn stormurinn gengur yfir landið í dag og hefur verið gefin út gul viðvörðun á höfuðborgarsvæðinu og öllu Vesturlandi og appelsínugul viðvörðun á Vestfjörðum og í Breiðafirði.

Samkvæmt upplýsingum frá Veðurstofnunni mun mikill eljagangur og skafrenningur fylgja hriðinni. Má búast við viðtækum samgöngu-truflunum og lokunum á vegum.

» Appelsínugul viðvörðun er í gildi á Vestfjörðum og í Breiðafirði fram eftir degi.

Gul viðvörðun er í gildi á höfuðborgarsvæðinu til klukkan 17 í dag. Spáð er suðvestan 15 til 23 metrum á sekúndu með eljagangi. Skyggni verður lélegt í eljum og má búast við slæmum akstursskilyrðum, einkum í efri byggðum. Svipað er uppi á teningnum á Suðurlandi.

Appelsínugul viðvörðun er í gildi til klukkan 18 á Vestfjörðum og í Breiðafirði. Má búast við suðvestanhríð með vindhraða á bilinu 20 til 28 metrum á sekúndu.

Þegar blaðið fór í prentun var engin viðvörðun í gildi á Norðurlandi eystra, Austurlandi og Suðausturlandi. – ókp

Prjónað fyrir Ástralíu



Fjöldi manns kom saman á Kex Hosteli í Reykjavík í gærkvöldi til að prjóna poka fyrir pokadýr sem hafa slasast í skógareldunum í Ástralíu. Meira en 500 milljónir dýra hafa drepist í eldunum og kalla dýraverndarsamtök eftir pokunum. Hjónin Viktor Þór og Anna Kristín frá Grindavík gerðu sér sérstaklega ferð til þess að prjóna poka. Vinirnir Erin Jade Turner og Pétur Oddbergur Heimisson stóðu að viðburðinum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Margt að athuga við breytingar

SKIPULAGSMÁL Breytingar sem Garðabæingar hyggjast gera á skipulagi í Vífilsstaðalandi vekja upp margar spurningar hjá íbúum í Kópavogi.

„Bæjaryfirvöldum í Kópavogi hefur borist mikill fjöldi athugasemda og ábendinga frá íbúum við Þorrasali, Þrymsali og Þrúðsali vegna kynntar tillögu að breytingum á skipulagi Vífilsstaðalands, einkum Hnóðrahólts í Garðabæ,“ segir skipulagsráð Kópavogs sem vill fund með skipulagsyfirvöldum í Garðabæ ásamt fulltrúum íbúa við áður nefndar götur.

Um er að ræða þrjár deiliskipulagsáætlanir sem lúta að blandaðri byggð í Vetrarmýri, fyrirhugaðri íbúðabyggð ásamt verslun og þjónustu í norðurhluta Hnóðrahólts og að Rjúpnadal þar sem gert er ráð fyrir kirkjugarði og meðferðarstofnun. – gar

Safna fyrir Ljónshjarta í minningu látins vinar

Á laugardaginn spila íþróttafélögin HK og Breiðablik svokallaðan Bjarkaleik. Leikurinn er góðgerðarleikur til að heiðra minningu Bjarka Sigvaldasonar sem lést úr krabbameini á síðasta ári. Allur ágóðinn rennur til Ljónshjarta.

SAMFÉLAG „Í fyrra fylltum við nánast stúkuna og fólk hefur tekið ótrúlega vel í þetta,“ segir Gunnleifur Gunnleifsson, markvörður í Breiðabliki og fyrrverandi leikmaður HK. Hann, ásamt liðsfélögum, mun á laugardaginn, 11. janúar, spila góðgerðarleik í knattspyrnu til að heiðra minningu Bjarka Más Sigvaldasonar sem lést langt fyrir aldur fram á síðasta ári eftir harða baráttu við krabbamein.

„Leikurinn er á milli Breiðabliks og HK en Bjarki var alinn upp í HK og var ótrúlega öflugur fótboltamaður,“ segir Gunnleifur. „Hugmyndin er sú að styrkja eitt góðgerðarfélag á hverju ári og í ár varð Ljónshjarta fyrir valinu,“ bætir hann við.

„Valið stóð á milli margra góðra félaga en í samráði við Ástrós, eigin konu Bjarka, völdum við Ljónshjarta en félagið vinnur ótrúlega flott starf fyrir ungt fólk sem hefur misst maka og börnin þeirra,“ segir Gunnleifur.

„Það hafa allir tekið ótrúlega vel í verkefnið, bæði leikmennirnir, Kópavogsbúar og aðstandendur mótsins sem tóku því fagnandi að þessi leikur yrði kallaður Bjarkaleikur og að safnað yrði fyrir góðu málefni,“ segir Gunnleifur.

Aðspurður að því hvort samvinna mótherjanna HK og Breiðabliks hafi gengið vel, þrátt fyrir að liðin séu keppinautar inni á vellinum, segir Gunnleifur að svo sé. „Íþróttafélög eru svo miklu meira en bara keppinautar, innan þeirra fer fram uppeldisstarf og samstarfið á milli félaganna verður betra með hverju árinu. Nú fáum við



Frá leiknum í fyrra, á laugardaginn munu liðin leika í minningu Bjarka Más.

Þegar öllu er á botninn hvolft snýst þetta blessaða líf um það að gefa af sér

Gunnleifur Gunnleifsson, markvörður Breiðabliks



tækifæri til þess að vinna saman og hjálpa fólki í leiðinni,“ segir hann.

„Við höfum gert þetta áður og það gekk ótrúlega vel, svo stefnum við að því að gera þetta einu sinni á ári. Það er auðvelt fyrir íþróttafélög á Íslandi að gefa af sér til samfélagsins með þessum hætti og þegar öllu er á botninn hvolft snýst þetta blessaða líf um það að gefa af sér,“ segir Gunnleifur.

„Það er bara frábært fyrir okkur að fá þetta tækifæri, vinna saman en fara svo í keppnisgírinn í níutíu mínútur og Breiðablik ætlar að sjálfsgöðu að vinna,“ segir Gunnleifur brosandí.

birnadrofn@frettabladid.is

ÚTSALAN
ER HAFIN
10-60%
AFSLÁTTUR



Lin
DESIGN

SMÁRATORGI | KRINGLAN | GLERÁRTORGI | LINDESIGN.IS

+PLÚS



Strákarnir klárir í EM

Handboltalandslíð karla hélt út á EM í nótt. Fyrsti leikurinn er gegn Ólympíumeisturum Dana á laugardaginn. Góð stemning var á æfingu liðsins í gær þegar Anton Brink ljósmyndari leit við.



RISA LAGER



SPRENGJA

2.-11. janúar

GERÐU KAUP ÁRSINS
NÚNA Í DAG >

20-70%

Tilboð í verslun meðan á Lagerútsölunni stendur

20-70% afsláttur af skiptidýnum og eldri gerðum, sófum, hvíldarstólum í úrvali, náttborðum, lökum, hótélhandklæðum, baðmottum, höfðagöflum, sængum, teppum, rúmfötum, sloppum o.m.fl.



Völuteigi 19
Mosfellsbæ
Sími 660 0038



Svefn & heilsa



12 MÁN. VAXTALUSAR GREIÐSLUR / 3,5% LÁNTÖKUGJALD

Lager Völuteigi 19 | Mosfellsbæ | Sími 660 0038 | svefnogheilsa.is
Opið virka daga kl. 12:00 - 18:00 | Laugardaga 12:00 - 16:00



FRÉTTABLAÐIÐ IS

1 Neita að tjá sig um ferðina upp á Langjökul Forsvarsmenn Mountaineers of Iceland segjast ætla að rannsaka sjálfir hvað varð til þess að fjörutu manna hópur var sendur í vélsleðaferð á Langjökul.

2 Fólkið á Langjökli kalið á fingrum Ferðalangar voru misvel á sig komnir eftir margra klukkutíma dvöl á Langjökli.

3 Íbúar segjast hafa fengið sig fullsadda af ólykt og óhreindum í Kjarvalsverslun Íbúar á Kirkjubæjarklaustri segja ástand verslunarinnar vera til skammar.

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



Viðgerðir í Eyjafirði í desember.

Flytji Rarik út á starfssvæðið

GRENVÍK Sveitarstjórn Grýtabakkahrepps kveðst taka heilshugar undir bókun stjórnar Atvinnuþróunarfélags Eyjafjarðar vegna aðstæðna sem sköpuðust í óveðrinu í desember.

Í bókun AFE segir að opinberir innviðir samfélagsins hafi brugðist í veðrinu og að það ætti ekki að hafa komið á óvart. „Í yfir áratug hefur verið bent á nauðsyn þess að styrkja flutningskerfi raforku. Öryggi íbúa, hvar svo sem þeir búa, þarf að vera forgangsmál þjóðarinnar,“ segir í bókuninni.

Sveitarstjórn Grýtabakkahrepps skorar af þessu tilefni „á stjórnvöld að flytja höfuðstöðvar Rarik inn á starfssvæði Rarik, til dæmis á Norðurland, enda er það í fullu samræmi við stefnu stjórnvalda að flytja opinber störf út á land“. – gar

Söfnunarkassar fyrir raftæki í verslanir

UMHVERFISMÁL Tilraunaverkefni um söfnun lítilla raftækja í verslunum hefur verið hleypt af stokkunum. Sérstökum söfnunarkössum hefur verið komið fyrir í sjö verslunum þar sem hægt verður að skila ónýtum raftækjum, rafhlöðum og ljósaperum.

Verslanirnar sem um ræðir eru Krónan í Lindum, Nettó í Búðakór í Kópavogi, Nettó í Grindavík, Bónus og Nettó á Egilsstöðum og Bónus og Krónan í Vestmannaeyjum.



Söfnunarkassinn sem um ræðir.

Það eru Úrvinnslusjóður og Umhverfisstofnun sem standa að verkefninu en í tilkynningu segir að vonandi geti verkefnið orðið fyrirmynd fyrir viðlíka söfnun í framtíðinni.

Áætlað er að um 7.200 tonn af raftækjaúrgangi falli til á Íslandi á ári en einungis 37 prósent skiluðu sér til endurvinnslu árið 2018. Söfnunarkössunum er ætlað að auka það hlutfall með því að færa söfnunina nær almenningi.

Á síðasta ári lauk tilraunverkefni Reykjavíkurborgar, Sorpu og Efna- mottökunnar um spillivagninn sem ferðaðist milli hverfa borgarinnar og tók á móti spilliefnum og raftækjum frá heimilum.

Samkvæmt upplýsingum frá umhverfis- og skipulagssviði borgarinnar hefur ekki verið tekin ákvörðun um hvort framhald verði á verkefninu. Fara þurfi yfir árangur og kostnað áður en það verði ákveðið. – sar

Kveður ljóst að bótaskylda sé í vélsleðamálinu á Langjökli

Lögmaður segir ljóst að bótaskylda sé í máli fólksins sem lenti í ógöngum í vélsleðaferð á Langjökli á þriðjudagskvöldið. Kveðst hann reiðubúinn að veita fólkinu ókeypis aðstoð. Nokkrir ferðamenn hafa þegar leitað til lögmanns hjá Kötlu lögmonnum, munu þeir gera kröfu á Mountaineers of Iceland.

DÓMSMÁL „Þetta er svona mál sem ég mynda reka ókeypis, bara upp á von og óvon um að fá dæmdan málskostnað þegar þetta fyrirtæki yrði sakfelld,“ segir Ómar Valdimarsson lögmaður um mál ferðamannanna sem lentu í hrakningum í fyrirakvöld í vélsleðaferð á Langjökul með Mountaineers of Iceland.

Björgunarsveitir þurftu að selflytja vélsleðahópinn af Langjökli niður að Gullfossi og síðan til Reykjavíkur í gær. Margir voru mjög kaldir og höfðu óttast um líf sitt og sinna í þessari svaðilför.

„Það er ótrúlegt að þessu fyrirtæki skuli detta það í hug að þvælast með allan þennan hóp af fólki upp á jökul þegar það er búið að spá meiriháttar vestanhvelli,“ segir Ómar. Það hafi alls ekki verið eins og veður hefðu skipast skjótt í lofti heldur hafi hver spáin á fætur annarri bent í sömu átt.

„Í einhverri græðgi þá drattast þeir með fullt af fólki þarna upp og geta þakkað fyrir að hafa ekki drepit það. Ég held að það sé klár miskabótaskylda hjá þessu fyrirtæki,“ segir Ómar og bendir á að ekki séu nema þrjú ár síðan sama fyrirtæki var dæmt til að greiða hjónum miskabætur eftir sambærilega ævintýraferð.

„Ástæðan fyrir því að þeir fara upp á jökul hlýtur að vera sú eina að þeir vilja ekki aflýsa ferðinni og tapa þeim peningum sem er þarna um að ræða,“ segir Ómar sem kveðst telja að yfirvöld þurfi tæki til að geta stemmt stigu við slíku athæfi. „Það ætti að vera sektarheimild



Aðstæður voru mjög erfiðar á Langjökli á þriðjudagskvöldið. Var skyggnið varla meira en nokkrir metrar.

hjá yfirvöldum sem gerir það að verkum að þegar það er augljóslega verið að fara með fólk upp á jökul þegar spáin er slæm sé hægt að hirða af þeim allan ágóða ferðarinnar, til þess að núlla út gróðavonina,“ segir Ómar.

Forráðamenn fyrirtækisins vildu ekki tjá sig við Fréttablaðið fyrirpartinn í gær. Var blaðamanni sagt að „grjóthalda kjafti“ þegar óskað var eftir upplýsingum. Haukur

Í einhverri græðgi þá drattast þeir með fullt af fólki þarna upp og geta þakkað fyrir að hafa ekki drepit það.

Ómar Valdimarsson, lögmaður



Herbertsson, rekstrarstjóri fyrirtækisins, sagði svo í kvöldfréttum RÚV að allir hjá fyrirtækinu væru miður sín vegna málsins.

Nokkrir ferðamannanna hafa leitað til Lilju Margrétar Olsen, lögmanns hjá Kötlu lögmonnum, vegna málsins. Sagði hún í kvöldfréttum Stöðvar 2 í gær að þeir sem hefðu leitað til hennar myndu gera kröfu á Mountaineers of Iceland. gar@frettabladid.is



LEITAR AÐ STARFSMÖNNUM Í JEPPABREYTINGAR, BIFREIÐASMIÐ OG ALMENNAR VIÐGERÐIR

- Vegna fjölda jeppabreytingaverkefna vantar okkur aðila sem er vanur jeppabreytingum. Við erum að breyta RAM pallbílum, Jeep Grand Cherokee og Wrangler og svo eru fleiri Jeep breytingaverkefni í þróun. Við leitum að einstaklingi með reynslu og áhuga á jeppabreytingum. Verkefni henta vel bifreiðasmið.
- Við leitum af bifreiðasmið til að vinna að breytingum, úrklippum o.fl.
- Við erum að vaxa og okkur vantar fleiri bifvélavirkja í hópinn. Starfið felst í almennum viðgerðum á öllum gerðum bifreiða.

ÍS BAND er umboðsaðili fyrir FCA og flytur inn og þjónustar bíla frá Alfa Romeo, Chrysler, Fiat, Dodge, Jeep og RAM. Verkstæði þjónustar flestar tegundir bifreiða. Varahlutaverslunin flytur inn original varahluti og aukahluti frá Mopar og breytingafyrirtækjunum, AEV og Teraflex, Falcon dempara, ARE pallhús og palllok og Bakflip palllok. Starfsstöðvar ÍS BAND eru tvær, Smiðshöfða 5 þar sem verkstæði og varahlutaverslun eru til húsa og Þverholti 6 í Mosfellsbæ þar sem söluveid nýrra bíla er.

Upplýsingar um störf gefur johannes@isband.is





ÚTSALA
30—50%

GEYSIR

Ú
ÚRVAL ÚTSÝN

Óvælt sól skín

GARA SUITES 4*

TENERIFE 1. - 8. FEBRÚAR
VERÐ FRÁ 99.900 KR.
Á MANN M.V. TVÖ FULLORÐNA & 2 BÖRN

NÁNAR Í SÍMA 585 4000 EÐA Á UU.IS

ÚTSALA

ÁÐEINS 40 STK.

-34%

KENWOOD
ÖRBYLGGJUOFN
K20MSS10E

ÁÐUR: 14.990

9.795

20.000 KR.
AFSLÁTTUR

ÁÐUR: 139.995

119.995

SAMSUNG
GALAXY S10+
SMG975128WHI

-25%

GOOGLE HOME
MINI

GOOGLEHMINIS GOOGLEHMINIH

ÁÐUR: 7.995

5.995

-25%

ÁÐEINS 30 STK.

ÁÐUR: 39.995

29.995

MATSUI
ÞVOTTAVÉL
M612WM17E

-20%

ÁÐUR: 49.990

39.995

SAMSUNG
GALAXY A50
SMA505BLA - PIN - WHI

-60%

ÁÐEINS 50 STK.

ÁÐUR: 4.994

1.995

PS4
SHADOW OF
THE TOMB RAIDER
PS4SHADOWOTTR

ELKO

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

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

Ekki missa af neinu, fylgdu Frettablaðinu á Facebook

Kvenfataframleiðandi í Kópavogi skellir í lás

Hönnunar- og kvenfataversluninni Jónu Maríu verður lokað á næstunni. Fyrirtækið framleiðir föt og skartgripni hér á landi. Tólf missa vinnuna. Eigandinn segir breytt verslunarmynstur og háan launakostnað spila stóran þátt.

VIÐSKIPTI Hönnunar- og fata-versluninni Jónu Maríu í Bæjarlind verður lokað á næstunni, fyrirtækið framleiðir eigin vörur hér á landi. Alls koma tólf manns til með að missa vinnuna. Jóna María Norðdahl, klæðskeri og eigandi fyrirtækisins, segir marga þætti spila inn í.

„Það eru breyttir verslunarhættir ásamt breytingum í markaðssetningu. Svo eru það launin, þau eru alltaf að hækka, líka leigan,“ segir Jóna María. „Við framleiðum allar okkar vörur á Íslandi og hefðum ekki viljað breyta því þannig að þegar við horfðum til framtíðar máttum við stöðuna þannig að við gætum ekki hækkað vöruverðið í takt við hækkan kostnaðar og því var bara eitt í stöðunni, að rífa seglin núna á meðan við enn þá ráðum ferðinni.“

Verslunin var opnuð í Kópavogi fyrir fimm árum og hefur einbeitt sér að kvenfatnaði en býður einnig upp á skart. „Þetta var bara draumur sem rættist. Við gátum haldið þetta út í fimm ár,“ segir Jóna María. Hún segir að hún hafi hannað, framleitt og selt yfir 11.000 flikur á ári þannig að víða í fataskápum íslenskra kvenna leynast flikur frá henni.

Jóna María segir að eftir hrun hafi mikill áhugi verið á íslenskri hönnun og innlendri framleiðslu. „Það er að draga úr því núna. Hlutirnir eru að breytast, við höfum séð íslensku fatamerkin hverfa eitt af öðru sem er mjög sorglegt en allt er breytingum háð. Fólk er að ferðast miklu meira til útlanda nú en áður og kaupir mikið þar. Fyrir utan allt það sem hægt er að kaupa á netinu.“

Einnig er aukin samkeppni frá erlendum fatakeðjum sem hafa opnað verslanir hér á landi á síðustu árum. „Það er virkilega sárt að loka, ég víðurkenni það. Eitt erfiðasta sem ég hef gengið í gegnum. En maður verður að trúa að allar



Jóna María segir virkilega sárt að loka versluninni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Við höfum séð íslensku fatamerkin hverfa eitt af öðru sem er mjög sorglegt en allt er breytingum háð.

Jóna María Norðdahl, klæðskeri

breytingar leiddi að einhverju góðu. Ég geng frá borði alveg gríðarlega þakklát öllum þeim yndislegu konum sem hafa keypt og gengið í fötunum frá mér í gegnum árin og líka öllu því frábæra starfsfólki sem staðið hefur vaktina með mér.“

Jóna María fór fyrst út í rekstur

árið 2005 með framleiðslu á fylgihlutum og handgerðu skarti fyrir erlenda ferðamenn. Sú framleiðsla kemur til með að halda áfram. Það var svo fyrir tilviljun að á árunum eftir hrun fór Jóna María út í fataframleiðslu sem leiddi til þess að hún opnaði verslunina. „Þetta er búið að vera ótrúlega skemmtilegt en líka virkilega erfitt og gríðarlega mikil vinna. Ég er búin að læra mikið á þessum tíma,“ segir Jóna María.

Versluninni verður lokað þegar útsölnunni lýkur, líklega eftir rúmar tvær vikur. Fyrir utan skartgripina segir hún framtíðina í óvissu. „Kannski fer ég bara að gera eitt-hvað allt annað.“ arib@frettabladid.is

Auknar viðskiptaþvinganir á Írani

BANDARÍKIN Donald Trump Bandaríkjaforseti boðaði hertar viðskiptaþvinganir á Írani í kjölfar loftskeytaárásar þeirra á herstöðvar Bandaríkjanna í Írak. Á blaðamannafundi í gær sagði Trump að enginn hefði fallið í árásinni, en á annarri herstöðinni voru 70 hermenn frá Noregi.

Árás Írana var gerð í hefndarskyni fyrir víg Bandaríkjanna á hershöfðingjanum Qasem Soleimani. Var útlit fyrir á tímabili að það stefndi í stríð á milli þjóðanna. Bæði embættismenn í Íran og Trump Bandaríkjaforseti hafa gefið til kynna að slíkt sé ekki í kortunum.

„Íran virðist vera að halda sér til hlés, sem er gott fyrir alla sem eiga í hlut og mjög gott fyrir heiminn allan,“ sagði Trump. Hann hafði áður gefið til kynna að ef Íranir myndu hefna sín væru Bandaríkjamenn búin að finna 52 skotmörk í landinu sem yrði eytt hratt.

Trump eyddi miklu púðri á blaðamannafundinum í að ræða Soleimani, sem hann sagði vera hryðjuverkamann sem hefði verið að skipuleggja árásir á Bandaríkjamenn. Víg hans væru skilaboð til annarra hryðjuverkamanna. „Ef þið viljið halda lífi, þá skulu þið ekki ógna lífi okkar.“ Hét Trump því að Íranir myndu aldrei verða sér úti um kjarnorkuvopn.



Trump hét því að Íranir myndu aldrei eignast kjarnavopn. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Enginn féll í loftskeyta-árás Írana á herstöðvar Bandaríkjanna í Írak. Rúmlega 70 norskir hermenn voru á annarri herstöðinni.

Beindi Trump svo spjótum sínum að ríkisstjórn forvera síns Baracks Obama, sem hefði í raun fjármagnað árásir Írana með kjarnorkusamningunum árið 2015 þar sem Bandaríkin gerðu upp gamla skuld.

Trump ræddi í gær við Jens Stoltenberg, framkvæmdastjóra Atlantshafsbandalagsins, um stöðuna. Lagði Trump áherslu á að bandalagið myndi leggja meira af mörkum í Miðausturlöndum. – **ab**

ÚTSALA

ALLT AÐ

700%

AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM
VÖRUM

Parki
INTERIORS

VIÐARPARKET
HARÐPARKET
VÍNYLPARKET
FLÍSAR, TEPPI
& MOTTUR

MARKAÐURINN

Gæti dregið úr útlánagetu bankanna

Hagfræðingur SFF segir nýjar lausafjárreglur Seðlabankans líklegri til þess að draga úr útlánagetu bankanna en hitt. Til stendur að innleiða í skrefum fimmtíu prósentu lágmarks lausafjárhlutfall í krónum. Lausafjárstaða bankanna hefur styrkst síðustu mánuði.

Stóru viðskiptabankar landsins gera ekki athugasemdir við nýjar kröfur Seðlabankans um lágmark lausafjárhlutfalls bankanna í krónum. Hagfræðingur Samtaka fjármálafyrirtækja segir óvíst hvaða áhrif kröfurnar muni hafa á bankana. Þær séu þó líklegri til þess að draga úr útlánagetu þeirra fremur en hitt.

„Það má velta því fyrir sér hve hagfelld það er – nú þegar hagkerfið er í niðursveiflu – að magna auk þess niðursveiflu í útlánaframboði,“ segir hagfræðingurinn Yngvi Örn Kristinsson í samtali við Markaðinn.

Samkvæmt breyttum lausafjárreglum Seðlabankans, sem kynntar voru í liðnum mánuði, verður innleitt í skrefum fimmtíu prósentu lágmarks lausafjárhlutfall í krónum. Lágmarkið verður þrjátíu prósent á þessu ári, fjörtíu prósent á því næsta og loks fimmtíu prósent árið 2022.

Þrátt fyrir að lausafjárstaða bankanna – Arion banka, Íslandsbanka og Landsbankans – í krónum hafi almennt farið versnandi á umliðnum árum – en hágæða lausafjáreignir þeirra í krónum drógust saman um 182 milljarða króna frá miðju ári 2017 til miðs árs 2019 – uppfylla þeir allir þær kröfur sem Seðlabankinn setur í nýju reglum. Þó má geta þess að lausafjárhlutfall Landsbankans í krónum var tæplega 45 prósent í lok júní í fyrra og hafði þá verið undir fimmtíu prósentum frá því um mitt ár 2018.

Staðan styrkst undanfarið

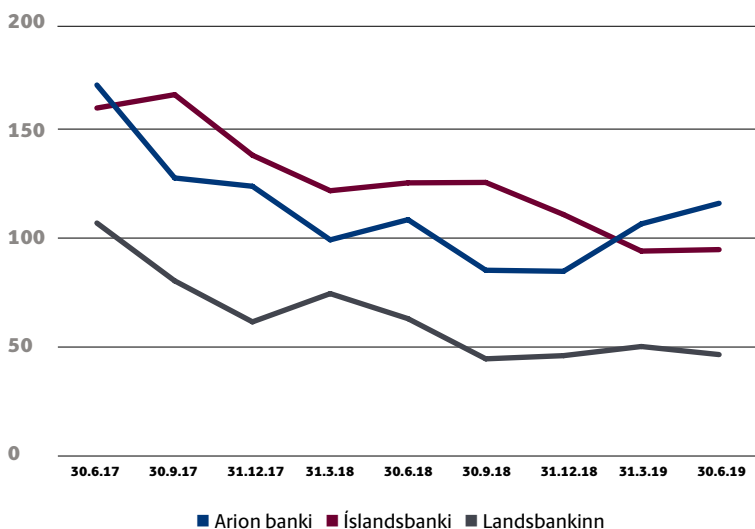
Lausafjárstaða bankanna í krónum hefur styrkst nokkuð á allra síðustu mánuðum, eins og tekið var fram í nýlegri fundargerð fjármálastöðugleikaráðs, og á það sérstaklega við um Arion banka. Þannig fór umrætt lausafjárhlutfall bankans úr 116 prósentum í 171 prósent á þriðja fjórðungi síðasta árs. Hefur bankinn nefnt að þessi sterka staða geri honum kleift að huga að endurkaupum á bæði eigin hlutabréfum og eldri og óhagstæðari heilðsölu-fjármögnun en eins og kunnugt er stefnir bankinn að því að stórminnka á næstu misserum lánasafn sitt til fyrirtækja.

Ekki hafa áður verið settar sérstakar kröfur um lágmark lausafjárhlutfalls bankanna í krónum – líkt og gert er um heildarlausafjárhlutfall þeirra auk samsvarandi hlutfalls þeirra í erlendum gjaldmiðlum – en slík lágmark í innlendum gjald-



Lausafjárkröfur hafa verið hertar í kjölfar fjármálakreppunnar en til marks um það tók hagfræðideild Landsbankans fram síðasta sumar að þær væru orðnar meira hamlandi fyrir lánavöxt en eiginfjárkröfur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Lausafjárhlutföll bankanna í krónum í prósentum



182

milljarðar króna var lækkun á hágæða lausafjáreignum bankanna í krónum frá miðju ári 2017 til miðs árs 2019.

miðli hafa til að mynda verið sett í Noregi og Svíþjóð.

Í rökstuðningi Seðlabankans fyrir lágmarkinu segir meðal annars að þar sem efnahagsreikningar og lausafjánhætta lánastofnana sé að mestu leyti í krónum sé eðlilegt að krafa sé gerð um lausafjárforða í krónum. Mikilvægt sé að lánastofnanir búi yfir lausu fé í krónum sem geri þeim kleift að standa skil á eðlilegu útlæði og mæta sveiflum á milli daga og vikna.

Það má velta því fyrir sér hve hagfelld það er – nú þegar hagkerfið er í niðursveiflu – að magna auk þess niðursveiflu í útlánaframboði.

Yngvi Örn Kristinsson, hagfræðingur Samtaka fjármálafyrirtækja



Fyrirhyggjuleysi Seðlabankans

Bankarnir itreka í svörum við fyrirspurn Fréttablaðsins sterka lausafjárstöðu sína sem uppfylli vel þær kröfur sem Seðlabankinn geri til þeirra. Miðað við þau svör má gera ráð fyrir að nýjar reglur Seðlabankans muni hafa takmörkuð, ef nokkur, áhrif á útlánagetu þeirra.

Haraldur Guðni Eiðsson, forstöðumaður samskiptasviðs Arion banka, bendir á að með því að setja nú sérstakt lágmark fyrir lausafjárhlutfall í krónum séu takmarkaðir möguleikar hérlendra banka til þess að fjármagna lausafjárstöðu sína með erlendum lausafjáreignum. Bankinn telji hins vegar ekki að sérstakar hindranir felist í þessum takmörkunum „enda er óhagkvæmt að fjármagna íslenskar lausafjárstöðu með erlendum eignum, miðað við vaxtakjör einstakra mynta“, eins og segir í svari Haraldar Guðna.

Aðspurður um þrengri lausafjárstöðu viðskiptabankanna í krónum segir Yngvi Örn hana skýrast að hluta til af ófyrirsæðum afleiðingum af viðskiptum Seðlabankans á innlendum mörkuðum.

„Minnkandi lausafé í krónum sem sumir bankarnir glíma við kemur að einhverju leyti til vegna fyrirhyggjuleysis Seðlabankans,“ nefnir Yngvi Örn. Sem dæmi hafi sú ákvörðun Seðlabankans að leyfa Íbúðalánasjóði að geyma lausafé á reikningnum sínum dregið úr peningaframboði í hagkerfinu. Inngrip Seðlabankans á gjaldeyrismarkaði – með sölu gjaldeyris – hafi auk þess haft sömu áhrif.

Hann bendir þó á að Seðlabankinn hafi brugðist við vandanum síðasta haust með því að fækka þeim aðilum sem geta átt viðskiptareikning í bankanum, þar á meðal Íbúðalánasjóði, en umrædd breyting tekur gildi 1. apríl næstkomandi. kristinningi@frettabladid.is

Hið opinbera semji á nótum lífsskjarasamnings

Það er ótækt að enn sé ósamið við meginþorra launafólks á opinberum vinnumarkaði nú níu mánuðum eftir að samningar þar losnuðu, að sögn Halldórs Benjamíns Þorbergssonar, framkvæmdastjóra Samtaka atvinnulífsins. Langþráður stöðugleiki í íslensku efnahagslífi blasi við ef rétt verði haldið á málum.

„Þetta ár mun að miklu leyti skera úr um það hver framvindan verður á næstu tveimur til þremur árum. Þess vegna legg ég áherslu á það að við tökum réttar ákvarðanir út frá þeim kjarasamningum sem fyrir liggja og fyrir mér er það aðalatriði á næstu vikum að gengið verði frá kjarasamningum við opinbera starfsmenn á þeim nótum sem kveðið var á um í lífsskjarasamningnum,“ sagði Halldór Benjamín á blaðamannafundi samtakanna í hádeginu í gær.



Halldór Benjamín Þorbergsson.

Gengið hefði verið frá kjarasamningum við um 95 prósent launafólks á almennum vinnumarkaði síðasta vor og nú yrði hið opinbera að fylgja í kjölfarið. Þar hefðu kjarasamningar dregist mjög úr hófi.

„Við erum í þeirri einstöku stöðu að ef hið opinbera fylgir í kjölfar almenna markaðarins, þá erum við komin með sniðmát sem við trúum að geti skapað grunn að góðri efnahagslegri stöðu landsins,“ nefndi Halldór Benjamín. – kij

Kíma ehf.
Sími 618 18 36 kima@kimaehf.is

Protan þakdúkar
Lett-tak þakeiningar

Tilboðsbílar á góðu verði



Við trúum á **traust** og **áreiðanleika** í bílaviðskiptum.
Bílarinn okkar eru yfirfarnir og ástandsskoðaðir.



Rnr. 146523

SKODA Octavia Combi 4x4
Nýskr. 01/18, ekinn 96 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
3.190.000 kr.

39.738 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 146419

SUZUKI Vitara GLX
Nýskr. 06/17, ekinn 31 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
3.290.000 kr.

40.972 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 146319

AUDI A3 Limousine
Nýskr. 01/15, ekinn 75 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
2.390.000 kr.

29.866 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 332238

TOYOTA Yaris Live diesel
Nýskr. 04/17, ekinn 39 þ.km,
dísil, beinskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
1.590.000 kr.

19.994 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 146026

RENAULT Clio Sport Tourer
Nýskr. 06/15, ekinn 88 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
1.290.000 kr.

16.292 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145987

NISSAN Pulsar Acenta
Nýskr. 04/17, ekinn 74 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
1.790.000 kr.

22.462 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 146043

BMW X1 Xdrive 18d
Nýskr. 07/14, ekinn 105 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
2.790.000 kr.

34.802 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145968

HYUNDAI Santa Fe III Comfort
Nýskr. 06/16, ekinn 108 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
3.690.000 kr.

45.908 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145960

RENAULT Kadjar Zen 4wd
Nýskr. 05/17, ekinn 38 þ.km,
dísil, beinskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
2.690.000 kr.

33.568 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145919

NISSAN Qashqai Tekna 2wd
Nýskr. 07/16, ekinn 34 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
2.990.000 kr.

37.270 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145862

NISSAN X-Trail Acenta 4wd
Nýskr. 06/16, ekinn 103 þ.km,
dísil, beinskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
2.790.000 kr.

34.802 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145849

HYUNDAI Tucson Comfort
Nýskr. 02/18, ekinn 78 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
3.490.000 kr.

43.440 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145866

SUBARU Forester Premium
Nýskr. 03/16, ekinn 108 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
2.690.000 kr.

33.568 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145797

RENAULT Kangoo
Nýskr. 09/15, ekinn 53 þ.km,
dísil, beinskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
1.290.000 kr.

16.292 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Rnr. 145694

RENAULT Espace Zen BOSE
Nýskr. 01/18, ekinn 16 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

TILBOÐSVERÐ!
5.190.000 kr.

64.418 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.



Allt að 80% lán



Ástandsskoðun



Fjármögnun á staðnum

Opið frá kl. 9-18 alla virka daga
og laugardaga frá kl. 12-16

Bíland - Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík
Hyundai notaðir bílar - Kaupúni 1 - 210 Garðabæ
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is

bilaland

*Mánaðargreiðsla er samkvæmt reiknivél á lykili.is og eru viðskiptavinir hvattir til að kynna sér lánskilmálana á heimasíðunni lykili.is. Árlegur hlutfallslegur kostnaður bílalaána frá lykili.is er breytilegur og kjör lána miðast við vaxtatöflu og gjaldskrá félagsins á hverjum tíma.

Í upphafi skal endinn skoða



Það þarf ekki að vefjast fyrir neinum að hollt mataræði og reglubundin hreyfing eru meginstöðirnar í því að lifa heilbrigðu lífi. Það mætti bæta við andlegri vellíðan til að kóróna það sem þarf til að vera með allt á hreinu. Allt eru þetta atriði sem skipta verulegu máli og virka svo einföld og sjálfsgöð, en þeir sem eru eldri en tvævetur vita að það er alls ekki raunin. Það er stöðugt verið að segja okkur hvað er hollt og hvað ekki, sérstaklega er verið að ginna fólk með skyndilausnum og sannfæra það um að með þessum eða hinum matarkúrnum eða æfingakerfinu muni allt breytast til hins betra.

Þá má ekki gleyma því að þeir hinir sömu og hafa lifað tímana tvenna hafa heyrt slíkar ráðleggingar breytast í tímans rás. Einu sinni mátti ekki borða fitu, núna eiga allir að neyta smjör, feitmetis og rjóma. Sykur er hið alræmda hvíta eitur auk þess að allar hveitivörur eru komnar á bannlista. Ekki má borða nema ákveðnar tegundir af ávöxtum samkvæmt sumum, þá helst ekki drekka ávaxtasafa nema í hófi og allra síst mjólk. Allt eru þetta ákveðnar öfgar þó vissulega sé það vel þekkt að ákveðnir einstaklingar geti verið með óþol eða jafnvel ofnæmi fyrir ákveðnum tegundum fæðu, þá liggur það í augum uppi að ekki er hægt að ætlast til þess að allir séu eins og geti nýtt sér sömu leiðbeiningar.



Hið sama gildir um hreyfinguna, þar höfum við fengið ýmis ráð í gegnum tíðina, sum byggja á rannsóknum, önnur meira á sölumennsku og hefur folki verið talin trú um að nýjasta æðið hverju sinni sé hið eina sanna. Á að þjálfari í hámarkspúls eða bara 80% af honum? Er best að brenna eingöngu, á að leggja áherslu á vöðvaþjálfun eða teygjur? Er skynsamlegt að þjálfari jafnvægið eða eitthvað annað og þannig mætti telja áfram. Er einhver tæki betri en önnur, þarf ég einkaþjálfara og líkamsræktarstöð eða get ég gert þetta sjálf/ur? Svárið við öllum þessum spurningum er einfalt, sitt lítið af hverju!

Þegar maður, í öllu stressinu sem daglegt líf flestra samanstendur af, er farinn að ofhugsa hlutina og taka um of mark á þeim ráðleggingum sem eru þarna úti auk þeirrar staðalímyndar sem allir verða að passa inn í þá er það ávísun á vandræði. Kvíði og spennan

getur magnast upp, mikil samkeppni ríkir um það að lita sem best út og helst vera með sem flest járn í eldinum í einu. Það skilar sér oft í áhyggjum og svefnleysi sem svo eykur álagið á einstaklinginn, fylgikvillarnir eru fyrst og fremst vanlíðan sem er í raun andstæðan við það sem flestir eru að leita að.

Að þessu sögðu er það engu að síður staðreynd að við erum það sem við borðum og ef við hreyfum okkur ekki reglubundið þá er líklegt að líkami okkar refsi okkur fyrir það á einhverjum tímamarki. Þá kemur að því að spyrja sig: Hvað er skynsamlegast að gera?

Ég er talsmaður jafnvægis og tel það í raun vera grundvallaratriði í öllum þeim þáttum sem að ofan eru taldir. Við getum ekki haft hugann stöðugt við það sem við erum að láta ofan í okkur, enginn endist á kúr. Það er því nauðsynlegt að þróa með okkur vanann að borða „rétt“ og þar liggur

hundurinn grafinn. Það er líklega í lagi að borða sitt lítið af hverju ef maður passar skammtastærðir. Gott er að forðast það sem augljóslega fer illa í mann, en til þess að finna slíkt út er gott að halda matardagbók. Það má borða fitu og líka sykur, hvorugt er eitur nema í miklu magni, en saman getur það haft afdrifaríkar afleiðingar og í raun myndað ákveðna fikn. Hið sama gildir um hreyfingu, hún verður að henta hverjum og einum og skapa ánægju, það er eina leiðin til að endast og að hún verði reglubundin. Streitu- losun og tímastjórnun auk samveru við fjölskyldu og vini mun skila mestum árangri og skila andlegri vellíðan í samhengi við mataræðið og hreyfinguna. Þess utan er skynsamlegt að láta fylgjast með áhættuþáttum sínum miðað við aldur og kyn.

Þá er ég mjög áhugasamur um þá framþróun sem er að verða í læknisfræði þar sem klæðskerasniðin meðferð að hverjum og einum er að þróast til að minnka aukaverkanir og bæta árangur meðferðar. Þetta módel er það sem koma skal í tengslum við ráðgjöf um heilsu og lífsstíl í framtíðinni, við verðum að geta áttað okkur á einstaklingnum betur en nú er hægt til að gefa honum einstaklingsmiðaða nálgun, því á þann veg nær hann frekar árangri og verður reiðubúnari að fylgja þeim ráðum sem henni eða honum eru gefin. Ég er sannfærður um að í þeirri ráðgjöf verður jafnvægið einnig lykilatriði. Góðar stundir!

Teitur Guðmundsson
læknir

Viltu leggja þitt af mörkum í starfi VR?

Uppstillinganefnd VR óskar eftir frambjóðendum til trúnaðarráðs VR. Áhugasamir geta gefið kost á sér með því að senda erindi á netfangið uppstillinganefnd@vr.is fyrir kl. 12.00 á hádegi þann 17. janúar næstkomandi.

Í samræmi við lög VR óskar uppstillinganefnd eftir frambjóðendum til að skipa lista stjórnar og trúnaðarráðs vegna listakosningar um trúnaðarráð í félaginu.

Uppstillinganefnd stillir upp lista til trúnaðarráðs sem endurspeglar félagið eins og mögulegt er hvað varðar aldur, kyn og störf félagsmanna. Einnig verður litið til félagsaðildar og starfa fyrir félagið.

Hlutverk trúnaðarráðs VR er að vera stjórn félagsins ráðgefandi varðandi ýmis stærri málefni sem upp koma í starfsemi félagsins, svo sem við gerð kjarasamninga og stærri framkvæmdir.

Uppstillinganefnd VR



Eiríkur Steingrímsson, prófessor í sameindalíffræði.

Rannsókn sem eykur skilning á sortuæxlum

VÍSINDI Hópur vísindamanna við Lífvísindasetur Háskóla Íslands og EMBL-stofnunina í Hamborg hefur með rannsóknum sínum varpað skýrara ljósi á stjórnpóttinið MITF en það gegnir lykilhlutverki við myndun sortuæxla.

Frá þessu er greint á vef Háskóla Íslands en niðurstöður rannsóknarinnar birtust nýlega í vísindaritinu Nucleic Acids Research.

Er um að ræða nýjan áfanga í baráttunni við sortuæxli sem er hættulegasta tegund húðkrabbameina. Með aukinni þekkingu á hegðun MITF aukist möguleikar á því að lækning finnist.

Eiríkur Steingrímsson, prófessor í sameindalíffræði við Háskóla Íslands, stýrði rannsóknarhópi Lífvísindaseturs.

„Rannsóknarstofa mín við Háskóla Íslands hefur lengi unnið að því að greina hlutverk og starfsemi MITF-prótínsins. Mikilvægur liður í slíkum rannsóknum er að

Rannsóknarstofa mín við Háskóla Íslands hefur lengi unnið að því að greina hlutverk og starfsemi MITF-prótínsins.

Eiríkur Steingrímsson, prófessor

geta greint byggingu prótína þar sem stöðu allra atóma þess í rúmi er lýst og tengingum þeirra innbyrðis,“ er haft eftir Eiríki.

Hann segir samstarf við aðila eins og EMBL mjög mikilvægt fyrir fámennit vísindamannasamfélag eins og á Íslandi. Í rúman áratug hefur Eiríkur starfað náið með Matthias Wilmanns, stjórnanda EMBL, og Margræti Helgu Órnólfsdóttur, dósent við læknadeild HÍ.

Um áramótin tók Eiríkur við sem formaður stjórnar EMBL en 27 Evrópulönd eiga aðild að stofnuninni. –sar

Miklu meira en bara ódýrt



ViAir 12V loftdælur í miklu úrvali

Álskóflur



frá 1.999

frá 4.995

Hjólafesting á bíl



8.995

Loftdæla OMEGA 12V 30L

4.895

Viðgerðarbretti



Sonax hreinsivörur á frábæru verði



Háprýstidæla 1200W 100Bör
9.999



Hjólattjakkur 2T m/tösku
3.795



Öflugar háprýstidælur 165Bör 2100W
22.999



Háprýstidæla 1400W 105Bör
14.999



6T Búkkar 605mm Par
9.999



frá 1.495
Startkaplar



4.995

Hleðslutæki 12V 6A

Fjöltengi í miklu úrvali, 1.5M/3M/5M 3/4/5/6/8 tengla



Frábært úrval af dragböndum/ströppum



Lunchbox útvarp ryk/regn/frostpólið

24.995



Ruslapokar 10,20,50stk

frá 395



Hjólbörur 100kg



4.999



frá 395
Ruslatínur



Skóflur frá 995

Laufahrifur



frá 999

Strákústar

685

Myndlistavörur í miklu úrvali



34.995

Verkfæraskápur á hjólum

59.995

Verkfæraskápur á hjólum m/verkfærum

Mikið úrval af verkfæratöskum

frá 795



Steðjar í miklu úrvali



7.995

1/2 Toppasett



3.995

1/4 Toppasett



Vice Multi angle
6.985



14.995

1/2+1/4 Toppasett Kraftmann 94stk



5.995

Verkfærasett 108 stk



4.985

Skrall-lyklar 8-17



13.995

Flísa sög 80mm

Scanslib Hverfisteinn

frá 19.995



5.999

Fjölsög Höfftech



Rafmagnsvirtaliur í miklu úrvali



9.999

Silverline LI-ion 18V hleðsluborvél 13mm



14.999

Hjólsög GMC 1200W



19.995

Súluborvél 350W (m/skrúfstykki)



16.995

Metabo KS216 bútsög



14.999

SDS Lofthöggvél GMC SDS vélar frá 9.999,-

Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@simnet.is
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17



Grænihryggur er engu líkur og er umvafinn Kanilhrygg en líka Lakkrisstígvéli. MYND/ÓMB

Græna gullið að Fjallabaki

Tómas Guðbjartsson hjartaskurðlæknir og náttúruunnandi og **Ólafur Már Björnsson** augnlæknir og ljósmyndari

Því miður vill okkur Íslendingum gleymast hversu mikill fjársjóður er falinn í einstakri náttúru landsins. Sennilega er hún stærsta auðlind sem við eigum og mun skapa okkur ómældar tekjur í framtíðinni – en að því gefnu að við förum vel hana líkt og okkur hefur tekist með fiskimiðin okkar. Oft erum við spurðir hver sé fallegasti staður á Íslandi – en það er erfitt að gera upp á milli barnanna sinna. Efri Hveradalur í Kverkfjöllum, Lönsöræfi og Hornstrandir koma gjarnan upp í hugann, en sennilega er það þó Torfajökulssvæðið sunnan Landmannalauga sem á vinninginn. Þar er staður sem heitir því ófrumlega nafni Hryggur á milli gilja og býður upp á litaspjald sem er einstakt á heimsvísu. Mest er litadýrðin við svokölluð Þrengsli með ljósbrúnum og rauðum litatönnum en líka grænum. Fram hjá rennur ísköld Jökulgilskvíslin sem útskýrir af hverju svo fáir hafa komið á þennan „Útsýnisstað Íslands“. En í þurru veðri er Jökulgilskvíslin flestum væð og gangan einhver sú stórkostlegasta á Íslandi. Lagt er af stað úr Landmannalaugum og gengið í suðaustur að frábæru útsýnisfjalli, Skalla, þar sem sést yfir stóran hluta af miðhálandinu. Þaðan er gengið niður ljósbrúna eggjar Uppgönguhryggs og yfir Jökulgilskvíslina sem oft nær að hnjúm, uns ónefnd gil leiða upp á Hrygg á milli gilja. Þar sést yfir Jökulgil, Sveinsgil og Torfajökul, en í fjarska eru óteljandi gjósandi hverir, enda eitt stærsta háhitasvæði landsins. Skammt frá er sannkallað náttúrugull úr grænu líparíti, Grænihryggur, og framan við hann ljósari Kanilhryggur og Lakkrisstígvélið, bergstandur sem minnir á súkkulaði með lakkrisbitum. Þarna eru nánast engir göngustígir en Ferðafélag Íslands hefur um árabil brýnt fyrir göngufólki góða umgengni og að trampa t.d. ekki út á Grænahrygg. Það er ótrúlegt en á sjöunda áratugnum voru uppi áform um að byggja þarna háhitavirkjun og framleiða raforku til stóriðju – sem hefði verið stórslys. Sem betur fer myndu slík áform varla ná í gegn í dag, en þau eru engu að síður áminning um einstök svæði hérlendis sem stendur til að virkja eins og Hvalá og Hagavatn – framkvæmdir sem í tímans rás munu þykja álika fjaránlegar. Það er aldrei gæfulegt að slátra mjólkurkúnni – og það fyrir erlenda stóriðju – enda náttúran þjóðargersemi og auðlind sem við eigum öll og viljum varðveita fyrir komandi kynslóðir.



Fókus á hjarta landsins



Það er hressandi að vaða Jökulgilskvíslina. Skammt frá leynist Grænihryggur. MYND/ÓMB



Þrengingar í Jökulgiljum. Staður sem margir telja meðal fallegastu útsýnisstaða á Íslandi. MYND/CHRISTOPHER LUND

OPÍÐ Á
SUNNUDÖGUM Í
DORMA SMÁRATORGI

DORMA

Láttu drauminn rætast

Janúar útsala

ALLT AÐ
60%
AFSLÁTTUR



KLASSÍSK
hönnun

BOGGIE

Stóll og
3ja sæta
sófi

Slitsterkt áklæði. Grár, orange, svartur, brúnn, bleikur, blár og rauður.
Stóll fánlegur í sömu litum. Stærð sófa: 186 x 77 cm, H: 85 cm.
Fullt verð á sófa : 99.900 kr. Fullt verð á stóll : 54.900 kr.

25%
AFSLÁTTUR
BOGGIE

Þriggja sæta sófi

Aðeins **74.925 kr.**

Stóll

Aðeins **39.528 kr.**

PURE COMFORT

teygjulaek

Mjúkt og gott teygjulaek fyrir allar dýnustærðir. Langir bómullarþræðir tryggja góða endingu. 95% bómull, 5% lycra. Má þvo á 60°C og setja í þurrkara.

ÚTSALA
60%
AFSLÁTTUR

Stærð í cm	Fullt verð	Útsöluverð
90/100 x 200/220 x 35	3.490 kr.	1.396 kr.
120/140 x 200/220 x 35	3.990 kr.	1.596 kr.
180 x 200/220 x 35	5.490 kr.	2.196 kr.

POLO

 hægindastóll

ÚTSALA
40%
AFSLÁTTUR

Klassískur hægindastóll.
Brúnt eða svart PU-leður.
Fullt verð: 39.900 kr.

Aðeins **23.940 kr.**

BAÐSLOPPAR

ÚTSALA
50%
AFSLÁTTUR

SPA

Hvítur baðsloppur
L / XL / XXL

Fullt verð: 5.990

Aðeins
2.995 kr.

NATURE'S REST

heilsurúm með
Classic botni

Stærð í cm	Fullt verð	Útsöluverð
80x200	55.900 kr.	39.140 kr.
90x200	59.900 kr.	41.940 kr.
100x200	63.900 kr.	44.740 kr.
140x200	79.900 kr.	55.940 kr.
180x200	99.900 kr.	69.940 kr.



ÚTSALA
40%
AFSLÁTTUR
af Rest dýnum og
20% af botni

Val um svart eða hvít PU leður
eða grátt áklæði á Classic botni.

Nature's Bedding

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Burstaðir stálfætur
- Sterkur botn
- 320 gormar á fm²
- Góðar kantstyrkingar

Afgreiðslutími Rvk
Mánudaga til föstudaga kl. 11-18.30
Laugardaga kl. 11-17
Sunnudaga kl. 13-17 (Smáratorg)
www.dorma.is

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100
Skeiði 1, Ísafirði
456 4566

Verð og vöruupplýsingar í
bæklingnum eru birtar með
fyrirvara um prentvillur. Verð
gildir til 9. febrúar 2020 eða á
meðan birgðir endast.

DORMA

Láttu drauminn rætast

Stjórnlaus



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Allt frá upphafi forsetatíðar Donalds Trump hafa duttlungar og ofsafengnar tilfinningar stjórnað gjörðum hans. Fólki sem hann valdi til samstarfs við sig hrökklaðist fljótlega hvert á fætur öðru úr Hvíta húsinu. Skynsemi og yfirvegun viku fyrir ringulreið og upplausn. Þannig var staðan strax í byrjun og þannig er hún enn. Það sem helst virðist sýna hvernig vindar blása dag hvern í Hvíta húsinu eru æði skringilegar og ofsafengnar Twitter-færslur forsetans. Ekki verður sagt að þær endurspegliftirsóknarverða sálarró. Þvert á móti bera þær vott um hvatvísi, móðgunargirni og heiftarhug. Þegar þessar tilfinningar grassera innra með einum valdamesta manni heims þá er ekki von á góðu.

Heimurinn er svo sannarlega fullur af hættem en er nú orðinn enn hætтуlegri en áður eftir morðið á íranska hershöfðingjanum Qasem Soleimani, sem Trump fyrirskipaði. Soleimani, sem mun ekki hafa verið friðarhöfðingi, varð samstundis að pislavotti í hugum Írana og morðið á honum gæti kallað hefndaröldur yfir Bandaríkin. Trump er þó vitanlega hvergi banginn og hótaði eyðileggingu menningarverðmæta Írana yrði hefnt fyrir morðið. Einhverjum virðist hafa tekist að útskýra fyrir honum að slíkt flokkast sem stríðsglæpur því nýlega dró hann nokkuð í land, en greinilegt var af orðum hans og fasi að honum þætti stórfurðulegt að slíkt aðgerð væri talin glæpsamleg. Þetta minnir á orð sem hann viðhafði eitt sinn um Genfarsáttmálann sem hann sagði vera vandamál, því hann fæli í sér alls kyns reglur og reglugerðir sem gerðu að verkum að hermenn væru smeykir við að berjast almennilega.

Það er með ólíkindum að maður eins og Trump skuli hafa orðið forseti Bandaríkjanna og þar með einn valdamesti maður heims. Það er með enn meiri ólíkindum að hann skuli, eftir skelfilega stjórnartíð, eiga möguleika á endurkjör. Hugmyndaheimur hans er afar sérkennilegur. Í hans huga eru konur leikföng, innflytjendur hugsanlegir glæpamenn og múslimar alveg örugglega hryðjuverkamenn.

Það er nokkur raun fyrir friðsamur þjóðir heims að þurfa að eiga samskipti við Donald Trump. Vist er að langstærsti hluti íslensku þjóðarinnar hefur á honum litlar mætur. Það breytir þó engu um það að Bandaríkin eru mikilvæg vinabjód okkar og þeim samskiptum þarf að sinna. Um leið þarf að gæta að því að leggja ekki blessun sína yfir gjörðir Bandaríkjaforseta, sem er tilbúinn að leggja mannkyn í stórhættu til þess eins að þjóna duttlungum sínum.

Þingmaður Samfylkingar hafði orð á því á dögnum að Ísland ætti jafnvel að íhuga úrsögn úr NATO meðan Bandaríkjamenn væru þar svo fyrirferðarmiklir. Ekki er ástæða til að taka undir þau orð. Slíkt væri alls ekki gæfuspor fyrir Ísland. Einangrunarhyggja dugur ekki. Ljóst er að flestum NATO-þjóðum hugnast ekki nýjasta útskil Bandaríkjaforseta og vilja halda aftur af honum, en um leið er ljóst að það verður ærið verk. Íslendingar eiga ekki að flýja þann félagskap heldur taka þátt í því að standa vaktina og sýna ábyrgð.



Bandaríkin eru mikilvæg vinabjód okkar og þeim samskiptum þarf að sinna.

Halldór



Frá degi til dags

Krúnudjásnið

Það eru stöðugar hræringar á íslenskum fjölmiðlamarkaði. Ein slíkt hræring hefur ekki farið hátt, en það er sú að útvarpsstöðin Bylgjan hefur misst toppsætið sem stöðin með mestu hlustunina. Bylgjan hefur íðulega getað skákað ríkisstöðvunum tveimur, þessari sem gamla fólkið hlustar á og þessari sem miðaldra fólkið hlustar á. Því lauk hins vegar í desember. Bylgjan er eitt helsta krúnudjásn Vodafone-veldisins. Munu heyrast harmakvein af Suðurlandsbraut ef ríkið heldur áfram að taka fram úr þeim.

Ekki benda á mig

Ábyrgðarleysið í kringum ráðningu þjóðgarðsvarðar og þær bætur sem ríkið skapaði sér vegna vanhæfni er hreint út sagt hlægilegt. Ari Trausti nefndarformaður ber fyrir sig að hafa ekki staðið í opinberum ráðningum áður og algerlega hlytt ráðninga-fyrirtækinu Capacent. Vaknar þá óneitanlega sú spurning af hverju maðurinn sé þarna yfir höfuð. Nefndarmenn hafa sagt að Capacent skuldi ríkinu pening út af þessu klúðri, sem nefndin stimplaði. Þá stígur framkvæmdastjóri Capacent fram, móðgaður, og segir það hafa legið fyrir að hlutverk fyrirtækisins væri að gefa ráðgjöf en ekki taka ákvörðun. Þessi ráðgjöf reyndist hins vegar býsna dýr. arib@frettabladid.is kristinnhaukur@frettabladid.is

Boltinn er hjá stjórnvöldum



Helga Vala Helgadóttir
Þingmaður Samfylkingarinnar

Ástandið í heilbrigðiskerfinu verður ekki leyst á einum degi enda hefur heilbrigðiskerfið, líkt og aðrir innviðir landsins, verið vanrækt árum saman. Það er rándýr pólitísk ákvörðun sem verður að breyta en til þess þarf hugrekki og framtíðarsýn.

En nú stöndum við frammi fyrir hættuástandi á brádamóttöku Landspítala og um það vitnar starfsfólk spítalans. Hjúkrunarfræðingar hafa gefið út yfirlýsingu sem og læknafræðingur. Ástandið snýst hvorki um fyrir-sagnir í fjölmiðlum né hvar í flokki kjörnir fulltrúar standa. Þetta snýst um almannaheill og þar verðum við öll að snúa vörn í sókn, hætta að einblína á það sem mögulega hefur verið gert áður og hugsa hvað getum við gert núna til að bregðast við áður en verr fer.

Staðan hefur aldrei verið jafn alvarleg að mati þeirra sem reyna að tryggja öryggi sjúklinga á brádamóttöku. Brádamóttakan er yfirfull á hverjum einasta degi. Deildir sjúkráhusins eru undirmannaðar og vaktaplan næsta mánaðar sýnir starfsfólki að það verður að hlaupta meira og hraðar en áður. Undirmannaðar vaktir leiða til mistaka, pláss sem þó eru til á spítalanum eru ekki nýtt því ekki fæst starfsfólk til að hlaupta sífellt hraðar og hraðar. Það leitir í önnur störf.

Nú standa yfir samningaviðræður ríkisins við heilbrigðisstarfsfólk. Ein leið til að láta starfsfólk Landspítala vita að á það sé hlustað og eygja von um að laða fleiri að spítalanum er að stjórnvöld lýsi yfir vilja til að meta vaktavinnu þessara stétta í komandi kjarasamningum. Það er alveg ljóst að fólk sem gengur vaktir allan sólarhringinn getur ekki sinnt 100% starfi. Ef stjórnvöld senda skýr skilaboð til þessara stétta um að í komandi kjarasamningum verði tekið tillit til þessa munu vonandi einhverjir skila sér til baka til starfa þannig að hægt verði að manna spítalann. Það þarf að blása heilbrigðisstarfsfólki von í brjóst. Það er hlutverk stjórnvalda. Boltinn er hjá þeim.

MUNDU EFTIR GÖMLU GÓÐU AFMÆLISKRINGLUNNI - fyrir 25-30 manns

www.bjornsbakari.is

mánudaga-föstudaga	7.30 - 17.30
laugardaga	8.00 - 16.00
sunnudaga	9.00 - 16.00

Áusturströnd 14 • Hringbraut 35

Sjálfboðaliðasamtökin stóðu vaktina



Jónas Guðmundsson
stjórnar-
formaður
Almannaheilla

Sjálfboðaliðasamtök létu til sín taka fyrir og um nýliða jólahátíð, eins og oft áður. Mesta athygli vakti vaskleg framganga björgunarsveita við að bjarga mönnum og dýrum og forða eignatjóni. Titill greinarinnar er einmitt fenginn að láni úr uppgjöri einnar útvarpsstöðvar á glímunni við desemberóveðrið. Ýmsum kom á óvart hve árvekni og afl viðbragðsaðila var mikið. En fleiri sjálfboðaliðasamtök létu til sín taka; hjálpar- og stuðningssamtök hópa, sem eiga í vök að verjast, létu sínu fólki

byrðarnar af krafti — bentu okkur hinum um leið á vanda þessa fólks. Ýmis önnur samtök notuðu tækifærið til að kynna hugmyndir sínar og drauma um lausnir á þrálátum vandamálum — bentu á hvernig gera megi samfélagið mannvænlegra, samheldnara, sjálfbærara og betur búið undir framtíðina ef við beitum afli okkar og tíma með jákvæðari hætti en við eigum vanda til.

Þannig birtist með skýrari hætti en venjulega hve mikilvægu hlutverki almannaheillasamtök, eins og þau eru nú nefnd, gegna í íslensku samfélagi. Þau bregðast við, búa til lausnir og hafa áhrif á þjóðfélagsþróunina til lengri tíma — má rifja upp að 12 samtök kvenna hrintu af stað byggingu Landspítalans, þeirrar undirstöðustofnunar samfélagsins.

Almannaheillasamtaka biða á nýju ári margar áskoranir og

óleyst mál, ekki síst brýn vandamál margs ungs og eldra fólks, sem á erfitt með að fóta sig við núverandi aðstæður. Samtökin munu, ein og sér eða í samstarfi, án efa leita að betri úrræðum; lofi þau góðu munu stuðnings almennings með tíma, vinnu, ráðgjöf, hluti og fjármuni til að koma verkefnum í framkvæmd. Almennur hefur hingað til verið orlatur á stuðning við góð málefni sem bæta brotalamir í samfélaginu.

Það myndi líka hjálpa til ef Alþingi yrði við óskum um að bæta starfsumhverfi almannaheillasamtaka. Nokkuð hefur þokast á undanförunum árum með að bæta skattaumhverfi slíkra samtaka, sem enn er talsvert lakara en gengur og gerist í helstu samanburðarlöndum; nefnd á vegum fjármálaráðherra er að skoða hvað hægt er að gera frekar í þeim efnum. En almannaheillasamtök biða líka



Þannig birtist með skýrari hætti en venjulega hve mikilvægu hlutverki almannaheillasamtök, eins og þau eru nú nefnd, gegna í íslensku samfélagi.

eftir lagasetningu sem skilgreinir raunverulegt rekstrarform þessara samtaka.

Fyrir Alþingi liggur frumvarp til laga um félög til almannaheilla, flutt af iðnaðarráðherra. Þetta er þriðja frumvarpið sama efnis sem flutt er af ráðherra málaflokksins. Segja má að málið hafi verið á dagskrá í áratug, en Almannaheill, samtök þriðja geirans, hvöttu fyrst til slíkrar lagasetningar. Síðan

hefur málið verið vandlega undirbúið, m.a. af tveimur ráðherra-skipuðum nefndum. Það nýtur eindregins stuðnings Almannaheilla og allra 35 aðildarfélaga þess, sem mörg eru landssamtök, með vel á annað hundrað þúsund félagsmenn, og margra annarra almannaheillasamtaka í landinu. Samt hefur leið þess í gegnum lög-gjafarsamkomuna reynst torfær.

Almannaheillasamtök óska eftir þessari lagasetningu til þess að starfsframmi þeirra verði skýrari; til þess að réttindi og skyldur þeirra verði betur skilgreind; til þess að stuðla að lýðræðislegri uppbyggingu slíkra samtaka og ýta undir góða stjórnarhætti þeirra; síðast en ekki síst til þess að traust á milli almannaheillasamtaka, almennings og opinberra aðila megi eflast — það gerði samtökin öflugri til að taka á verkefnum sem biða úrlausnar.

Jón Baldvin, þakka þér fyrir



Birgir Dýrfjörð
jafnaðarmaður

Fyrir framlag sitt á alþjóðavettvangi ber Jón Baldvin nú heiðursorðu forseta Lettlands, Eistlands, Litháen, Króatíu og Slóveníu ásamt mörgum öðrum sæmdar- og heiðurstitlum.

Upphaf þessara atburða má rekja til NATO-fundar 22. ágúst 1991. Þegar Jón Baldvin reis einn gegn vilja annarra NATO-þjóða.

Þrem dögum síðar komu utanríkisráðherrar Eystrasaltsríkjanna til fundar í Höfða og þáðu úr hendi Jóns Baldvins fyrstu viðurkenninguna um sjálfstæði ríkja sinna.

Það var söguleg stund á heimsvísu. Síðar gerðust aðrar þjóðir sporgöngumenn Íslendinga.

Í bók sinni, Tæpitungulaust – Lifsskoðun jafnaðarmanns, sem kom út

í desember 2019, segir Jón Baldvin frá tildrögum og baksviði þessara atburða.

Aftek á heimavelli

Góður efnahagur sem Íslendingar búa að í dag er fyrst og fremst að þakka samningnum um Evrópska efnahagssvæðið.

Það var ekki um það deilt, að samningurinn náðist í höfn fyrir atbeina og málaflýglu Jóns Baldvins. Samningurinn mætti andstöðu í öllum flokkum á Alþingi utan Alþýðuflokksins. Við stjórnarmyndun náði Jón Baldvin svo að sínu borði þeim stuðningi sem þurfti.

Spurning og svar

Bókin Tæpitungulaust er yfir 600

síður. Hún er spurning og svar um markmið og leiðir jafnaðarmanna. Lifsskoðun þeirra, sem berjast fyrir jafnaðarstefnuna. Hverjir eiga jörðina? Hvernig ógnar auðræðið lýðræðinu? Óvinir velferðarríkisins. Um skautun þjóðfélaga, makráðir og audugir, stritandi og snauðir. Norræna módelið og óvinir þess. Og fleira og fleira.

Hvað er fram undan? Hvað geta jafnaðarmenn gert? Svárið er í bók Jóns Baldvins.

Ég hvet alla, sem kjósa lýðræði og jafnræði að lesa þá bók.

Að lokum

Bókin er ekki síður fróðlegur minnisvarði um mörg af þeim verkum Jóns Baldvins, sem skipt hafa

sköpum fyrir núverandi velmegun Íslendinga.

Á þeim afrekalista er af mörgu að taka. Ég læt nægja að nefna þá staðreynd, að á Íslandi eru tekjur á hvern mann með þeim bestu í heiminum.

Flestir vita en fáir nefna, að sá fádæma góði árangur er afleiðing EES-samningsins.

Sá samningur er engum Íslendingi jafn mikið að þakka og Jóni Baldvini.

Og sú staðreynd nægir til að fullyrða; að íslenska þjóðin á engum núlifandi manni jafn mikið að þakka velsæld sína og góðan efnahag og Jóni Baldvini Hannibalssyni.

Hafðu heila þökk, Jón Baldvin, fyrir þá þjóðarheill, og bókina þína góðu.

Erum við kannski dáin?



Elisabet Jökulsdóttir
rithöfundur



En nú bregður svo við að kerfi kapitalismans er tekið við og það er það sem verið er að segja í þessari sýningu.

Það má ýmislegt segja um leik-sýningu Þjóðleikhússins á Meistararum og Margarítu. En það er eitt víst; Búlgakov komst til skila. Mikael Búlgakov rússneska skáldið sem var sérfræðingur í absúrdisma á dögum kommúnismans og t.a.m. bók hans Hundshjarta er eitt snilldarverkið enn. Í Meistararum og Margarítu spyr Búlgakov einfaldlega: Líður okkur best þegar við erum dáin, erum við kannski dáin, líður okkur best þegar við höfum gengist blekkingunni á vald; er lífið of sárt til að lifa því?

Það dylst engum að hér er verið að tala um kerfi kommúnismans sem gerði mannum ókleift að lifa lífinu, kerfi sem afskræmir manneskjuna og hennar siðferðilegu gildi, piningar, mannhvörf og dauðsföll daglegt brauð. Þetta er kerfi sem gerir manneskjuna að djöflum, tilfinningasnaudum, gráðugum, hégómlegum, spilltum manneskjum sem neita staðfastlega að horfast í augu við sjálfar sig. En jafnvel í þessari hamslausu græðgi verður manneskjan aumkunarverð, eins og hún hafi enga stjórn á eigin lífi, láti stjórnast af utanaðkomandi öflum.

En nú bregður svo við að kerfi kapitalismans er tekið við og það er það sem verið er að segja í þessari sýningu. Djöfullinn er útsendari

kapitalismans, allt í einu verður það svo augljóst hvernig er hægt að fara með okkur. Græðgin, ótti (kapitalismans), stjórnlaysið, óvirðingin fyrir mannlífum og mannlegri reisn; og hvernig er svo farið með okkur? Það er hrún, Panamaskjöl, veikt kvótakerfi, flóttamannamál, kynferðisofbeldi, bætur öryrkja standa í stað, loftslagsvá, Klausturmál, Samherjamál, en það er sama hvað gerist, það gerist ekki neitt. Það er absúrd, eins og í Meistararum og Margarítu.

Og af hverju skyldi það vera, er það út af því að við fáum nóg af kókum, nóg af afþreyingu, við erum pind og kvalin í allsnægtunum, látum okkur í léttu rúmi liggja stríð og ofsóknir um allan heim, og hvar er okkar andlegi veruleiki? Við höfnum andlegum veruleika, tilfinningalegum veruleika, sameiginlegum veruleika, við gefumst loks upp fyrir þessu öllu, og í senunni milli Meistarans og Margarítu þá er búið að taka allt af þeim, það er búið að njósna um þau, dæma þau geðveik, kvelja þau, taka af þeim siðferðið, það er allt farið nema lífið og þá eru þau hreinlega drepin. Dauðanum fagna þau óskaplega. Og hvernig stendur á því, er allsherjar tómeiki tekinn við, er búið að tæma allar lindir; líður okkur best þegar við erum dáin. Erum við kannski dáin?

Tilnefningarnefnd VÍS óskar eftir framboðum til stjórnar

Tilnefningarnefnd VÍS auglýsir eftir framboðum eða tilnefningum til stjórnar VÍS vegna aðalfundar félagsins sem haldinn verður fimmtudaginn 19. mars 2020.

Frestur til að skila inn framboðum og tilnefningum sem hljóta eiga umfjöllun tilnefningarnefndar er til **föstudagsins 31. janúar 2020.**

Tilkynning um framboð skal vera á sérstöku eyðublaði sem unnt er að nálgast á vef félagsins á slóðinni www.vis.is/media/174900/frambod-til-stjornarsetu.pdf og skal skila á netfangið tilnefningarnefnd@vis.is.

Almennur framboðsfrestur til stjórnar samkvæmt samþykktum VÍS er fimm dögum fyrir aðalfund. Starfsemi tilnefningarnefndar takmarkar ekki heimild framboðenda til að skila inn framboðum til stjórnar allt fram að því tímamarki, en um þau framboð verður ekki fjallað í tillögu tilnefningarnefndar.

Rökstudd tillaga tilnefningarnefndar um bestu samsetningu stjórnar verður birt samhliða aðalfundarboði

Vátryggingafélag Íslands | Ármúla 3 | 108 Reykjavík | Sími 560 5000 | vis@vis.is | vis.is

Tilbúnir bæði andlega og líkamlega

Jónas Elíasson og Anton Gylfi Pálsson blása í flautuna á EM í handbolta sem hefst í dag. Þeir dæma fyrsta leik Austurríkis á mótinu þar sem 10 þúsund manns munu öskra og tralla í stúkunni. Þeir hafa undirbúið sig vel, eru búnir að æfa vel – bæði líkamlega og andlega.

HANDBOLTI Dómaraparið Jónas Elíasson og Anton Gylfi Pálsson eru fulltrúar Íslands í dómarastétt Evrópumótsins sem hefst í dag með viðureign Hvíta-Rússlands og Serbíu annars vegar og Þjóðverja og Hollendinga hins vegar. Fyrsti leikur þeirra félaga verður á morgun þegar þeir flauta á viðureign Austurríkis og Tékklands í Vinarborg en 10 þúsund manns, flestir á bandi heimanna, munu troðfylla höllina.

Þeir félagar mættu til Austurríkis á sunnudaginn og voru nýbúnir að taka góða æfingu þegar Fréttablaðið sló á þrúðinn til þeirra. „Við fengum að vita á þriðjudag hvar við myndum dæma og hvaða leik. Það er komin niðurröðun á alla leiki í fyrstu umferð. En meira er ekki vitað. Það getur vel verið að við munum flakka á milli og færa okkur til Graz, sem er í tveggja klukkutíma fjarlægð,“ segja þeir félagar.

Jónas segir að þeir séu komnir í gott form, ekki aðeins líkamlegt heldur séu þeir tilbúnir fyrir áskorunina einnig andlega. „Við erum búnir að fá efni frá dómaranefnd EHF til að skoða og svo höfum hist mikið og farið yfir málin sjálfir. Við erum búnir að æfa eins og hundar og erum í virkilega góðu formi. En við teljum líka mikilvægt að hafa hausinn í lagi og vera í andlegu góðu jafnvægi. Við höfum nýtt Jóhann Inga til að hjálpa okkur og farið inn á andlegu hliðina. Þess vegna teljum við okkur vera tilbúna bæði andlega og líkamlega.“

Anton bendir á að það geti tekið á að standa frammi fyrir 10 þúsund áhorfendum og taka erfiða ákvörðun á augnabliki. „Það verður svakaleg pressa og gott að hafa hausinn í lagi og fá þá aðstoð til að stilla sig inn á rétt spennustig. Ekki vera of spennur og ekki of slakur. Finna þennan gullna meðalveg.“

Þeir segja að engar sérstakar áherslubreytingar verði á mótinu. Að ekkert nýtt sé undir sólinni að þessu sinni. Linan hafi verið sett fyrir nokkru og áherslan sé að halda henni. „Það er þetta sama. Barningur inni á línu og passa upp á hornamenn sem hefur verið í hartnær tvö ár að þeir séu ekki að taka löng skref og stíga inn í hornamenn. Það eru ekki neinar kúvendingar eins og stundum sést á HM þar sem er nánast nýtt mót. Dómaranefndin leggur áherslu að halda sömu línu, þegar er farið í andlit, hornamenn og línu. Ekki fara búa til nýjan leik þegar mótið hefst.“

Félagarnir hafa það fint í Vín og segja að það hafi verið fint að fá smá sól í kroppinn um leið og þeir



Anton og Jónas hafa verið besta dómarapar landsins lengi, hafa dæmt á HM, EM og Ólympíuleikum. 11 dómarapör dæma í riðlakeppninni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Andlega heilsan mikilvæg

Jóhann Ingi Gunnarsson hefur ekki aðeins verið þeim Jónasi og Antoni innan handar í aðdraganda EM því hann hefur einnig komið að því að halda fyrirlestra fyrir aðra dómara á mótinu. Í samtali við heimasiðu mótsins segir að Jóhann að þó engir dómarar séu eins sé það hans hlutverk að láta alla trúa á sjálfa sig. „Sjálfstraust er vöðvi sem hægt er að þjálfra. Ég segi að

það sé vöðvi vegna þess að það er eitthvað sem þú getur þjálfað og þú getur þjálfað hugarheima.

Ef dómarar koma með sjálfstraust út á völlum þá sést það úti á velli með jákvæðri líkamstjáningu. Ef ekki þá skynja leikmenn og þjálfarar það og nota það gegn þeim. Það smitast til áhorfenda og þá höfum við vandamál,“ segir Jóhann meðal annars.

Hann hefur verið í þessu

hlutverki síðan 2012 og segir að andlega hliðin skipti sífellt meira máli. „Fyrir 30 árum fannst fólk sem vildi tala um tilfinningar sínar og það sem væri að gerast í þeirra hugsunum að eitthvað væri að þeim. Nú er andlegur undirbúningur jafn mikilvægur og líkamlegur undirbúningur. Norska kvennalandsliðið er með tvo sálfræðinga ef þær þurfa að tala við einhvern sem dæmi.“

lásu um óveðrið sem geisadi hér á Klakanum. „Við vorum að koma úr ræktinni og erum í finum málum. Það kom sólarglenna en svolítið svalt. Ekkert eins og heima,“ segir Jónas.

Anton segir að þeir séu spennir að fá að blása í flautuna og fara að byrja. Undirbúningur hafi verið strembinn og nú sé komið að stóru stundinni. „Við erum tilbúnir í þetta. Við lögdum mikið í undirbúninginn og viljum fara að byrja. Klæjar í puttana að fá aðeins að blása.“

benediktboas@frettabladid.is

Rostov segir áfengisvandamál ekki ástæðu fyrir brottför Ragnars

FÓTBOLTI Fyrirverandi félag Ragnars Sigurðssonar, Rostov, brást við fréttáflutningi þarlendra fjölmiðla um að ástæða þess að hann hefði farið frá liðinu hefði verið áfengisvandamál. Í frétt Championat, sem virðist vera uppspretta fréttanna, sagði að samkvæmt heimildum síðunnar hefði Ragnar beðið féлага sína í liðinu, þjálfara og starfsfólk afsökunar á hegðun sinni en engu að síður hefði það ekki dugað. Samningnum hefði verið rift.

Þetta segir Rostov vera uppspuna

frá rötum í yfirlýsingu sem félagið birti. „Fjölmiðlar birtu upplýsingar sem vega að æru Ragnars Sigurðssonar, fyrirverandi fyrirliða félagsins. Það sem fram kemur þar er lygi en þar er því haldið fram að Ragnar glími við áfengisvandamál og það sé ástæða þess að leiðir hafa skilið hjá honum og félaginu. Hegðun Ragnars á meðan á dvöl hans hjá félaginu stóð var til algjörar fyrirmyndar og algerlega í samræmi við íþróttamann í hæsta gæðaflokki,“ segir í yfirlýsingu félagsins.



Ragnar í baráttunni í rússnesku deildinni. NORDICPHOTOS/GETTY

●● Hegðun Ragnars á meðan á dvöl hans hjá félaginu stóð var til algjörar fyrirmyndar og algerlega í samræmi við íþróttamann í hæsta gæðaflokki.

„Hann er leikmaður sem ávallt er hægt að treysta á bæði á erfiðum tímum og þegar vel gengur. Af þeim sökum var honum falið að vera fyrirliði liðsins. Ragnar óskaði eftir því að vera leystur undan samningi hjá félaginu og við urðum við beiðni hans. Ragnar stóð sig vel á þeim tíma sem hann spilaði fyrir okkur og gaf sig allan bæði í æfingar og leiki liðsins. Við förum fram á það við fjölmiðla að þeir láti af því að fjalla um málefni sem þeir hafa ekki hundsvit á,“ segir enn fremur. – bb

WÉLO

FIMMTUDAGUR 9. JANÚAR 2020

Tíska



Það gæti verið gaman að gifta sig á árinu því talan 2020 býður upp á margar skemmtilegar tölur fyrir brúðkaupsdaginn. ➔4

ENZYMEDICA®

Söluhæsta
meltingarvaran í
Bandaríkjunum



Það borgar sig að líta inn hjá SPORT24

Í SPORT24 er eitt mesta úrval landsins af vönduðum íþróttavörum á hagstæðu verði. Fyrsta verslunin var opnuð í fyrra og eru þær nú þjár talsins. Fanney Bjarkadóttir verslunarstjóri segir móttökurnar hafa verið vonum framar. ➔2



Þær Sara Ísabella Guðmundsdóttir og Fanney Bjarkadóttir verslunarstjóri taka vel á móti gestum SPORT24. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Framhald af forsiðu →

Rúmt ár er liðið frá því að íþróttavöruverslunin SPORT24 opnaði sína fyrstu verslun hér á landi við Sundaborg 1 í Reykjavík. Í október var þriðja verslun fyrirtækisins opnuð í Garðabæ en fyrirtækið opnaði verslun á Akureyri í febrúar. Fanney segir SPORT24 vera umsvifamesta söluaðila íþróttavara í Danmörku, með mikinn fjölda verslana undir sínum hatti. „Þrátt fyrir að vörumerkið sé ekki mjög þekkt hér á landi er SPORT24 stærsti seljandi íþróttavara í Danmörku en þar rekur fyrirtækið 186 verslanir vítt og breitt um landið.

Forstjóri fyrirtækisins heitir Henrik Bruun og starfaði áður hjá Intersport. Fyrirtækið var stofnað árið 2012 á grunni fjölda íþróttavöruverslana að því er fram kemur í Berlinske en höfuðstöðvar fyrirtækisins eru í Silkeborg,“ útskýrir Fanney. Þá sé fyrirtækið búið að vera að færa út kviarnar jafnt og þétt. „Árið 2016 keypti SPORT24 verslanir Sportigan og sænsku íþróttavöruverslunina Stadium og er því óhætt að segja að fyrirtækið hafi verið í mikilli sókn á undanförunum árum en í fyrra störfuðu yfir 1.000 manns hjá fyrirtækinu.“

Afar hörð samkeppni

Fanney segir vissar áskoranir óneitanlega fylgja rekstri verslana af þessu tagi, ekki síst hvað varðar samkeppni við netverslanir. „Rekstrarumhverfi íþróttavöruverslana hefur aftur á móti verið afar krefjandi undanfarin ár, einna helst þegar kemur að samkeppni við stórar netverslanir.“

Staðsetning verslana sé einnig brýnt viðfangsefni. „Þá er einnig hart barist um bestu verslunarstaðsetningarnar og samkeppnin er mikil en SPORT24 er í dag til að mynda orðið umfangsmeira á dönskum markaði heldur en helsti keppinauturinn, Sportmaster,“ segir Fanney. Hún segir viðtökurnar við versluninni hér á landi hafa verið framfarir öllum vonum og að sala hafi verið vel fram yfir áætlanir á þessu ári.

Opnun fyrstu verslunarinnar hafi því í sjálfu sér verið ákveðið tilraunaverkefni fyrst um sinn. „Við opnuðum fyrst niðri í Sundaborg til að prófa konseptið. Hvernig flutningaleiðirnar myndu virka og hvernig tölvukerfin myndu tala saman. Það er hæpið að fara í einhverja risafjarfestingu ef baklandið er ekki 100%. Það var hugmyndin með þessari búð,“ segir Fanney en verslunin hér á landi er beintengd við pantanakerfið hjá SPORT24 úti í Danmörku.

Þetta fyrirkomulag hefur hagstæð áhrif á starfsemi fyrirtækisins og gerir því kleift að bjóða upp á öll helstu merkin, með minni fyrirhöfn en ella. „Það hefur gríðarlega hagræðingu í för með sér fyrir okkar rekstur. Það fækkar utanlandsferðum hjá okkur og við fáum öll merkin í gegnum einn aðila,“ segir Fanney en fyrirtækið selur fjölda þekktara vörumerkja á borð við Nike, Hummel, Adidas, Puma, Speedo og Champion ásamt mörgum fleirum.

Frábært fyrir fjölskylduna

Ásamt því að selja útivistarfátnað fyrir unga sem aldna, úlpur, snjóbuxur og kuldagalla, leggur fyrirtækið einnig mikla áherslu á sölu almennra íþróttavara fyrir börn. „Það var það sem vantaði hingað til lands eftir að Intersporti var lokað sumarið 2017,“ segir Fanney. Það sé áriðandi að fjölskyldur hér á landi hafi valmöguleika á borð við þennan, þar sem hægt sé að festa kaup á íþrótt- og útivistar-



Sara Ísabella og Fanney Bjarkadóttir, verslunarstjóri, segja móttökur verslunarinnar hafa verið vonum framfarir. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Í SPORT24 eru útivistarföt á alla fjölskylduna.



Í SPORT24 er gott úrval af barnafötum á góðu verði.



Skór fyrir alla fjölskylduna. Sjón er sögu ríkari.



Íþróttaskórnir fást í SPORT24.



Nýjasta verslun SPORT24 er til húsa í Miðhrauni 2.

fatnaði fyrir ört vaxandi börn á sanngjörnu verði. „Við leggjum mikla áherslu á að öll fjölskyldan geti komið og fundið eitthvað fyrir sig.“

Fanney segir SPORT24 taka sérstaklega vel á móti fjölskyldum og að öll umgjörð í kringum verslanirnar bæði einfaldi innkaupin og dragi úr óþarfa kostnaði. „Það er ekkert hlaupið að því að fara með 3-4 börn í verslunarmiðstöðvar,“ segir hún. „Eitt af því sem viðskiptavinir hafa verið ánægðir með, fyrir utan gott aðgengi og annað slíkt, er að það er ekkert annað í umhverfinu sem truflar og því lítið mál að taka börnin með.“

SPORT24 býður einnig upp á merkingar á fatnaði, til dæmis fyrir íþróttafélög og þá er fyrirtækið einnig með „outlet“-verslun innan nýrrar verslunar fyrirtækisins í Garðabæ, í Miðhrauni 2. Í outlet-versluninni er að finna íþróttavörur á 30-80% afslætti allt árið um kring. „Það er því tilvalið að gera sér ferð og skoða úrvalið,“ segir hún. „Við erum alltaf með einhver sértilboð í gangi á íþróttavörum.“

Ég mæli líka með að fylgja okkur á Facebook undir SPORT24 Reykjavík, SPORT24Outlet og SPORT24 Akureyri. Þá sérd þú hvað er í gangi hjá SPORT24.“



Yoek - ~~Verð: 28.980~~ nú: 20.286



PBO - ~~Verð: 26.980~~ nú: 18.886



Mos Mosh - ~~Verð: 32.980~~ nú: 23.086



Bitte Kai Rand - ~~Verð: 35.980~~ nú: 25.186



Mos Mosh - ~~Verð: 26.980~~ nú: 18.886

ÚTSALA 30-50% afsláttur



Bitte Kai Rand - ~~Verð: 78.980~~ nú: 55.286



Mos Mosh - ~~Verð: 33.980~~ nú: 23.786



Gil Bret - ~~Verð: 49.980~~ nú: 34.986



Depeche - ~~Verð: 54.980~~ nú: 38.486



Mos Mosh - ~~Verð: 38.980~~ nú: 27.286



Nero Giardini - ~~Verð: 25.980~~ nú: 18.186



Wonders - ~~Verð: 33.980~~ nú: 23.786



Depeche - ~~Verð: 17.980~~ nú: 12.586

hjá
Hrafnhildi
Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is



Depeche - ~~Verð: 12.980~~ nú: 9.086

Brúðkaupsdagurinn 02022020

Brúðkaupsdagurinn er sá dagur sem enginn vill gleyma. Það er því ekki verra ef hægt er að gifta sig á degi sem ber eftirminnilega tölu. Nokkrir slíkir dagar hafa komið upp undanfarin ár og verða fleiri en einn árið 2020.

Elin Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Talið er að margir vilji gifta sig í febrúar á þessu ári. Þrjú skemmtilegir dagar bjóðast þá til hjónavígslu sem hafa flotta tölu, það eru 02022020, 20022020 og 22022020. Aðeins einn ber upp á laugardag en það er 22. febrúar. Fólk getur þó gift sig á hvaða degi vikunnar sem er.



Einfaldleiki og umhverfisvernd munu einkenna brúðkaup ársins. Hægt er að velja um marga skemmtilega daga þegar kemur að tölum. Hér er fyrirseta í brúðarkjól frá Mira Zillinger fyrir 2020. NORDICPHOTOS/GETTY

“Mögulega munum við bjóða upp á raðvígslur, endurnýjunarathafnir og sérstakar viðburðavígslur þessa daga. Við prestarnir erum að ræða það næstu daga vegna fyrirspurna og umræðunnar.

Sigurður Árni Þórðarson

Sigurður Árni Þórðarson, sóknarprestur í Hallgrímskirkju, segir að borist hafi fyrirspurnir um þessa daga. „Líklegast verða hjónavígslur 2. og 20. febrúar í Hallgrímskirkju. Mögulega munum við bjóða upp á raðvígslur, endurnýjunarathafnir og sérstakar viðburðavígslur þessa daga. Við prestarnir erum að ræða það næstu daga vegna fyrirspurna og umræðunnar,“ segir hann.

Sigurður bendir á að það séu alltaf nokkrar fyrirspurnir varðandi ákveðna daga sem hafa skemmtilegar tölur. „Ég minnst 10102010 sem var einn svona dagur. Þar áður voru 02022002, 03032003, 04042004 og svo fram-

vegis. Svo eru persónulegir dagar sem fólk miðar við, fæðingardagar í fjölskyldunni og aðrir mikilvægir dagar af því tagi sem fólk notar,“ segir hann og bætir við að hann verði ekkert sérstaklega var við að árstími skipti sérstöku máli þegar fólk giftir sig þótt hjónavígslur séu mun algengari á bjarta, hlýja tíma ársins.

Í Bandaríkjunum er talað um nokkra ákjósanlega brúðkaupsdaga árið 2020 en varðandi tölur býður árið margar skemmtilegar og einfaldar útfærslur.

- Sunnudagur 0202/2020
- Laugardagur 2202/2020
- Laugardagur 0404/2020
- Laugardagur 0606/2020
- Laugardagur 0808/2020
- Laugardagur 1010/2020
- Laugardagur 1212/2020

Umhverfisvæn brúðkaup

Því er spáð að á þessu ári muni brúðhjón horfa til umhverfisins þegar skipuleggja þarf brúðkaupsveisluna. Sjálfbærni kemur þar sterkt inn, vistvænir valkostir og ekkert plast. Búast má við að lifandi blóm verði í keramikpottum sem skreytingar sem síðan er hægt að planta í jörð eftir veisluna eða gefa gestum. Skreytingar geta líka verið ávextir, til dæmis sitrónur eða epli. Meira að segja er mælt með að vinnin komi úr nærliggjandi héraði sé þess kostur sem er auðvitað ekki hægt alls staðar.

JANÚARÚTSÖLUSPRENGJAN
HAFIN 30%-40%-50%
NÚ ER TÆKIFÆRI AÐ EIGNAST
FLOTTA MERKJAVÖRU Á ÚTSÖLUVERÐI



TRAUST Í 80 ÁR

Skipholti 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is

Tacx



CASTELLI



TRI VERSLUN
TRI VERKSTÆÐI
TRI VEFVERSLUN



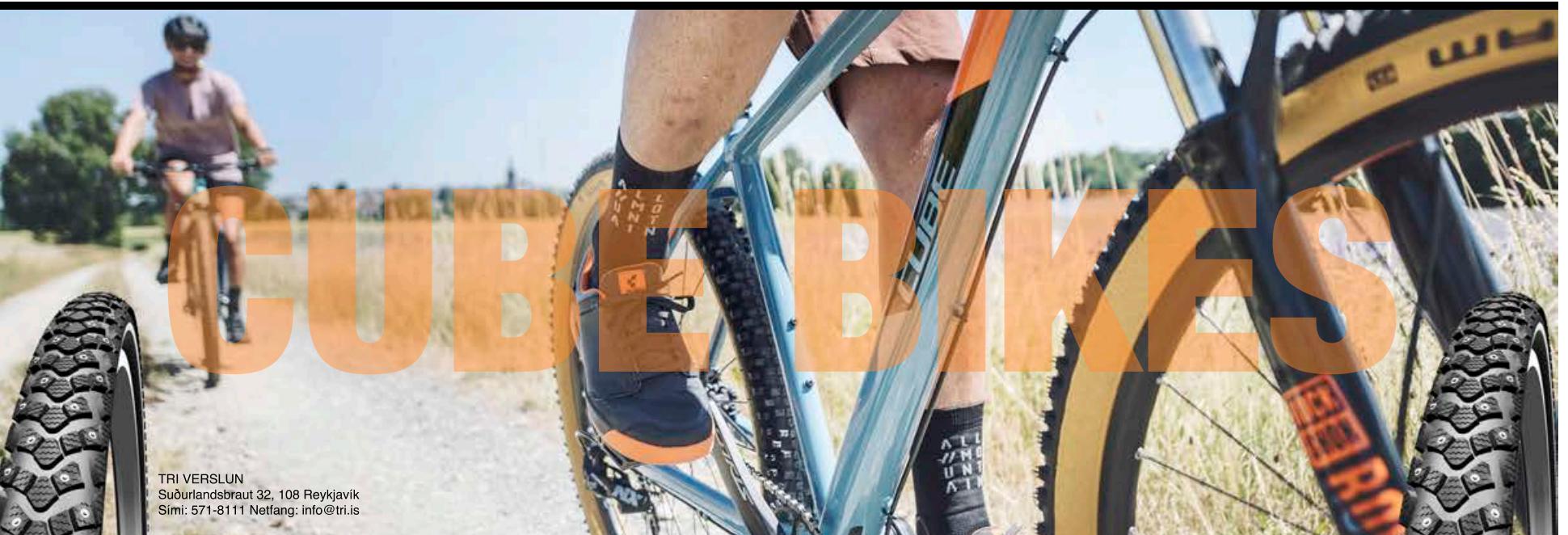
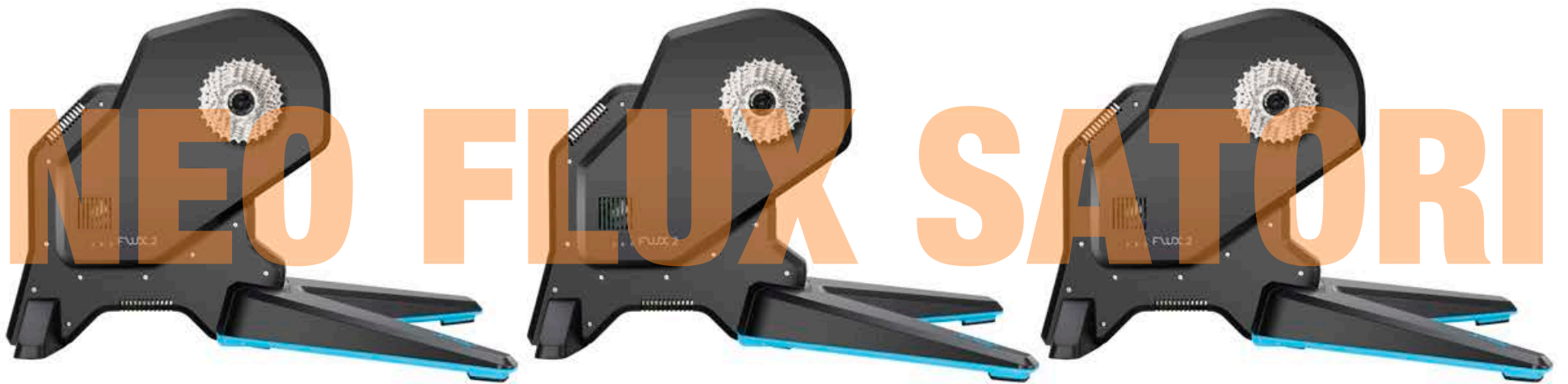
ÚTSALA

- allt að 70% afsláttur -



WWW.TRI.IS

Sendingakostnaður fellur niður ef
verslað er fyrir **10.000kr** eða meira*



TRI VERSLUN
Suðurlandsbraut 32, 108 Reykjavík
Sími: 571-8111 Netfang: info@tri.is

SPORTVER Akureyri

Vaskur Egilsstaðir

Verzlunin er opin:
Alla virka daga kl. 10:00 til 18:00
Laugardaga kl. 11:00 til 15:00

ÚTSALAN ER HAFIN
30-50% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM ÚTSÖLUVÖRUM



NETVERSLUN WWW.BELLADONNA.IS

Verzlunin Belladonna

belladonna



Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

ÚTSALAN ER HAFIN
30-50% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM ÚTSÖLUVÖRUM



NETVERSLUN WWW.TISKUHUS.IS

My
Style



tískuhús

my style



Holtasmára 1
201 Kópavogur
(Hjartaverndarhúsið)
Sími 571 5464

HLAÐVARPIÐ

á frettabladid.is
hlustaðu þegar þér hentar



(••) Bíóvarpið

FRETTABLAÐID.IS



Einna mest áberandi við útlit Smiths er hárið sem stendur í allar áttir og minnir helst á úfinn köngulóarvef.

Drungaleg ásýnd

Robert Smith, forsprakki hinnar ódauðlegu ensku hljómsveitar The Cure, er þekktur fyrir sérstakan klæðaburð.

Hjördís Erna

Þorgeirsdóttir

hjordiserana@frettabladid.is



Hljómsveitin kom fram á sjónarsviðið seinni hluta áttunda áratugarins, gaf út sína fyrstu breiðskifu árið 1979, og varð fljótlega þekkt sem ein af helstu síðpónks- og nýbylgjusveitum þess tíma. Myrkrið og angurværðin sem sveif yfir vötnum á annarri breiðskifu hljómsveitarinnar, Seventeen Seconds, varð svo til þess að sveitin varð fljótlega, og er enn, talin hálfgerður tákngerv-ingur gotneska rokksins og þess menningarkima sem skapaðist í kringum það.

Skuggalegar vinsældir

Skömmu fyrir útgáfu Pornography, fjórðu breiðskifu hljómsveitarinnar sem var enn drungalegri en fyrri plötur, árið 1982, fór útlit Smiths og annarra meðlima að taka á sig þá sérstæðu mynd sem þykir einkennandi og er löngu orðin samofin ímynd hljómsveitarinnar.

Í kjölfar Pornography fóru vinsældir sveitarinnar vaxandi, vonleysið vék fyrir viðmótsþýðara andrúmslofti, tónlistin varð poppadri og fór sveitin að gefa út hvern slagarann á fætur öðrum. Segja má að sveitin hafi notið umtalsverðra vinsælda um allar götur síðan, þó að tónlistarlegur hápunktur sveitarinnar hvað almennar vinsældir snertir hafi óneitanlega verið snemma á níunda áratugnum fram til byrjunar tíunda áratugarins. Þó er vert að taka fram að drunginn var að vissu leyti endurvakinn á plötunni Disintegration sem kom út árið 1989. Sveitin hefur þó enn ekki sagt skilið við gotneskt útlitið en komið hefur fram í viðtölum við Smith að hann máli sig ekki almennt um þessar mundir nema um viðburði sé að ræða.

Túperuð tilþrif

Það sem var og er einna mest áberandi við útlit Smiths er kolsvart hárið sem stendur út í allar áttir og minnir helst á úfinn köngulóarvef. Þá er hann vanalega hvítmálaður í framan, svartmálaður um augun og með blóðrauðan varalit klíndan á og í kringum varirnar, því kámugri, því betri. Hvað fatnað varðar, er hann þekktur



Útlitið og klæðaburðurinn er fyrst og fremst afurð leikrænnar tjáningar en sveitin hefur alla tíð lagt ríka áherslu á sjónræna þáttinn. NORDICHPOTOS/GETTY



Stutthærður Smith.

fyrir að klæðast gjarnan víðum, síðum bolum og skyrtum ásamt dökkum gallabuxum og strigaskóm. Þá ber hann einnig gjarnan perlufestar.

Smith hefur þó sagt í viðtölum að þrátt fyrir að vera eins konar tákmynd og einn helsti áhrifa-valdur gota (e. goths) hafi hann sjálfur aldrei litið, hvorki á sjálfan sig né hljómsveitina, sem slíka. Útlitið og klæðaburðurinn sé fyrst og fremst afurð leikrænnar



Jakkafataklæddur Smith.

tjáningar, en sveitin hefur alla tíð lagt ríka áherslu á sjónræna þáttinn, eins og sjá má og njóta í fjölda stórskemmtilegra myndbanda sem hún gaf út á sínum gullárum.

Hvað sem því líður, þá er óhætt að fullyrða að það er hægara sagt en gert að skilgreina þessa fjölbreyttu hljómsveit sem á sér engan sinn líka, hvort sem um ræðir hljómsveitarinnar eða útlit. Leyfum myndunum að tala sínu máli.

Smáauglýsingar

550 5055

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

Bílar & Farartæki

Aukahlutir í bíla



Demparar
- Styrkur
- Ending

Fyrir:

- Fólksbíla
- Jeppa
- Vörubíla
- Flutningabíla
- Rútur



Vesturhrauni 3, 210 Garðabæ,
Sími: 480 0000, www.afvelar.is

Þjónusta

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. ofl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaelis. S. 894 4560 www.flytja.is

Bókhald

BK BÓKHALD EHF.

Ég tek að mér ráðgjöf og bókhald fyrir lítil fyrirtæki og einstaklinga. Fjárhagsbókhald, Vsk uppgjör, launabókhald, ársreikningagerð, skattframtöl ofl.

Vinsamlegast hafið samband í tölvupósti bjorn@bkbokhald.is eða síma 858 6565

Alhliða bókhaldsþjónusta, VSK, Laun, Gott verð, góð þjónusta. KH bókhald sími 623 2843.

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

Málara

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

Nudd

NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Spádómar

Spái í spil, ræð drauma, tek líka fólki heim. Tímabantanir. S. 891 8727. Stella. Geymið auglýsinguna.

Heilsa

Nudd

Nuddstofan, opið frá 10-19. Einnig um helgar S. 832 8863.

Keypt & Selt

Til sölu



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

Húsnæði

Atvinnuhúsnæði

FRÍSTUNDABIL.

TIL LEIGU EDA SÖLU 50 m² bil. Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m. Lager eða geymsla. Leiga: 99 þús. Facebook: Steinhella 14. Sími: 661-6800

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

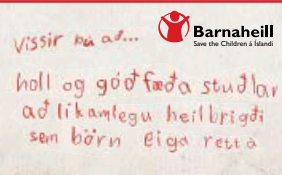
Atvinna

Atvinna í boði

Bilstjóri óskast á sendibíl, meirapróf ekki nauðsynlegt, íslenskukunnátta, hreint sakavottorð. Uppl. s:8999288

VÉLVIRKI EDA VANUR MAÐUR ÓSKAST

Álheimar óskar eftir að ráða vélvirkja, bifvélaþvirkja eða vanan mann í málmsmiði / vélavinnu. Fjölbreytt framtíðarstarf, góð vinnuaðstaða. Uppl. í s. 869 1122, efnir@efnir.is www.alheimar.is



intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta

Auglýst eftir umsóknum og skráningum í Ljósvakasjóð

Rithöfundasamband Íslands auglýsir eftir umsóknum um greiðslur úr Ljósvakasjóði. Rétt til úthlutunar eiga handritshöfundar, leikskáld, rithöfundar, þýðendur og aðrir höfundar og þýðendur leikins efnis og annarra skáldverka, sem flutt (frumflutningur og endurflutningur) hafa verið í hljóð- eða sjónvarpi árið 2018. Úthlutun vegna 2019 verður auglýst síðar.

Sótt er um á rafrænum eyðublöðum á heimasíðu Rithöfundasambandsins: <https://rsi.is/ljosvakasjodur/> - Þeir sem þegar eru skráðir hjá sjóðnum þurfa ekki að skrá sig aftur en munu fá yfirlit yfir flutt efni 2018 til staðfestingar áður en úthlutað er.

Skráningar og umsóknir skulu berast fyrir 30. janúar 2020. Ekki er tekið við umsóknum eftir þann tíma.

Nýskráningar vegna greiðslna vegna útlána á bókasöfnum

Af árlegri fjárveitingu Alþingis fyrir afnot á bókasöfnum er úthlutað til rithöfunda, þýðenda, myndhöfunda og annarra rétthafa, samkvæmt útlánunum og afnotum verka þeirra á bókasöfnum. Um úthlutun gilda lög nr. 91/2007 með síðari breytingum og reglur nr. 323/2008.

Til að öðlast rétt til úthlutunar úr sjóðnum þurfa höfundar og rétthafar að sækja um á sérstökum eyðublöðum sem finna má á heimasíðu, <https://rsi.is/bokasafnagreiðslur/umsoknareydublad/>

Umsóknarfrestur er til 31. janúar

Vakin er athygli á að þeir sem nú þegar hafa skilað skráningu þurfa EKKI að skrá sig aftur. Ný verk eru sjálfkrafa færð á skrá höfundar.

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðapjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðapjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

VIÐHALD FYRIR HÚSFÉLÖG

ER KOMINN TÍMI Á VIÐHALD?

- Gluggar og gler
- Inni- og útihurðir
- Rennur og niðurföll
- Klæðningar
- Svalalokanir
- Þök og þakkantar



HAFÐU SAMBAND
8 59 59 00 | hushus@hushus.is | www.hushus.is

Veldu skipulag og fáðu betri þjónustu. Erum byrjuð að bóka á 2020.

Öryggismyndavél fyrir sumarbústað og heimili.

Tekur venjulegt GSM SIM kort, Hægt að panta mynd eða hlusta svæði. SMS og MMS viðvörn í síma og netfang. Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist. Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara. Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl. Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn. Getur tengst blikkjóni og sírenu. Stýrist með appi.



Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir.is

Geymsluskúrar / gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og búrústál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

EYJALIND

Sæti og varahlutir í
- Lyftara
- Vinnuvélar
- Vörubíla
- Bátar



Vertu vinur okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARFET ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?



HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Snyrti & Nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 - 210 Garðabæ

- Andlitsbað, litun og plokkun
- Tilboð 9.500,-
- Meðferð tekur 60 mín

Verið hjartanlega velkomin.
Tímabantanir í s. 789 3031 • snyrtiognuddstofansmart@gmail.com og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart



ER BÍLSÆTID RIFIÐ ?



Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótórhjóla og snjósléðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.

Formbólstrun

Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is



Dáleiðsla

Hætta að reykja, betri svefn, léttast/þyngjast, og láta sér líða betur á margan annan máta.

Ingibjörg Bernhöft hjúkrunarfr. og dáleiðslukennari

www.bernhofthof.is s. 864 2627 • bernhofthof@gmail.com

Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is

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

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

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

www.stra.is



Til hvers að auglýsa ?

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

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

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

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



Fullt af öflugum sölufólki!



Mikkel Hansen hefur farið fyrir gullaldarliði Dana sem hefur unnið æði marga titla og gætu Danir enn bætt við titlasafnið á næstu árum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Annarra að stöðva Danina

Evrópumótið í handbolta í karlaflokki hefst í dag. Danska liðið þykir sigurstranglegt og eygir afrek sem aðeins Frökkum hefur tekist að ná, að vera handhafi þriggja stærstu titlanna í handbolta á sama tíma.

HANDBOLTI Evrópumótið í handbolta hefst í 26. sinn í dag og fer það fram í fyrsta sinn í þremur löndum, Austurríki, Noregi og Svíþjóð. Ísland er meðal þátttakenda í ellefta skiptið í röð og hefur leik á laugardaginn þegar Strákarnir okkar mæta Dönnum í Malmö. Danir þykja sigurstranglegir í aðdraganda móts sem ríkjandi heims- og Ólympíumeistarar og þá gætu Svíþjóð og Noregur farið langt á þessu móti. Líklegt er þó að ríkjandi Evrópumeistarar Spánverja og þrefaldir Evrópumeistarar Frakka munu veita Dönnum

mesta samkeppni um titlinn eftir sóttá þetta árið.

Reyna að jafna afrek Frakka
Danska landsliðið í handbolta er handhafi Ólympíugullssins og heimsmeistaratitilsins eftir að hafa unnið HM í heimahögum sínum á síðasta ári. Danska liðið vantar því aðeins Evrópumeistaratitilinn til að vera handhafi allra þriggja stærstu titlanna á sama tíma fyrir Ólympíuleikana sem fara fram á ný í sumar.

Skandinaviþjóðir hafa átt góðu gengi að fagna á EM í gegnum

» Svíar eru sigursælasta þjóðin á EM frá upphafi með 4 meistaratitla. Frakkar (3) geta jafnað það met í ár.

tíðina. Svíar réðu lögum og lofum fyrstu ár keppinnar og unnu fjórum sinnum í fimm tilraunum, aðeins Rússum (1996) tókst að stöðva hið godsagnakennda sænska lið. Síðan þá hafa Frakkar (2006, 2010 og 2014), Þjóðverjar (2004, 2016), Danir (2008 og 2012) og ríkjandi Evrópumeistarar Spánverja unnið titilinn.

Til þessa hefur aðeins franska landsliðinu tekist að vera handhafi allra þriggja stærstu titlanna í handbolta. Frakkar unnu alla þá titla sem í boði voru frá því að þeir höfðu betur gegn Íslandi í úrslitaleiknum í Peking árið 2008 þar til á Evrópumótinu 2012 þegar Danir stöðvuðu sigurgöngu Frakka á EM í Serbíu.

Svíþjóð var hársbreidd frá því að ná þessu fyrst árið 2000 en þurfti að horfa á eftir gullverðlaununum til Rússa í úrslitaleiknum á Ólympíuleikunum í Sydney.

kristinnpall@frettabladid.is



Guðjón er að fara á sitt 22. stórmót með Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/PÓRSTEINN

Heldur áfram að bæta eigið met

HANDBOLTI Guðjón Valur Sigurðsson, fyrirlíði íslenska liðsins, er að fara á sitt 11. Evrópumót í röð en hann er eini leikmaðurinn sem hefur tekið þátt í öllum Evrópumótunum á þessari öld. Guðjón Valur fór á sitt fyrsta Evrópumót árið 2000 og hefur verið þátttakandi á öllum mótunum síðan.

Þessi frábæri vinstri hornamaður hefur leikið 52 leiki á þessum 11 mótum og skorað 270 mörk sem gerir hann að markahæsta leikmanni í sögu mótsins.

Níkola Karabatic, leikmaður franska liðsins, sem leikur með Guðjóni Vali hjá PSG fylgir fast á hæla honum með 256 mörk og annar samherji þeirra hjá franska stórveldinu, Daninn Mikkel Hansen, kemur þar á eftir með 194 mörk. – hó

Getur brotið blað í sögunni

HANDBOLTI Didier Dinart, fyrrverandi varnartröll franska liðsins og núverandi þjálfari liðsins, getur orðið sá fyrsti til þess að verða Evrópumeistari bæði sem leikmaður og þjálfari í karlaflokki. Dinart varð Evrópumeistari sem leikmaður með Frakklandi árin 2006 og 2010.

Auk þessara tveggja titla varð hann heimsmeistari 2001, 2009 og 2011 og Ólympíumeistari tvisvar sinnum í Peking árið 2008 og London 2012.

Dinart tók við stjórnartaunum hjá franska liðinu haustið 2016 og stýrði liðinu til sigurs á heimsmeistaramótinu á heimavelli í upphafi ársins 2017.

Þá varð liðið í þriðja sæti á Evrópumótinu árið 2018 og vann bronsverðlaun á heimsmeistaramótinu á síðasta móti.

– hó



Eyjamaður við stýrið hjá hollenska landsliðinu

HANDBOLTI Eyjamaðurinn Erlingur Richardsson mun stýra liði Hollands í fyrsta leik karlaliðs Hollands á Evrópumóti í kvöld þegar það mætir tvöföldum Evrópumeisturum Þýskalands í Brándheimi. Þetta verður í fyrsta sinn sem karlalið Hollands tekur þátt í stórmóti í handbolta síðan Holland lenti í 11. sæti á HM í Þýskalandi 1961. Erlingur tók við liðinu fyrir þremur árum en hann hafði áður stýrt liði Fúchse Berlin í Þýskalandi, West Wien, kvenna- og karlaliði HK, kvennaliði Vals, kvennaliði ÍBV og nú karlaliði ÍBV í annað sinn á ferlinum.

Handbolti hefur verið á uppleið í Hollandi en til þessa hefur kvennalandslið Hollands farið fyrir þeirri uppbyggingu. Undanfarin ár hefur hollenska kvennalandsliðið verið með þeim fremstu í heiminum og kórónuðu þær uppgang sinn með fyrsta titli sínum í desember síðastliðnum þegar liðið vann til gullverðlauna á heimsmeistaramótinu sem fór fram í Japan.



Lærissveinar Erlings eru að fara í erfitt próf. NORDICPHOTOS/GETTY

» Hollenska liðið er eitt fjögurra liða sem eru að þreyta frumraun sína á EM.

Hollenska liðið er eitt fjögurra liða sem eru nýliðar á Evrópumótinu ásamt Bosníu Hersegóvinu, Lettlandi og Portúgal. Holland er í riðli með Lettlandi en fær heldur erfiðari andstæðinga í formi Þjóðverja og ríkjandi Evrópumeistara Spánverja í hinum tveimur leikjunum í riðlakeppninni. Það er því hæpið að sjá að Erlingur nái að koma liðinu lengra en í riðlakeppnina að svo stöddu en honum tókst að brjóta ísinn.

Leikmenn hollenska liðsins leika nokkrir í heimalandinu, tveir í Belgíu, sex í Þýskalandi og í Póllandi, Frakklandi og Danmörku og mun eflaust mikið mæða á Luc Steins,

leikmann Toulouse, við að bera uppi sóknarleik liðsins. Þessi öflugri miðjamaður sem er rétt rúmlega 1,7 metrar á hæð er öflugur í návigjum og útsjónarsamur. Þá verður áhuga-vert að fylgjast með hinum nítján ára Niels Versteijnen sem er samningsbundinn þýska stórveldinu Flensburg.

Erlingur verður ekki eini íslenski þjálfari á mótinu sem stýrir öðru liði en því íslenska því Kristján Andrésson mun stýra sænska liðinu á heimavelli. Kristján tók við sænska liðinu á haustdögum 2016 og er því að fara á sitt annað Evrópumót og fjórða stórmót með sænska landsliðið en jafnframt það síðasta. Kristján lætur af störfum með sænska liðið að mótinu loknu til þess að einbeita sér að starfi sínu sem þjálfari þýska liðsins Rhein-Neckar Löwen. Undir stjórn Kristjáns komst sænska liðið í úrslitaleikinn fyrir tveimur árum en þurfti að lúta í gras gegn Spánverjum í úrslitaleiknum. – kpt

TÍMAMÓT

Merkisatburðir

1793 Jean-Pierre Blanchard verður fyrstur til að fljúga yfir Bandaríkin í loftbelg.

1799 Básendaflóðið veldur stórtjóni um öll Suðurnes. Básenda á Miðnesi tekur af.

1857 Jarðskjálfti, sem talinn er vera 7,9 stig á Richter-kvarða, verður í Kaliforníu.

1863 Rekstur neðanjarðarlesterkerfis Lundúna hefst.

1935 Lög um aldurshámark opinberra starfsmanna og embættismanna eru sett.

1964 Tunnuverksmiðjan á Siglufirði eyðileggst í bruna og 40 manns verða atvinnulausir.

1972 Stærsta farþegaskip heims, Queen Elizabeth, brennur og sekkur í höfninni í Hong Kong.

1979 Sænska hljómsveitin ABBA flytur lagið „Chiquitita“ á góðgerðartónleikunum Music for UNICEF í tilefni af ári barnsins í New York-borg.

1982 Fyrsta uppfærsla Íslensku óperunnar í Gamla bíói, Sígaunabaránninn, er frumsýnd.

1986 Hafliði Hallgrímsson hlýtur tónskáldaverðlaun Norðurlandaráðs fyrir verk sitt Poemi.



Baðstofumeningin lifir

Nákvæmlega 190 ár verða frá síðustu aftöku á Íslandi 12. janúar þegar Magnús Ólafsson á Sveinsstöðum verður með sögustund um atburðinn í Landnámssetrinu í Borgarnesi.

Söguloftið í Landnámssetrinu er svipað og baðstofa, ég verð þar eins og gestur og segi fólki sögu,“ segir Magnús Ólafsson, fyrrverandi bóndi á Sveinsstöðum í Húnavatnssýslu. Hann mun rifja upp síðustu aftöku Íslands-sögunnar á Söguloftinu næsta sunnudag, 12. janúar, og hefja frásögnina klukkan 14. Þá verða liðin 190 ár, upp á minútu, frá því þau Agnes Magnúsdóttir og Friðrik Sigurðsson létu lifið á höggstokki í Vatnsdalshólunum 12. janúar 1730. Þau höfðu verið fundin sek um morð á Natani Ketilssyni, bónda á Illugastöðum, og Péttri Jónssyni sem var gestkomandi á bænum. Sögustundin nefnist Öxin – Agnes og Friðrik.

„Það er mikið búið að skrifa um þennan atburð og ég mun styðjast við málskjöl og fleira. En margir vinklar eru á sögunni,“ segir Magnús íbygginn um nálgun sína að þessari orlagasögu sem hann gjörþekkir.

Aftakan fór fram í landi Sveinsstaða, þar sem Magnús ólst upp og bjó síðar. „Ég hef átt margt sporið um þessar slóðir enda gekk búfenaðurinn okkar þar sem Þristapar eru. Faðir minn og afi komu báðir að því, árið 1934, að flytja líkamsleifar sakafólksins í vígða mold og það var mikið drama í kringum það.



„Það eru margir vinklar á sögunni,“ segir Magnús um síðustu aftökuna á Íslandi.

Ég hef átt margt sporið um þessar slóðir enda gekk búfenaðurinn okkar þar sem Þristapar eru.

Magnús hefur á undanförunum árum farið með gesti í hestaferðir um sögu svið Illugastaðamorðanna og sagt söguna þar sem atburðirnir gerðust. „Að standa á Þristöpum með hópi fólks sem hefur áhuga á þessari sögu er stórkostlegt,“ segir hann. „Það er hægt að benda á svo margt.“ gun@frettabladid.is



Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærs eiginmanns, föður, tengdafaður og afa,

Jónasar Ragnars Guðmundssonar

prentara,
Hraunteigi 11, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks Mánateigs á Hrafnistu í Reykjavík fyrir hlýhug og góða umönnun.

Margrét Jónsdóttir

Guðmundur Jónasson **Hanna Ingibjörg Birgisdóttir**
Martha Jónsdóttir **Ástvaldur Óskarsson**
Grétar Jónasson

og barnabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Ágústa Jóna Jónsdóttir

sjúkraliði,

lést þann 3. janúar
á líknardeildinni í Kópavogi.
Útförin fer fram frá Selfosskirkju,
föstudaginn 10. janúar klukkan 14.00.

Fyrir hönd aðstandenda,

Áslaug Sara Hreiðarsdóttir **Davíð Alexander Östergaard**
Berglind Hreiðarsdóttir **Hillevi Högström**
Hermann Hreiðarsson **Alexandra Fanney Jóhannsdóttir**
Hjörleifur Jón Steinsson **Karítas Þórisdóttir**
Jónas Örn Hreiðarsson **Elisabet Rut Sigmarsdóttir**
Ólóf Hreiðarsdóttir Björkás **Ketil Björkás**



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Bjarney Sigurðardóttir

frá Seyðisfirði,
Hæðargarði 29, Reykjavík,

lést á Landspítalanum Fossvogi,
fimmtudaginn 19. desember sl.

Útförin fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 10. janúar kl. 13.00. Sérstakar þakkir til starfsfólks B4, LSH Fossvogi, fyrir hlýhug og góða umönnun. Blóm og kransar afþakkaðir, en þeim sem vildu minnst hennar er bent á MS félagið.

Rannveig Jónína Ásbjörnsdóttir **Stefán Carlsson**
Björn Eyberg Ásbjörnsson **Valgerður Sveinsdóttir**
Fanney Björk Ásbjörnsdóttir **Tómas Jóhannesson**
Ester Ásbjörnsdóttir **Einar Egilsson**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðlaug Þórðardóttir

lést á hjúkrunarheimili Hrafnistu
Boðabíngi í Kópavogi þann 6. janúar.
Útförin fer fram frá Lindakirkju í Kópavogi
mánudaginn 13. janúar kl. 13.00.

Ólóf Egilsdóttir
Björn Þór Egilsson
Magnús Egilsson
Guðný Egilsdóttir

barnabörn og barnabarnabörn.

Kare Blaaflat
Hólmfríður Sígúsdóttir
Berglind Ármannsdóttir
Árni Þór Árnason



Áður auglýst útför

Tómasar B. Guðmundssonar

Lýsbergi 13,
Þorlákshöfn,

að Kotstrandarkirkju í Ölfusi, sem vera
átti fimmtudaginn 9. janúar, er frestað til
föstudagsins 10. janúar kl. 16.

Pálína I. Tómasdóttir
Sigríður Tómasdóttir
Víðir Tómasson
Guðmundur Smári
Tómasson

Ragnheiður Tómasdóttir **Sigríður Ósk Zoëga Sigurðardóttir**
J. Brynja Tómasdóttir **Brynjólfur Magnússon**
Helgi Helgason
og fjölskyldur.

Sigurjón Bergsson
Árni I. Sigvaldason
Elisabet Guðmundsdóttir



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Sigurgeir Stefán Júlíusson

Hrisey,

lést á sjúkrahúsinu á Akureyri
laugardaginn 4. janúar síðastliðinn eftir
skammvinn veikindi. Útförin fer fram frá
Hriseyjarkirkju laugardaginn 18. janúar kl. 14.00.

Stefán Jón Heiðarsson
Heimir Sigurgeirsson
Lovísa María Sigurgeirsdóttir
Guðbjörg Sigurgeirsdóttir

Sigríður Gunnarsdóttir
Gunnhildur Sigurjónsd.
Einar Arngrímsson
Sturla Þengilsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Friðjón Jóhannsson

sjómaður,

lést á heimili sínu
fimmtudaginn 2. janúar.
Útför hans fer fram frá
Hafnarfjarðarkirkju þriðjudaginn
14. janúar kl. 13.00.

Davíð Friðjónsson

Vala Rut Sjafnar-Friðjónsdóttir **Kolbrún Sif Marinósdóttir**
Ólafur Magnús Ólafsson
Aldís Ósk Davíðsdóttir
Jóhann Kári Davíðsson
Arney Sjöfn Davíðsdóttir
Davíð Leó Ólafsson
Hákon Valur Ólafsson



Okkar ástkæri,

Jakob Unnar Bjarnason

lést 5. janúar sl. á Landspítalanum
Fossvogi. Útför hans fer fram
miðvikudaginn 15. janúar frá
Kópavogskirkju og hefst kl. 13.00.

F.h. ættingja og annarra vandamanna,

Bent Bjarnason

Anna Þórdís Bjarnadóttir

Helga Helgadóttir

Stefán R. Jónsson



Ástvinur minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Guðjón Traustason

vélvirkjameistari,
frá Vestmannaeyjum,

andaðist 4. janúar.

Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju,
mánudaginn 13. janúar kl. 13.00.
Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem
vilja minnst hans er bent á Ljósið.

Sigríður Sverrisdóttir

Sigríður H. Guðjónsdóttir

Trausti Guðjónsson

Erlendur R. Guðjónsson

Elsa Gunnarsdóttir

afabörn og langafabörn.

Ágúst Ólason

Lísa María Karlsdóttir

Guðfinna B. Sigvaldadóttir

Jakob Kristjánsson

afabörn og langafabörn.

VERSLAÐU COCA-COLA Í NETVERSLUN NETTÓ OG ÞÚ GÆTIR UNNIÐ FERÐ Á ENSKA BOLTANN.

LEIKURINN STENDUR YFIR MILLI 8.-22. JANÚAR

nettó

Kjúklingabringur
Danpo - 900gr

1.259 KR/PK

ÁÐUR: 1.799 KR/PK

-30%



Grísagúllas
Kjötborð

1.259 KR/KG

ÁÐUR: 1.799 KR/KG



Grísalund
Kjötborð

1.609 KR/KG

ÁÐUR: 2.299 KR/KG



Lambabógur
Kjötborð

890 KR/KG

ÁÐUR: 1.099 KR/KG



Croissant
með skinku og osti

135 KR/STK

ÁÐUR: 269 KR/STK

**VALDAR VÖRUR FRÁ SANTA
MARIA Á 20% AFSLÆTTI!**



Ristorante pizzur

419 KR/PK

ÁÐUR: 469 KR/PK



Skjaldbakan
Ketó eða Margarita - 9" Pizza

989 KR/PK

ÁÐUR: 1.498 KR/PK



Lime

489 KR/KG

ÁÐUR: 698 KR/KG

Sítrónur

251 KR/KG

ÁÐUR: 359 KR/KG

-30%

**VERSLAÐU Á NETINU
www.netto.is**

Tilboðin gilda 9. - 12. janúar

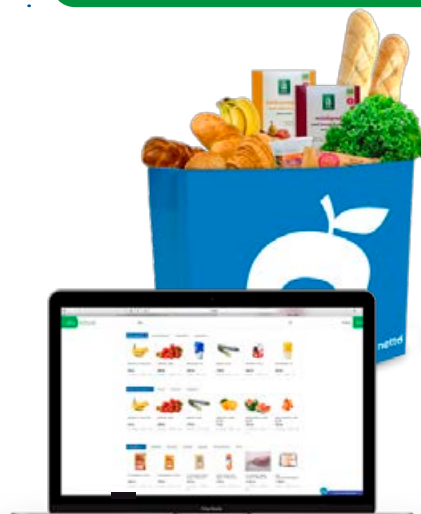
Tilboðin gilda meðan birgðir endast.
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

**ÓDÝRAST Á NETINU
Í VEFVERSLUN NETTÓ***

*Skv. könnun Fréttablaðsins

nettó

Lægra verð - léttari innkaup



ÚTSALA

ER BYRJUÐ Í TÖLVUTEK • ALLT AÐ

ALLT AÐ 50.000 AFSLÁTTUR
Af yfir 300 fartölvum

32" QHD LENOVO SKJÁR 34.995
Verð áður 69.990

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR
Af yfir 100 tölvuskjám

ALLT AÐ 50.000 AFSLÁTTUR
Af yfir 100 leikjatumum

75% AFSLÁTTUR
1 STK Á MANN

FERÐA RAFHLAÐA 997
Verð áður 3.990

ALLT AÐ 20% AFSLÁTTUR
Af spjaldtölvum

ALLT AÐ 20% AFSLÁTTUR
Af prenturum

ALLT AÐ 20% AFSLÁTTUR
Af skjá kortum og móðurborðum

ALLT AÐ 40% AFSLÁTTUR
Af OnePlus sýningar-eintökum

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR
Af lykklaborðum og músum

9. janúar 2020 • Tílið gilda 2-31. janúar eða meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttavillur og myndabreytingar.

Opnunartími
10-18 virka daga
11-16 laugardaga



Reykjavík • Mörkin 3 • 563 6900
Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

ÁRSINS

75% AFSLÁTTUR AF YFIR 1000 VÖRUM



50%
AFSLÁTTUR
1 STK Á MANN

Mi BAND 4
HEILSUUR

4.995
Verð áður 9.990



60%
AFSLÁTTUR
1 STK Á MANN

MAGNAÐ
LEIKJASETT

3.996
Verð áður 9.990



20%
AFSLÁTTUR

Af öllum heilsu- og
snjallúrum



50%
AFSLÁTTUR
1 STK Á MANN

PRÁÐLAUS
HEYRNARTÓL

1.745
Verð áður 3.490



ALLT AÐ
50%
AFSLÁTTUR
Afrátölurum!
Ótrúlegt úrval



ALLT AÐ
75%
AFSLÁTTUR
Afráttólum!
Ótrúlegt úrval



ALLT AÐ
75%
AFSLÁTTUR
Afráttólum!
Ótrúlegt úrval



ALLT AÐ
75%
AFSLÁTTUR
Afráttólum!
Ótrúlegt úrval



ALLT AÐ
50%
AFSLÁTTUR
Afráttólum!
Ótrúlegt úrval

SENDUM FRÍTT
Um land allt allar
vörur allt að 10 kg.



TÖLVUTEK

Reykjavík • Mörkin 3 • 563 6900
Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Fimmtudagur

Reykjavík

 0 | 16
 °C | °C

Ísafjörður

 -7 | 18
 °C | °C

Akureyri

 -2 | 11
 °C | °C

Egilsstaðir

 -2 | 6
 °C | °C

Kirkjubæjarkl

 -1 | 13
 °C | °C

Hveravellir

 -8 | 16
 °C | °C

Suðvestan hvassviðri eða stormur og talsverður eljagangur í dag, en hægari og bjart veður um landið austanvert. Frost 0 til 7 stig.

Föstudagur

Reykjavík

 2 | 9
 °C | °C

Ísafjörður

 -6 | 1
 °C | °C

Akureyri

 -1 | 3
 °C | °C

Egilsstaðir

 1 | 5
 °C | °C

Kirkjubæjarkl

 4 | 11
 °C | °C

Hveravellir

 -4 | 8
 °C | °C

Laugardagur

Reykjavík

 0 | 5
 °C | °C

Ísafjörður

 -4 | 5
 °C | °C

Akureyri

 -2 | 2
 °C | °C

Egilsstaðir

 -2 | 2
 °C | °C

Kirkjubæjarkl

 1 | 4
 °C | °C

Hveravellir

 -4 | 7
 °C | °C

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT

- Kjass
- Kjag
- Áþján
- Samhæfa
- Próftitill
- Gegnsær
- Kunngerá
- Ýkja
- Sælingdýr
- Skína

LÓDRÉTT

- Athafnasemi
- Djúpmæla
- Stafur
- Úræð
- Ílát
- Dugur
- Tágar
- Albúinn
- Vafi

1	2	3		4	
5				6	7
8			9		
10				11	
13	14				
15				16	
	17				

LÁRÉTT: 1. framtak, 2. lóða, 3. ell, 4. sogæð, 7. karfa, 9. atorka, 12. bast, 14. fus, 16. ef.
 LÓDRÉTT: 1. framtak, 2. lóða, 3. ell, 4. sogæð, 7. karfa, 9. atorka, 12. bast, 14. fus, 16. ef.

Skák Gunnar Björnsson

Antons átti leik gegn Kijk í Tallinn árið 1982.

- Hd2!! Dxd2 2. Hxg7+ Kh8
- Hh7+! Kxh7 4. Dxf7+ Kh8 5. Dg7# 1-0.

www.skak.is: Nýjustu skákfréttir.

Hvítur á leik



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

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

Geljan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Lífid STÓRSKEMMTILEGT drukkumall FYRIR BÖRN FRÁ 3 ÁRA OG UPPÚR!

SÝNINGIN SEM HEFUR FARIÐ SIGURFÖR UM HEIMINN SNÝR AFTUR Í TJARNARBÍÓ!

ALLRA STÖÐUSTU SÝNINGAR!

LAU.	01. FEB	KL. 13 ⁰⁰
LAU.	29. FEB	KL. 13 ⁰⁰
LAU.	14. MAR	KL. 13 ⁰⁰

„ÞAD ER ALLT FALLEGT VIÐ ÞESSA SÝNINGU. ALLAR STJÖRNURNAR Í HÚSINU!“ - G.S.E. DJÖFLAEYJAN

„LÍFIÐ ER YNDISLEG SÝNING!“ - S.B.H. MORGUNBLAÐIÐ

BARNASÝNING ÁRSINS 2015!

MÍÐASALA Á TIX.IS OG Í TJARNARBÍÓ 1 FINGUR TJARNARBÍÓ

ÚTSALAN ER HAFIN

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR



CLEO HORNSÓFI
Stærð: 279X190cm
ÚTSÖLUVERÐ: 196.000,-



CALYPSO LEDURHORNSÓFI
Stærð: 270X210cm
ÚTSÖLUVERÐ: 335.750,-



MAXWELL TUNGUSÓFI
Stærð: 290X173cm
ÚTSÖLUVERÐ: 177.000,-



JERSEY HORNSÓFI
Stærð: 288X190cm
ÚTSÖLUVERÐ: 211.650,-



CONNOR STÓLL
ÚTSÖLUVERÐ: 22.950,-



DELTA STÓLL
ÚTSÖLUVERÐ: 16.915,-



TWIST STÓLL
ÚTSÖLUVERÐ: 12.530,-



OPAL STÓLL
ÚTSÖLUVERÐ: 11.830,-

NOTTINGHAM STÆKKANLEGT BORD
Stærð: 200(300)X100cm
ÚTSÖLUVERÐ: 186.150,-



SJÓNVARPSSKENKUR
Hvítt háglans
Breidd: 180cm
ÚTSÖLUVERÐ: 97.425,-



MARMARA SÓFABORD
BLACK MARQUINA
Stærð: 89X89cm
ÚTSÖLUVERÐ: 53.600,-





Hrönn og Ása í upplifunargir í bíóinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Mikilvæg og stórkostleg viðbót

Partí-myndir, ódauðleg klassík og kvikmyndahátíðir á dagskrá Bíó Paradísar á nýju ári. Hrönn Sveinsdóttir framkvæmdastjóri og Ása Baldursdóttir dagskrárstjóri hafa breikkað hóp gesta.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Bíó Paradís hefur nýtt ár þar sem fjölmargt bitastætt er að finna fyrir hina kvikmyndaglóðu. Bládamáður hitti Hrönn Sveinsdóttur framkvæmdastjóra og Ásu Baldursdóttir dagskrárstjóra og forvitnaðist um það helsta sem er á dagskrá.

Talið berst fyrst að hlutverki hüssins. „Bíó Paradís er eina listræna kvikmyndahús landsins. Við erum að veita almennings aðgang að kvikmyndamenningu og sýnum allt það sem hin kvikmyndahúsin eru ekki að sýna. Flestar kvikmyndir sem sýndar eru í kvikmyndahúsum á Íslandi koma frá Hollywood og þar af leiðandi er Bíó Paradís mikilvæg og stórkostleg viðbót við kvikmyndamenninguna,“ segir Hrönn, sem hóf störf sem framkvæmdastjóri í ársloks 2011.

„Bíó Paradís hóf starfsemi árið 2010 og það gekk á ýmsu fyrstu árin. Við vorum til dæmis ekki með

alvöru sýningarbúnað til að geta sýnt nýjustu kvikmyndirnar. Ása koma hingað sem dagskrárstjóri árið 2013 og við fórum að mæta á stærstu kvikmyndahátíðir heims og semja um kaup á myndum. Við leggjum mikla áherslu á að breikka hópinn sem kemur hingað og það hefur gengið vel.“

Þáttur í því að breikka hópinn eru sýningar á svokölluðum partímyndum. „Við sýnum vinsælar eldri myndir sem höfða til fólks sem hefur ekki endilega áhuga á listrænum kvikmyndum,“ segir Ása. „Þetta eru myndir, oft frá níunda og tíunda áratugnum, sem fólk vill sjá í fullum sal af fólki sem hefur áhuga á því sama og það sjálft. Þarna má allt. Það má óskra ef Patrick Swayze rifur sig úr að ofan og það má syngja með í söngatriðum. Við erum með bar og það má fara með drykk inn í salinn. Þetta er upplifunarbíó.“ Sem dæmi um vinsælar myndir í þessum flokki nefnir Ása Mamma Mía sing along, Back to the Future, Rocky Horror Picture Show og Stella í orlofi. „Við erum einmitt að auglýsa eftir hugmyndum á Facebook þar sem fólk getur lagt inn sína tillögu að föstudagspartí-sýningum fyrir árið 2020,“ segir Ása.



Mynd Polanski um Dreyfus-málið verður sýnd á franskri kvikmyndahátíð.

Pólsk félagsmiðstöð

„Við erum með fastan dagskrárlið, Svarta sunnudaga, þar sem við sýnum kvikmyndaperlu og klassík, allt niður í þöglar myndir og nostalgiumyndir sem eiga sinn sess í kvikmyndasögunni,“ segir Ása. „Pólskar myndir eru fyrirferðarmiklar á dagskránni. Það er rík kvikmyndahéfið í Póllandi og hér á landi búa fjölmargir Pólverjar. Við frumsýnum nýjar pólskar myndir um leið og þær eru frumsýndar í Póllandi. Stundum er uppselt langt fram í tímann. Við erum eiginlega orðin pólsk félagsmiðstöð.“

Íslenskar myndir eru svo vitanlega í stöðugum sýningum. „Þetta kvikmyndahús er sjálfseignarstofnun í eigu kvikmyndagerðarfólks og hefur verið hugsað sem vettvangur fyrir íslenska kvikmyndagerð. Við sýnum ekki bara leiknar myndir heldur líka heimildarmyndir, stuttmyndir og listrænar sjálfstæðar myndir. Allar íslenskar myndir eru með enskum texta svo allir þeir sem búa á Íslandi en tala kannski ekki íslensku hafa tækifæri til að sjá þær. Gullregn eftir Ragnar Bragason verður frumsýnd 10. janúar með pólskum texta og enskum,“ segir Hrönn.

Umdeildur Polanski

Það er sannarlega margt áhugavert á dagskrá Bíó Paradísar þetta árið. Hæst hlýtur þó að bera franska kvikmyndahátíð sem er í fyrsta sinn haldin í húsinu. Hátíðin fagnar tuttugu ára afmæli sínu þetta árið. „Við sýnum þverskurð af því besta úr franska kvikmyndahéminum,“ segir Ása. „Opnunarmyndin er La Belle Époque, Fagra veröld, sem sló í gegn í Cannes fyrr á árinu. Svo erum við með myndina sem allir eru að tala um og hefur unnið til fjölda verðlauna, Portrait of a Lady on Fire. Þar segir frá ungru listakonunni sem er fengin til að mála mynd af ungru brúður sem hefur engan áhuga á manninum sem hún er að fara að giftast. Listakonan verður ástfangin af viðfangsefni sínu.“

A samfélagsmiðlum báðum við fólk að segja okkur hvaða klassísku frönsku mynd þú vildi sjá og fengum 300 tillögur. Ein varð ofan á og það er hin klassíska Amélie frá 2001.“

Nýleg verðlaunamynd eftir Roman Polanski, J'accuse, sem á ensku nefnist An Officer and a Spy og fjallar um Dreyfus-málið, verður sýnd á hátíðinni. Nauðgunar-

ákætur gegn Polanski gera að verkum að allt sem hann kemur nálægt verður eldfimt og vekur deilur, og það á einnig við um þessa mynd.

„Einhverjum á kannski eftir að misbjóða að við skulum sýna mynd eftir Polanski. Þetta er mynd sem vann Silfurljónið í Feneyjum og tilnefnd til Evrópsku kvikmyndaverðlaunanna. Myndin verður á dagskrá af því að hún hefur fengið feikna góða dóma og unnið til verðlauna. Við höfum þegar fengið athugasemdir frá fémínískum öflum í samfélaginu vegna sýningar á myndinni en það er ekki hlutverk okkar að ritskoða menningu. Fólk getur ákveðið sjálft hvort það vill sjá hana eða ekki,“ segir Hrönn.

Fræðsla fyrir grunnskóla

„Við erum í frábæru samstarfi við Breska þjóðleikhúsið og sýnum reglulega vinsælustu sýningarnar þaðan. Næst á dagskrá núna í janúar er uppfærsla á Present Laughter í leikstjórn Matthew Warchus – þannig að við hvetjum alla til þess að koma á fremsta bekk og hlæja með okkur!“ segir Ása.

Þýsk kvikmyndahátíð verður að venju, nú haldin í ellefta sinn. „Hún er vinsælasti viðburðurinn frá upphafi en þar sýnum við það besta úr þýskri kvikmyndamenningu. Við erum með fyrstu og einu Alþjóðlegu barnkvikmyndahátíðina á Íslandi. Rússneskir kvikmyndadagar og Pólskir kvikmyndadagar verða haldnir og ekki má gleyma Stockfish-kvikmyndahátíðinni og RIFF,“ segir Ása.

Að lokum minna þær stóllur á kvikmyndafræðslu fyrir grunnskólástig. Við erum að ala upp kynslóð kvikmyndaunnenda sem njóta leiðsagnar Oddnýjar Sen,“ segir Ása. „Það er svo mikilvægt að kunna að lesa myndmál, ekki síður en ritmál,“ segir Hrönn. „Án þess að skilja myndmál og stílbrögð kvikmyndafræðslunnar þá skilur maður ekki fjölmöla.“

Grátbroslegur rússibani eins og lífið er

Leikritið Vanja frændi verður frumsýnt í Borgarleikhúsinu á laugardag. Það er frá árinu 1899 en fjallar þó um nútímaleg mál – áhyggjur af náttúrunni og ástarflækjur.

Gunnþóra
Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Brynhildur Guðjónsdóttir leikstýrir Vanja frændi eftir Tsjekhov, jóla- og afmælisleikriti Borgarleikhússins, sem frumsýnt verður 11. janúar. Hún gefur sér tíma í viðtal þó að nóg sé að gera við að hnýta lausa enda í undirbúningnum. „Ég hef áhuga á því hvað fer í leikskrána og skipti mér af því,“ segir hún brosandí. „Í fyrra settum við ítarefni með Ríkardi III, til dæmis ættartré, því fjölskyldusagan var flókin – líka grein um fallvalta lukku sem miðaldamaðurinn trúði á og við ættum í raun að trúa á enn.“

Nú er það hið rússneska 120 ára gamla verk Vanja frændi, sem allt snýst um og lærdómurinn sem það færir nútímanum. Brynhildur segir magnað að þar sé meðal annars fjallað um nákvæmlega sömu hluti og umræðan snýst um á okkar tímum. „Fólk horfir upp á hnignandi skóga, þornandi tjarnir og fækkun innan dýraríkisins. Þarna er iðnbyltingin byrjuð og þeir framsýnustu hafa áhyggjur af náttúrunni.“

Leikritið gerist í rússneskri sveit, að sögn Brynhildar. „Vanja frændi sér um umsýslu stórs óðals, ásamt systurdóttur sinni. Allt snýst um að halda búinu gangandi til að geta haldið uppi lífsstíl fyrirverandi mágs hans sem hefur misst konuna en er finn prófessor og býr í borginni. Þegar leikritið hefst hefur Vanja frændi áttað sig á því að sjálfur á hann enga ást, engin börn og öllum er sama um hann. Hann leikur bara aukahlutverk í eigin lífi og upplifir hörmulega krísu.“

Brynhildur segir orð á kærleikskúlu Ragnars Kjartanssonar listamanns – það er fallett en sorglegt að vera manneskja – eiga við þetta verk. „Þetta eru orð sem Tsjekhov mælti einhvern tíma og fékk að láni frá Somerset Maugham. Þau lýsa þessum grátbroslega rússibana sem lífið er, stundum er það upp og stundum niður og til að geta upplifað mikla gleði verður manneskjan að hafa mátað sig við sorgina.“

Við sögu kemur meðal annars heillandi einfari, Astrow læknir, að sögn Brynhildar. „Astrow er annt um landið, hann hefur áhyggjur af vélvæðingunni sem eyði skógunum,



Brynhildur leikstjóri er afar ánægð með leikmynd Barkar Jónssonar í Borgarleikhúsinu. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK



Unnur Ösp, Valur Freyr og Hilmir Snær í hlutverkum. MYND/GRÍMUR BJARNASON

ferðast um sveitir og talar fyrir náttúruvernd. Þau element óma í gegnum verkið og með meðulum leikhússins leggjum við áherslu á að ná þeim nútíma hugsunarhætti út úr þessum gamla texta. Við þurfum ákveðinn galsa til að dramatíski undirtónninn lifi af og þarna er einstigi að feta en mikil stöð hefur verið í Hafliða Arngrímssyni, marg-

fróðum dramaturg leikhússins. Það er táknrænt að ein persónan, Jelena, dansar einmitt hálfgerðan línudans. Hún er Helena fagra innan gæsalappa, hin nýja eiginkona prófessorsins, kornung, gullfalleg og fluggáfuð. Vanja elskar Jelenu, Jelena gírnist lækninn. Sonja elskar hann líka – allt er í kross.“

Glény þýðing Gunnars Þorra

Péturssonar (Gunnarssonar rithöfundar) á verkinu, beint úr frummalinu, er glæsileg, að mati Brynhildar. „Við eigum nýja kynslóð leikritaþýðenda, það er mikil gjöf, því í Vanja frændi er orðið svolítið upphafið. Ekki svo að skilja að við séum að búa til einfaldað nútíma-mál, Gunnar Þorri er sist á þeim buxunum, fræðimaðurinn sem hann er, en það er eitthvað brakandi og skýrt við tungumálið hans og þá er auðveldara fyrir leikarana að samsama sig því og senda það til áhorfenda.“

Brynhildur segir um stórskotalið að ræða á sviðinu. „Valur Freyr Einarsson leikur Vanja frændi. Aðrir leikarar eru Unnur Ösp Stefánsdóttir, Hilmir Snær Guðnason, Jóhann Sigurðarson, Sigrún Edda Björnsdóttir, Margrét Helga Jóhannsdóttir, Katrín Halldóra Sigurðardóttir, Arnar Dan Kristjánsson og Halldór Gylfason. Þetta er kastið okkar, dásamlegt kast. Sýningin er fyrst og fremst gríðarlega flókin leikaravinna sem allt veltur á. Leikararnir taka flugið og listrænir stjórnendur eru líka snillingar: Börkur Jónsson hanna leikmyndina og Filippía Kristjánsdóttir búninga, Björn Bergsteinn Lysir, Þórður Gunnar gerir hljóðmyndina og Bjarni Frimann semur tónlistina.“

Hvað?
Hvenær?
Hvar?
Fimmtudagur

hvar@frettabladid.is

9. JANÚAR 2020

Myndlist

Hvað? Ritlist og myndlist

Hvenær? 14.00-17.00

Hvar? Grafíksalurinn, Tryggvagötu Helga Arnalds opnar sýningu þar sem hún vinnur með djúpprykk, háþrykk, teikningar, akrilmyndir og þrívíð veggverk, ávallt með bókina sem uppsprettu.

Tónlist

Hvað? Teenage Songbook of Love and Sex

Hvenær? 21.00

Hvar? Tjarnarbió, Tjarnargötu Teenage Choir of Love and Sex er kór fólks á aldrinum 15-19 ára. Hann syngur lög sem hann hefur samið sjálfur um eigin reynslu af rómantískum samböndum og kynlífi. Verkið var sýnt við góðar viðtökur á Reykjavík Dance Festival síðastliðið haust.



Stína Ágústsdóttir syngur í Petersen svítunni í Gamla Bíói.

Hvað? Jazz, jazz

Hvenær? 21.00-23.00

Hvar? Petersen svítan Söngkonan Stína Ágústsdóttir og gítarleikarinn Andrés Þór leika í Petersen svítunni í Gamla Bíói. Á efniskránni verða lög úr ýmsum áttum í útsetningum dúettsins.

Aðrir viðburðir

Hvað? Tónlist, högglist, skart

Hvenær? 21.00

Hvar? Mengi, Óðinsgötu 2 Super Natsuki Tamura mun reida fram ýmsa veraldlega og óveraldlega hluti og bjóða vinum sínum og samstarfsmönnum á svið. Meðal þeirra sem fram koma eru Kaori Asahiro, Satoru Kita, Amon Bey og Sævar Helgi Jóhannsson. Miðaverð 2.000 kr.

Í KVÖLD KL. 19:05

SPORT

Tryggðu þér áskrift stod2.is | 1817

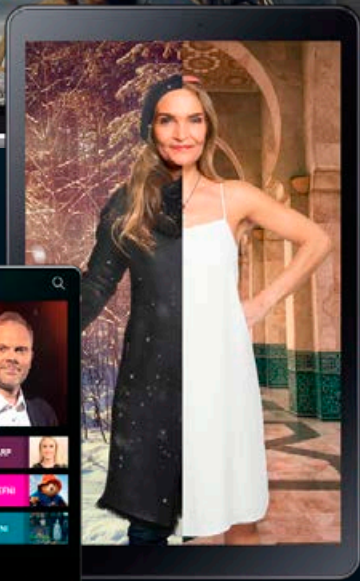
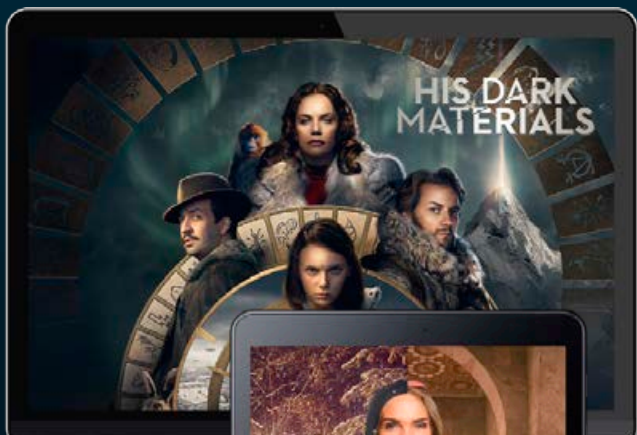
KAUPTU STAKAN LEIK:

Fimmtudagur

Stærsta efnisveita með íslenskt sjónvarpsefni

Vandað íslenskt sjónvarpsefni, nýjustu erlendu þáttaraðirnar, barnæfni með íslensku tali og hátt í þúsund kvikmyndir.

Verð aðeins
3.990 kr./mán.



MARAPON

Tryggðu þér áskrift
stod2.is | 1817

RÚV SJÓNVARP

12.35 Kastljós
12.50 Menningin
13.00 Gettu betur 1990 MA - FÁ
13.35 Tómas Jónsson fimmtugur
14.05 Landinn 2010-2011
14.35 Neytendavaktin
15.10 Timinn líður hratt. Hvað veistu um Söngvakeppnina?
15.35 Örkin
16.05 Þegar hjörtun slá í takt
Upttaka í tveimur hlutum frá tónleikum sem fram fóru í Hörpu á Evrópuveginum 2015. Á tónleikunum er sáttum og samstarfi Evrópuþjóða fagnað með flæði menningar og lista. Sérstakur gestur tónleikanna er Ragnheiður Gröndal. Tónleikastjóri og kynnrir Guðni Franzson. e.
16.50 Sælkerarferðir Ricks Stein - Palermo
17.50 Tákn málsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Anna og vélmennin
18.23 Lars uppvakningur
18.38 Handboltaáskorunin
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
19.50 Menningin
20.05 Rick Stein og franska eldhúsið
21.10 Vinkonur Girlfriends
Bresk þáttaröð í sex hlutum um þrjár æskuvinkonur á miðjum aldri sem glíma við margvísleg vandamál. Það reynir á mátt vináttunnar þegar ein þeirra missir eiginmann sinn og lögreglan hefur rannsókn á andláti hans. Aðalhlutverk. Phyllis Logan, Miranda Richardson og Zoë Wanamaker.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Okkar á milli
Sigmar Guðmundsson fær til sín góða gesti úr öllum áttum og ræðir við þá undir fjögur augu. Gestirnir eiga það sameiginlegt að hafa áhugaverða sögu að segja. Dagskrárgerð: Salóme Porkelsdóttir.
22.45 Á önglinum
Önnur þáttaröð þessara finnsku glæpaþátta um fíkniefnalögreglumanninn Oskari, barnsmóður hans og fyrrverandi eiturlyfjafífilinn Kristu og afskipti þeirra af undirheimum Helsinki. Önnur þáttaröð hefst þremur árum eftir lok þeirrar fyrstu og Oskari hefur misst starf sitt hjá lögreglunni og endað röngum megin við lögin. Aðalhlutverk: Tommi Eronen, Matleena Kuusniemi og Santeri Mäntylä. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.35 Brot
Eldri kona finnst látin á unglungaheimilinu Valhöll og virðist sami morðingi hafa verið að verki. Lögreglan er engu nær um ástæður morðanna eða hver stendur á bak við þau.
00.25 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

08.30 Australian PGA Championship
Útsending frá Australian PGA Championship á Evrópumótariðinni.
10.00 South African Open
Bein útsending frá South African Open.
15.00 QBE Shootout
Útsending frá QBE Shootout á PGA-mótaröðinni.
18.35 Inside the PGA
Skyggst á bak við tjöldin í PGA-mótaröðinni.
19.00 South African Open
Útsending frá South African Open.
00.00 Sony Open in Hawaii
Bein útsending frá Sony Open á Hawaii.

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957

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
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 Superior Donuts
19.45 Single Parents
20.20 Lífum lengur
21.00 9-1-1
21.50 Emergence
22.35 Waco
23.25 The Late Late Show
00.10 NCIS
00.55 Law and Order. Special Victims Unit
01.40 Catch-22
02.25 Perpetual Grace LTD
Mögnuð þáttaröð um svikahrapp sem mætir ofjarli sínum þegar hann velur prest sem næsta fórnarlamb sitt.
03.20 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 Segðu mér
09.45 Morgunhugleiðsla
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Á reki með KK
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Á tónsviðinu
15.00 Fréttir
15.03 Flakk - Flakk um piparkökukhús
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Viðsjá
17.00 Fréttir
17.03 Lestin
18.00 Spegillinn
18.30 Útlit UngRÚV
18.50 Veðurfregnir
19.00 Tónlistarkvöld Útlitarsins. BYHBN 2020
21.00 Mannlegi þátturinn
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.05 Manglehorn
12.40 Sweet Home Carolina
14.05 Shallow Hal
16.00 Manglehorn
17.40 Sweet Home Carolina
19.05 Shallow Hal
21.00 Mile 22
22.35 Gringo
00.25 The 15.17 to Paris
02.00 Mile 22

STÖÐ 2

08.00 Friends
08.25 Masterchef USA
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 Besti vinur mannsins
09.50 Gossip Girl
10.30 Á uppleið
11.05 Brother vs. Brother
11.50 Deception
12.35 Nágrannar
13.00 The Zen Diaries of Garry Shand
15.20 Lego Ninjago Movie
17.08 Í eldhúsi Evu
17.43 Bold and the Beautiful
18.03 Nágrannar
18.28 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Sportpakkinn
18.55 Ísland í dag
19.10 Dagvaktin
Í Dagvaktinni liggja leiðir þremmenninganna af næturvaktinni saman á ný fyrir einskæra tilviljun. Svakalegt uppgjör þeirra á milli verður óhjákvæmilegt.
19.40 Battle of the Fittest Couples
20.25 NCIS
21.10 The Blacklist
21.55 Magnum P.I.
22.40 Keeping Faith
Önnur þáttaröð þessara hörkuspennandi bresku þátta um lögræðinginn Faith sem býr í friðsælum smábæ.
23.25 Shameless
00.20 Game of Thrones
Þriðja þáttaröðin um hið magnaða valdatafl og blóðuga valdabaráttu sjö konungsfjölskyldna í Westeros.
01.15 Game of Thrones
02.05 Game of Thrones
03.10 Killer in the Classroom
Heimildarmynd sem fjallar um atburðina sem áttu sér stað í febrúar 2018 þegar Nicholas Cruz gekk inn í framhaldsskóla í Parkland í Flórída og myrta fjórtán nemendur og þrjú starfsmenn skólans.

STÖÐ 3

19.10 The New Girl
19.35 Fresh Off The Boat
20.00 Friends
20.25 Seinfeld
20.50 Bara grin
21.20 King in the Wilderness
23.10 Outlander
00.05 The Simpsons
00.30 American Dad
00.55 The New Girl
01.20 Fresh Off The Boat
01.45 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

06.55 Bologna - Fiorentina
Útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
08.35 Real Sociedad - Villarreal
Útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
10.15 Arsenal - Leeds
Útsending frá leik í ensku bikarkeppninni.
11.55 Ensku bikarmörkin
12.25 Juventus - Cagliari
Útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
14.05 Getafe - Real Madrid
Útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
15.45 KR - Keflavík
Útsending frá leik í Dominos deild kvenna.
17.25 Leicester - Aston Villa
Útsending frá leik í ensku deildabikarkeppninni.
19.05 Haukar - KR
Bein útsending frá leik í Dominos deild karla.
21.45 New Orleans Saints - Minnesota Vikings
Útsending frá leik í undanúrslitum NFL.
00.05 Dominos Kjörfuboltakvöld karla

FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útlit Saga
FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin



BAUHAUS®

Eitt mesta úrval landsins af ljósum og lömpum!

**27.995.-****Cher Hue LED-loftljós**

Pv. 47,5 cm. 1 stk. 39 W innbyggð LED-pera fylgir. 3.000 lúmen. 2.200 - 6.500 kelvin. Dimmanleg. Fæst í hvítum og svörtum lit. Ljósið er hægt að stilla með snjalleiningu í gegnum Hue Bridge (fylgir ekki með) eða með dimmunarrofa (fylgir með).

**31.995.-****Heaven loftljós**

Pv. 117 cm. Hæð 70 cm. 5 stk. 28 W halógenperur fylgja. 204 lúmen. 2.800 kelvin. Svart/ópal.

**11.995.-****Alexander loftljós**

Hæð 26 cm. Pv. 30 cm. Pera fylgir ekki. E27-perustæði, há. 1 x 15 W. Fæst í hvítum og svörtum lit.

Veturinn er kominn, ertu klár? Allt á einum stað!

FREUND

Snjóskófla

Svört. Breidd 53 cm. Með álhandfangi.

3.495.-

FREUND

Snjóskófla

Breidd 53 cm. Úr plasti með álhandfangi.

4.995.-

FISKARS®

Snjóskófla

Snowxpert. Breidd 53 cm. Úr plasti með álhandfangi.

4.995.-

FREUND

Snjóskófla

Breidd 50 cm. Álskófla.

5.995.-

Að eigin vali 3 fyrir 2

**3 STK. 990.-**

- 1 - EXO 97 De-Icer.....495.-
- 2 - Lásaolía 50 ml. Frostlögur.....495.-
- 3 - BAUHAUS frostleysir 3 l. Polir allt að -21°.....495.-
- 4 - Rúðuskafa, svört.....495.-
- 5 - Frostvökvi með sprautustút 500 ml.....495.-
- 6 - Handgel til að fyrirbyggja bakteríur á höndum.....495.-
- 7 - Sílikon með pensli 100 ml.....495.-
- 8 - Svampur, dregur vel í sig.....495.-

**5.44 HK 129.995.-**

AL-KO

Bensínsnjóblásari

- Snowline 560 II.
- Mótör: 5,44 HÖ mótör.
- Gírar: Með 5 framgírurum og 2 bakkgírurum.
- Vinnubreidd 56 cm.
- Vinnuhæð 50 cm. Há. m.
- Kastlengd er 15 metrar.
- Þyngd: 75 kg.

**5.98 HK 199.995.-**

AL-KO

Bensínsnjóblásari

- Snowline 620 E II með rafræsingurum.
- Mótör: 5,98 HÖ mótör.
- Gírar: Með 5 framgírurum og 2 bakkgírurum.
- Vinnubreidd 62 cm.
- Vinnuhæð 50 cm.
- Kastlengd er 15 metrar.
- Þyngd: 83 kg.

**2.195.-****Snjóskafa**

Snjóskafa og bursti með snúanlegum haus.

**8.995.-****Rafgeymir í bíl**

- 12 V. 44 amper.....
- 12 V. 55 amper.....10.995.-
- 12 V. 70 amper.....13.995.-
- 12 V. 90 amper.....16.495.-

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplýsingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

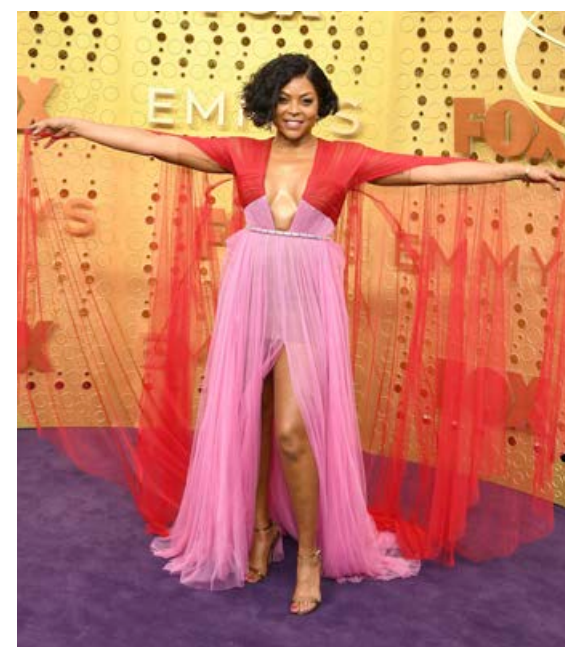


Tískan í vor

Nýtt ár er hafið og því um að gera að skoða vortískuna. Hér eru nokkur alveg ómissandi trend sem þykja líkleg til að verða áberandi nú í vor.

Þótt vetrarkuldinn ríki enn og vafalaust séu nokkrir mánuðir í að það fara að hlýna, sakar ekki að velta fyrir sér hvað verður heitt í fatatískunni í vor. Maður getur jafnvel verið hagsýnn og tveimur skrefum á undan með því að þræða útsölnar og sjá hvort ekki finnist eitthvað af vortískunni á rekkunum. Neon-litir voru til dæmis vinsælir á síðasta ári og verður lítil breyting þar á samkvæmt erlendum tískuspekúlöntum, því er kjörið að nýta tækifærið og fjárfesta í þeim á hagstæðara verði sé áhuginn fyrir hendi.

steingerdur@frettabladid.is



Bleikur og rauður saman

Taraji P. Henson og Mandy Moore klæddust báðar bleikum og rauðum kjólum á Emmy-verðlaunahátíðinni í haust. Hingað til hefur þessi litasamsetning þótt frekar væmin og óspennandi en í vor verður hún að öllum líkindum áberandi. Skemmtilegt og vorlegt.



Millisið pils

Mjög hentugt fyrir íslenska veðráttu þar sem styttri pils get oft verið smá áhætta vegna veðurs og vinda. Svo eru þau oft í svo fallegu og praktísku sniði. Aðsniðnu „pencil“-pilsin í sömu sídd halda svo áfram að vera vinsæl. Svo er auðvelt að klæða pils í þessari sídd upp eða niður. Hlý peysa brett ofan í pilsíð fyrir hversdagslegt útlit, falleg skyrta við pilsíð fyrir vinnuna og í aðsniðnum hlýraból virkar þetta saman eins og glæsilegasti kjöll, fullkomnið fyrir finustu tilefni.



Gervileður

Frábær þróun. Leður hefur fest sig í sessi í fatatískunni síðustu aldir og mun því líklega ekki hverfa af sjónarsviðinu á næstunni. Það er samt frábær þróun að notkun þess sé á undanhaldi og gervileður sé að verða vinsælla og vinsælla. Betra fyrir umhverfið, dýrin og okkur. Svo er það einfaldlega flottara og ódýrara.





Doppótt

Dóppóttar flíkur verða áberandi í vor og sumar. Leikkonurnar Zoë Kravitz og Laura Dern leika saman í Big Little Lies og kusu báðar að mæta á verðlaunahátíðir í doppóttum kjólum. Það verður gaman að sjá hvernig þetta trend þróast.



Ferkantaðir jakkar

Ferkantaðir og sniðlausir jakkar. Flottir við aðsniðin fót til að sýna skemmtilegt mótvægi. Þægilegir og flottir, hvort sem er við pils fyrir finni tilefni eða bara hversdags við gallabuxur.



Ljósblár

Þessi litur verður áberandi með vorinu, hvort sem það eru flíkur, skór eða töskur. Fallegur og rómantískur. Svo kemur á óvart hvað hann fer mörgum vel.

B12 í boði á barnum

Í janúar ætlar Prikið í Bankastræti að bjóða einvörðungu upp á veganfæði úr eldhúsi sínu. Einn eigendanna segir mikilvægt fyrir rekstraraðila að gera sitt til að stuðla að aukinni neyslu veganfæðis, það sé okkur ekki einungis gott heldur stuðli einnig að velferð dýra og minni mengun. Það sé mun auðveldara en marga grunar.

Prikið við Bankastræti ætlar að láta á það reyna að bjóða bara upp á veganfæði út janúar. Geoffrey Huntington-Williams, einn eigenda staðarins, segir rekstraraðilana hafa lengi langað að láta á þetta reyna en Örn Tönsberg, einnig þekktur sem Össi, er hugmyndasmiðurinn að baki B12.

U-beygja

„Við ákváðum að taka smá U-beygju þegar það kemur að eldhúsinu hjá okkur. Hingað til hefur Prikið verið þekktast fyrir klassískan þynnku-mat, egg og beikon í morgunmat og hamborgarana. Kjötíð hefur verið áberandi en við höfum bætt okkur mikið síðustu ár og höfum verið með flottan veganmatseðil í tvö ár sem við gerðum í samstarfi við Össa,“ segir Geoffrey.

Honum finnst mikilvægt að rekstraraðilar axli ábyrgð og leggi sitt af mörkum þegar það kemur að því að bjóða upp á grænkerafæði, því að sjálfsögðu sé það okkur ekki einungis gott heldur stuðli að velferð dýra og minni mengun.

„Við höfum áður gert þetta með góðum árangri, að vera með pop-up stað og breyta til tímabundis. Það var gert í samstarfi við Ko-re og gekk svo vel að í dag er eigandi þess staðar, Atli Már, yfirmaður eldhúss Priksins. Núna ætlum við að láta reyna á þetta aftur og bjóða einvörðungu upp á veganfæði úr eldhúsinu okkar, við erum búin að fjarlægja allt sem er ekki vegan og taka eldhúsið í gegn. Þetta er hugarfóstr Össa en þeir Atli unnu seðilinn saman. Við köllum þetta B12 sem er svolítið skemmtilegt, því Prikið er stutt við Bankastræti 12,“ segir Geoffrey.

„Svo er B12 að sjálfsögðu mikilvægasta vítamínið fyrir þá sem takmarka neyslu kjöts eða eru vegan. Þetta er eina vítamínið sem þú færð ekki úr grænkerafæði. En það er allt í lagi, það er lítið mál að taka inn B12. Það verður B12 á svæðinu skilst mér,“ segir Össi.

„Já, öllum verður velkomið að koma á barinn og fá B12 í boði hússins,“ segir Geoffrey.

„Svo er þetta líka bara áminning



Sætkartöflu franskar með sterkum kjúklingabaunum, vorlauk, pikkludu rauðkáli og sterkri aji verde sósu, fá líklega marga til að sleikja út um.



Mais með hvítlauxsmjó, kóriander, vegan-parmesan og cayenne-pipar.

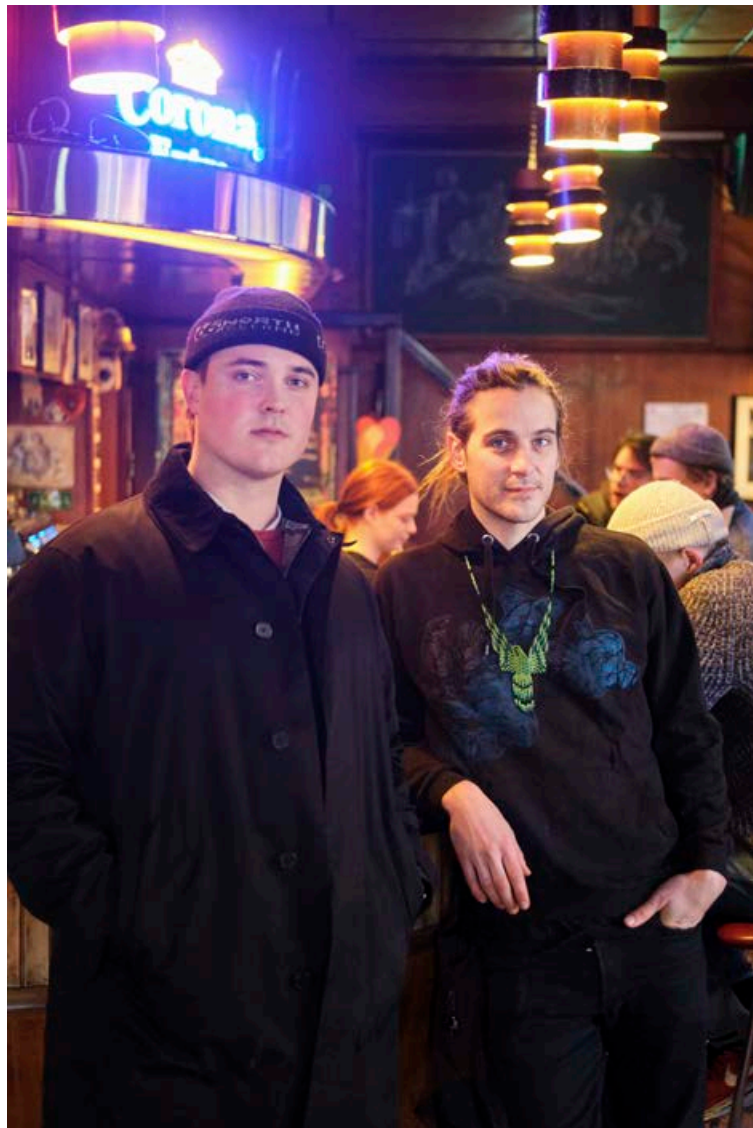
NÚNA ÆTLUM VIÐ AÐ LÁTA REYNA Á ÞETTA AFTUR OG BJÓÐA EINVÖRÐUNGU UPP Á VEGANFÆÐI ÚR ELDHÚSINU OKKAR, VIÐ ERUM BÚIN AÐ FJARLÆGJA ALLT SEM ER EKKI VEGAN OG TAKA ELDHÚSIÐ Í GEGN.

Geoffrey

til fólks að taka B12,“ svara Össi.

Ekki sérstakir heilsuréttir

„Við hlökkum mikið til að sjá hvernig þetta virkar og við sem erum að reka staðinn höfum mjög mikla trú á þessu. Við vitum að það er rosalega sterkt og gróskumikið vegansamfélag á Íslandi. En við erum ekki endilega bara að reyna að höfða til þeirra, við litum líka á þetta sem tækifæri til að sýna öðrum hvað



Geoffrey og Örn eru báðir spenntir fyrir að sjá hvernig mun ganga að bjóða eingöngu upp á veganfæði á Prikinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

ÞAD EINFALDAÐI LÍF MITT TIL MUNA AÐ ÞURFA EKKI AÐ SPÁ Í MÖRGUM FLEIRI ÞÁTTUM EN AKKÚRAT ÞESSU. ÞAD ER EKKERT FLÓKID Í DAG AÐ VERA VEGAN.

Örn Tönsberg

vegan matur getur verið góður. Okkur langar að stuðla að aukinni viðsýni viðskiptavina okkar. Þetta eru heldur ekki einhverjir sérstakir heilsuréttir, þetta er alveg enn þá Prikið svo sumir réttirnir eru algjör þynnku-matur, bara „doing't it right“,“ segir Geoffrey.

Þeir segja matseðilinn ekki stór-an en mikið hafi verið lagt í hvern rétt. Svo verður reglulega boðið upp á nýja rétti sem ekki eru á seðlinum sjálfum.

„Við erum að þróa þetta áfram, okkur langar að hafa þetta svolítið lifandi,“ segi Össi.

Einfaldaði lífið

Össi gerðist vegan fyrir tæplega fimm árum á afmælisdaginn sinn.

„Ég horfði á kvikmynd um veganisma þar sem maður sá allt það ljóta á bak við kjötiðnaðinn. Síðan þá hef ég verið vegan, ég tók ákvörðun og hef staðið við hana. Fyrst voru þetta mikil viðbrögð enda var mun minna vörurval þá en er núna. Svo kemst þetta í rútínu og vana, eftir smá tíma hættir maður að hugsa um það. Ég þæli ekki mikið í því í dag að ég sé vegan því það er bara partur af manns undirneðvitund. Hinn heimurinn er ekki lengur til. Það einfaldaði líf mitt til muna að þurfa ekki að spá í mörgum fleiri þáttum en akkúrat þessu. Það er ekkert flókið í dag að vera vegan,“ segir Össi.

„Já, alveg rétt hjá þér, þú getur bara labbað inn á Prikið og pantað þér eitthvað,“ segir Geoffrey og þeir hlæja báðir.

„Meira að segja björinn er vegan,“ bætir hann við.

Veganséðillinn verður í boði út mánuðinn, mögulega lengur verði viðtökurnar góðar.

steingerdur@frettabladid.is

LIFEPAK CR PLUS HJARTASTUÐTÆKI

Einfalt og nett hjartastuðtæki fyrir stofnanir og fyrirtæki. Tækið greinir sjálfkrafa mögulega rafvirkni í hjartanu og sé þess þörf gefur það rafstuð. Tækið talar til notandans og gefur fyrirmæli á íslensku*



TILBOÐSVERÐ
LIFEPAK CR PLUS
159.900
KR M/VSK

VEGGFESTING
19.000
KR M/VSK

*Einnig fánlegt með ensku tali.

Nánari upplýsingar veita söluráðgjafar okkar í síma 580 3900
Síðumúli 16 | 108 Reykjavík | Sími 580 3900 | fastus.is

FASTUS
Veit á vandaða lausn

HAFÐU ÁRIÐ 2020 Á HREINU!



Dagbók - Árið mitt 2020
Verð: 4.499.-



Dagbækur Varmá
Verð frá: 3.329.-



Dagbók A4 Úranus
Verð: 2.699.-



Dagbók My Journal ódagsett
TILBOÐSVERÐ: 3.374.-
Verð áður: 4.499.-



Dagbók - Tíminn minn 2020
Verð: 3.999.-



Murakami 2020 Diary
Verð: 3.799.-



Dagbók Munum
Verð frá: 4.999.-



Dagbók A5 Óríon
Verð: 2.299.-



Becoming - A Guided Journal
Verð: 3.999.-



paperblanks

Dagbækur Paperblanks
Verð frá: 3.699.-



Dagbók Moleskine
Verð frá: 4.499.-



Pentel Áherslupenni mjór
Verð: 419.-



Artline Skrautskriftarpennar
Verð: 629.-



Staedtler Tússpenni Fineliner
Verð: 399.-



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



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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

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 VIÐSVEGAR UM LANDIÐ.

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



FRÉTTABLAÐIÐ
mest lesna dagblað landsins.

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

BAKÞANKAR

Kolbeins
Marteinssonar



Þið munuð öll...

Það eru sannarleg forréttindi að fá að lifa þær miklu breytingar sem átt hafa sér stað á þessari öld. Flest sem ég taldi sem barn að væru tækninýjungar er í dag á leiðinni á Þjóðminjasafnið.

Sonur minn 10 ára spurði mig um daginn hvað kassetta (segubandsspóla) væri og ég þurfti í löngu máli að útskýra það fyrir honum. „Er það svona eins og maður setur í sjónvarpið uppi í sumarbústað?“ spurði hann og ég svaraði því til að það væri reyndar videospóla sem væri eins konar stór kassetta. Þegar ég sagði honum svo frá videóleigunum hló hann hátt.

En breytingum á tækni og um leið samfélögum fylgja áskoranir og þeir sem ekki breytast með eru dæmdir til að enda á sama stað og áður nefnd kassetta og hlutirnir breytast hratt þessi misserin.

Dætur mínar tvær, sem muna vel eftir videóleigunum, eru hætta að borða kjöt. Eftir því sem ég best veit tilheyrja þær sistækkandi hópi ungs fólks. Innan skamms munum við öll borða kjötlíki framleitt úr plöntupróteinum sem bragðast eins og hefur svipað næringargildi. Þá drekka Íslendingar nú þegar innflutta hafra- og sojamjólk í tonnatali í stað kúamjólkur. Þessu þarf íslenskur landbúnaður að átta sig á og því fyrr því betra. Allt í einu er dagskrárvald heims-málanna komið í hendurnar á sænskri unglingsstúlku. Það þurfa miðaldra karlar að skilja og fara að sætta sig við. Og brátt munu bensín- og dísilbilar fara á söfn við hliðina á gufuvelinni, sumum finnst það dapurleg heimsmynd og neita að horfast í augu við staðreyndir. Þegar barnabarn mitt talar við pabba sinn (áður nefndan son minn) mun það hlæja að allri þeirri forneskju sem okkur finnst svo sjálfsgöð í dag, en heimurinn verður betri.

FYRIR SVANGA
FERÐALANGA

Kvikk
ON THE GO

ISGERÐ
SKUBB
REYKJAVÍK



Laugarásvegi 1

Njóttu

BYKO

ÚT SALA LA

Komdu og gerðu frábær kaup!

til 20%
afsláttur af völdum vörum

Birt með fyrirvara um prentviltur og/eða myndbrengr.

Tilboðsverð

Kuldagalli

Dökk blár, stærðir eru:
S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL.

10.495

93458380

Almennt verð: 14.995



-30%

Förum
varlega



Hálkusalt

5kg.

895

54710126

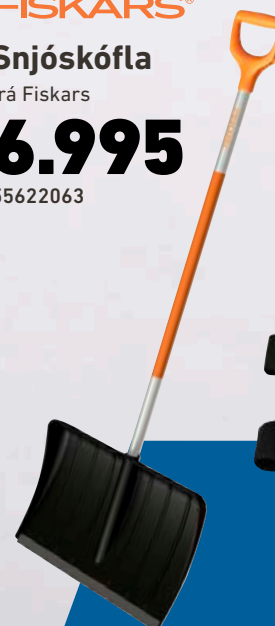
FISKARS®

Snjóskófla

frá Fiskars

6.995

55622063



Tilboðsverð

Mannbroddar

fyrir hálfu og ís.

1.496

84533870

Almennt verð: 1.995



-25%

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Auðvelt að versla á byko.is