



Þessir tveir félagar létu fara vel um sig í Laugarnesinu og spjölluðu og nutu útsýnis yfir miðborg Reykjavíkur í bliðskaparveðri í gær. Í dag verður sólríkt og milt veður. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Drukkið fyrir hálf milljón

Samkvæmt sundurliðuðum reikningum drukku yfirstjórn og starfsmenn Reykjavíkurborgar áfengi fyrir meira en hálf milljón króna á Vinnustofu Kjarvals við Austurvöll. Um þróunarverkefni er að ræða.

REYKJAVÍK Yfirstjórn og starfsmenn Reykjavíkurborgar drukku áfengi fyrir yfir hálf milljón króna á kostnað borgarbúa á Vinnustofu Kjarvals við Austurvöll. Þetta kemur fram í sundurliðuðum reikningum sem Fréttablaðið hefur undir höndum.

Alls var keypt sterkt vín fyrir rúmar 64 þúsund krónur, bjór fyrir tæpar 104 þúsund krónur og léttvín fyrir rúmar 381 þúsund krónur.

Meðal þess sem var keypt eru glós af Chardonnay, Lagavulin 16 ára, Hennessy VSOP og Moscow Mule.

Starfsmenn á skrifstofu Reykja-

víkurborgar hafa aðgang að Vinnustofu Kjarvals, sem er vinnu- og samkomurými við Austurvöll, með sérstökum samningi. Var talið að þörf væri á aðstöðunni vegna vinnufunda, starfsdaga og starfsþróunar-samtala ásamt fleiru.

Borgin greiðir alls 1,6 milljónir króna fyrir ársaðgang. Um er að ræða þróunarverkefni til eins árs og rennur samningurinn út um mánaðamótin. Á þá að meta hvort verkefninu verði haldið áfram.

Alls voru gefin út ellefu aðgangskort, sex til sviðsstjóra, tvö til

» Meðal þess sem keypt var eru glós af Chardonnay, Lagavulin 16 ára, Hennessy VSOP og Moscow Mule.

skrifstofu borgarstjóra auk skrifstofustjóra borgarstjórnar, borgarlögmanns og mannréttindastjóra.

Samkvæmt reikningunum var áfengi í nokkrum tilfellum keypt á starfsdögum og á fundum.

„Margt í yfirlitinu og afritum reikninga bendir til þess að bruðlað

hafi verið með opinbert fé,“ segir í bókun Björns Gíslasonar og Jórunnar Pálu Jónasdóttur, fulltrúa Sjálfstæðisflokksins í innkauparáði sem ræddi málið í vikunni. Þau benda á að rúmlega 23 þúsund króna reikningur var endurgreiddur nokkrum dögum eftir fyrirspurn Fréttablaðsins.

Í gagnbókun Sabine Leskopf, Alexöndru Briem og Ellen Calmon, fulltrúa Samfylkingarinnar og Pírata, segir að upphæðirnar falli ekki undir ábyrgð ráðsins og því sé ekki við hæfi að taka fram fyrir hendur stjórnenda borgarinnar. — ab / sjá síðu 4

Tilfinningarnar réðu förinni

COVID-19 „Auðvitað viljum við öll gæta sóttvarna og í þessu tilviki var mikil óheppni að þarna var um að ræða smitaðan einstakling,“ segir segir Viðar Halldórsson félagsfræðingur um faðmrag eftir leik Íslands og Rúmeníu.


KSÍ segir reglur um fjarlægð hafa verið brotnar er starfsmenn karlandsliðsins komust í sneringu við leikmenn Íslands eftir leikinn. Tilfinningar, sem væru stór hluti af íþróttum, hefðu ráðið för.

„Íþróttir eru í kjarna sínum byggðar á tilfinningum fólks, stuðningsmanna og þátttakenda,“ segir Viðar sem kveður velgengni landsliða skila sér í meiri ánægju í íslensku samfélagi.

— hó / sjá síður 2 og 10

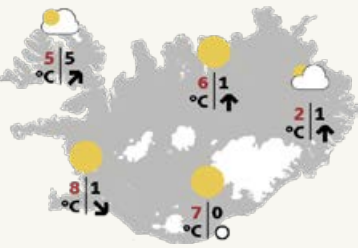
 Glæðir lífið rafmagnaðri orku

Audi Q5 TFSI e

 Rafmagn & bensín



Veður



Hægviðri og víða léttskýjað með morgninum, en þykkar upp fyrir norðan síðdegis, norðan 3-8 m/s og lítilsháttar rigning eða slydda þar um kvöldið. Hiti 2 til 8 stig.

SJÁ SÍÐU 14

Sérreglur en hlýddu ekki

COVID-19 Þorgrímur Þráinsson, sem smitaður er af COVID-19, keyrði tvo leikmenn íslenska landsliðsins í myndatöku fyrir leikinn gegn Rúmenum í síðustu viku þrátt fyrir að reglur UEFA leggi til aðskilnað milli starfsmanna og leikmanna.

Viðir Reynisson yfirlöggluþjónn segir að allra sóttvarna hafi verið gætt í bilferðinni. Leikmennirnir hafi ekki þurft að fara í sóttkví.

Leikmennirnir fengu þarna heimild til að fara í myndatöku.

Viðir Reynisson yfirlöggluþjónn



„Þetta var utan þess tíma sem smit Þorgríms var rakið en leikmennirnir fengu þarna heimild til að fara í myndatöku á heilbrigðisstofnun,“ segir Viðir.

Líkt og Fréttablaðið greindi frá í gær virtu starfsmenn KSÍ hvorki nálægðarmörk né grímuskyldu í leiknum gegn Rúmenum. Þá viðurkenndi Viðir að það hefðu verið mistök hjá sér að leyfa landsliðsþjálfurum að fara úr sóttkví á landsleik Íslands og Belgíu. Hann tók fulla ábyrgð á málinu í gær.

Athygli vakti að Arnar Þór Viðarsson stóð á hliðarlínunni gegn Belgum. Hann kom frá Lúxemborg um morguninn. Hann keyrði þaðan til Belgíu, áður en hann fór til Luton og flaug með Easy Jet til landsins.

Aðspurður hvort vera Arnars á hliðarlínunni samræmdist sóttvarnareglum segir Viðir að svo sé, Arnar hafi verið í vinnusóttkví. „Það þýðir að hann fór í test í Keflavík, svo fór hann beint á leikinn og svo í sóttkví eftir leik.“ – **bb, bdj**

Aðsókn í ávexti og grænmeti



Hópur fólks beidi í langri röð til kaupa ferskt og framandi grænmeti og ávexti á pop-up markaði Austurlands food coop á Skúlagötu í gær. Vel var gætt að sóttvörnum og tveggja metra reglunni. Á markaðnum voru meðal annars á boðstólum gömsæt hrekkjavökugrasker af ýmsum stærðum og gerðum, gulir ostrusveppir, vínber og nammirófur. Markaðurinn mun verða haldinn næstu fimmtudaga frá klukkan 16 til 18. **FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN**



Verkfall hjá ISAL átti að byrja í dag.

Verkfalli Hlífar frestað um viku

KJARAMÁL Verkfall sem hefjast átti í álveri Rio Tinto í Straumsvík (ISAL) í dag hefur verið frestað um viku. Þetta kom fram í tilkynningu frá verkalyðsfélaginu Hlífi í gær.

„Í dag var gengið frá samkomulagi við ISAL um að fresta verkfallsaðgerðum sem hefjast áttu á morgun, föstudag, um eina viku,“ segir í tilkynningunni.

„Þetta er gert til að gefa samninganeftendum meiri tíma til að ná saman um nýjan kjarasamning.“ Náist samningar ekki fyrir þann tíma hefjast verkfallsaðgerðir þann 23. október í samræmi við fyrri boðun. – **kdi**

Kaupir rispaðan vínýl hjá Góða hirðinum

Söngkonan Briet segir ekki annað hafa komið til greina en að gefa nýja plötu sína út á vínýl og að margir spyrji hvenær hún komi út. Snæbjörn Ragnarsson, umsjónarmaður hlaðvarpsins Besta platan, segir ákveðnar týpur hlusta á vínýl.

Tónlist. „Ég var oft í Góða hirðinum að fletta gömlum vínýlplötum. Þegar ég var þrettán var ég að kaupa eitthvert alls konar bull á 300 krónur og hlusta – oft á rispaðar plötur,“ segir söngkonan Briet Ísís Elfar en hún gaf út plötuna Kveðja, Briet fyrir skömmu og rignir yfir hana fyrirspurnum um hvenær platan komi út á vínýlformi.

„Það er eitthvað fallett við þessa athöfn að setja plötu á fóninn og hlusta,“ segir Briet. Aldrei hafi neitt annað komið til greina en að gefa plötuna út á vínýl. Hún hafi alist upp við þá athöfn að setja plötu á fóninn og hlusta.

Áhugi landsmanna á vínýlplötum hefur verið töluverður undanfarn misseri og varla sú plata gefin út lengur nema hún komi á vínýl.

Snæbjörn Ragnarsson, einn af umsjónarmönnum hlaðvarpsins Besta plötunnar, segir að það að hlusta á plötu á vínýl sé allt annað en að hlusta á stafrænt á Spotify. Hann segir það séu nokkrar týpur sem hlusti á vínýl.

„Það er annars vegar sá sem heldur að hann sé merkilegri af því hann hlustar á vínýl. Svo er það hins vegar fólkið með ranghugmyndirnar sem segja að hljóðið sé hvergi betra – sem er visindalega sannað að er kjaftæði. Allur toppur og botn nær ekkert í vínýlformið og þetta hlýja sáand þýðir einfaldlega að toppurinn er ekki með,“ segir Snæbjörn. Síðan sé það fólk eins og hann sjálfur – sem sé blanda af nördisma og því að hafa alist upp með vínýlnum.

„Það er athöfn að setja vínýlplötu á fóninn. Byrja á lagi númer eitt og enda á lagi númer tíu,“ útskýrir Snæbjörn.



Vínýlplötur eiga miklum vinsældum að fagna nú um stundir. MYND/GETTY

Að halda á vínýl er eitthvað aðeins persónulegra. Að heyrna snarkið og sitja og hlusta er annað en að hlusta á Spotify og gleyma tónlistinni á bak við. Vínýll er keyptur af ástæðu.

Briet



Briet segir að platan sé staðfesting á því að listaverkið hennar sé komið út og geti gefið meiri innsýn í listamanninn. „Að halda á vínýl er eitthvað aðeins persónulegra. Að heyrna snarkið og sitja og hlusta er annað en að hlusta á Spotify og



Snæbjörn Ragnarsson vínýlunnandi.

gleyma tónlistinni á bak við. Vínýll er keyptur af ástæðu,“ segir hún.

Snæbjörn bendir á að enginn verði ríkur á að gefa út á vínýl. „Það er enginn að gefa út vínýlplagg af því eftirspurnin er svo yfirþyrmandi,“ segir hann. Það breyti því þó ekki að fólk hafi áhuga. „Fyrir okkur sem hlustum og gefum út tónlist þá verður maður að hafa eitthvað í höndunum. Tölvuskjáriinn og hedd-fónarnir koma ekki í staðinn fyrir það.“ **benediktboas@frettabladid.is**

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

89%

Með því að auglýsa í Atvinnublaðinu nær þitt fyrirtæki til **89%** lesenda dagblaða* á höfuðborgarsvæðinu.



*Fréttablaðið og Morgunblaðið

Heimild: Prentmæling Gallup, jan. - jún. 2019. Lesendur dagblaða á Höfuðborgarsvæðið á aldrinum 18-49 ára.

Beinum Orkunni að Bleiku slaufunni

Í dag, 16. október, renna **2 kr.** af öllum seldum eldsneytislítrum hjá Orkunni til **Bleiku slaufunnar**, óháð greiðslumáta. Viðskiptavinir fá einnig **18 kr. afslátt*** þegar greitt er með kortum eða lykllum Orkunnar eða staðgreiðslukorti Skeljungs.

Sæktu um Orkulykil Bleiku slaufunnar á orkan.is. Þannig styrkir þú Bleiku slaufuna, allan ársins hring.



Orkan styrkir Bleiku slaufuna

+2 kr. **-18 kr.**

af hverjum seldum lítra renna beint til Bleiku slaufunnar óháð greiðslumáta.

afsláttur í dag af hverjum lítra ef greitt er með lykli eða korti Orkunnar.



*18 kr. afslátturinn bætist ekki við annan afslátt og gildir einungis fyrir kort/lykla Orkunnar og staðgreiðslukort Skeljungs. Afslátturinn gildir ekki á Orkunni Mýrarvegi, Dalvegi og Reykjavíkurvegi.

Fimm réttarmeinafræðingar hafa komið að Sandgerðismálinu

DÓMSMÁL Kolbrún Benediksdóttir varahéraðssaksóknari á ekki von á því að óskað verði eftir yfirmati, á þessu stigi, um dánarorsök konu sem lést í lok mars á þessu ári. Eiginmaður hennar látnu hefur verið ákærður fyrir að hafa orðið henni að bana, en réttarkrúfning benti til þess að hún hefði verið kyrkt.

Hinn ákærði sat í gæsluvarðhaldi frá því hann var handtekinn í byrjun apríl þangað til hann var látinn laus í síðustu viku en Landsréttur felldi þá úr gildi úrskurð héraðsdóms um áframhaldandi gæslu-

varðhald. Í úrskurði Landsréttar er vísað til matsgerðar dómkvaddra matsmanna frá 30. september en í henni segir að mögulegt sé að konan „hafi látist af völdum blöndunar-eitrunar af klórdíasepoxíði, lifefna þess og áfengis“. Jafnframt segir þar að ekki sé unnt að staðfesta að kraftbeiting gegn hálsi hafi átt sér stað rétt fyrir andlátið, heldur kynni hún að hafa átt sér stað allt að þremur dögum fyrir það.

Kolbrún segist ekki geta tjáð sig um efni málsins þar sem dómari hafi ákveðið að loka þinghaldi.

Ég á von á því að þeir réttarmeinafræðingar sem komið hafa að málinu verði kvaddir fyrir dóm til að svara spurningum.

Kolbrún Benediksdóttir, varahéraðssaksóknari



Hún segir þó að fimm réttarmeinafræðingar hafi nú þegar komið að málinu. Tveir hafi komið að réttarkrúfningu eftir andlát konunnar. Einn til hafi verið dómkvaddur á rannsóknarstigi málsins og tveir í viðbót eftir að ákæra var gefin út. Hinum síðastnefndu hafi ekki verið falið að leggja heildstætt mat á dánarorsök, heldur að svara tilteknum spurningum.

„Ég á von á því að þeir réttarmeinafræðingar sem komið hafa að málinu verði kvaddir fyrir dóm til að svara spurningum við aðalmeð-

ferð málsins,“ segir Kolbrún. Það er svo dómari málsins sem metur hvað telst sannað. Stefnir er að því að aðalmeðferð málsins fari fram í Héraðsdómi Reykjaness um miðjan næsta mánuð, en fyrir liggur að auk réttarmeinafræðinga, geðlæknis, sálfræðings og annarra vitna, muni ákærvaldið kalla þrjú börn brotapolans til skýrslugjafar við aðalmeðferðina. Ákvörðun um lokun þinghalds var tekin með hagsmunum þeirra að leiðarljósi og vegna mynda sem varpa þurfi á skjái í dómals, meðal annars um krúfningu. – að



Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins.

Einfalda þarf regluverkið

STJÓRN MÁL „Við þurfum að spara, en við þurfum líka að gefa fólki tækifæri, gera fyrirtækjum kleift að ráða fleira fólk og búa til meiri verðmæti. Báknið er orðið hindrun í þessu öllu,“ segir Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins.

Regluverk hefur aukist gríðarlega á síðustu árum og áratugum, og þar með báknið.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins

Miðflokkurinn, ásamt þingmönnum í Viðreisn og Sjálfstæðisflokki, hefur lagt fram tillögu til þingsályktunar sem kveður á um að forsætisráðherra setji í gang vinnu við tímasetta aðgerðaráætlun um einföldun regluverks sem kynnt yrði næsta vor.

„Regluverk hefur aukist gríðarlega á síðustu árum og áratugum, og þar með báknið svokallaða sem heldur utan um þetta regluverk,“ segir Sigmundur.

„Nú teljum við að þetta sé mjög tímabært þar sem ríkið stendur frammi fyrir verulegu tekjufalli, þá stækka báknið í samanburði.“ – að

Aðeins einn af hverjum tíu fengið réttar greiðslur frá TR

Skýrsla Ríkisendurskoðunar á stöðu almannatryggingakerfisins sýnir brotalamir í framkvæmd almannatryggingalaga og meðferð stjórnsýslumála hjá Tryggingastofnun ríkisins. Formaður Öryrkjabandalags Íslands segir það mjög alvarlegt að stór hluti lífeyrisþega fái ekki þau réttindi sem þeim ber.

STJÓRNSÝSLA Samkvæmt úttekt Ríkisendurskoðunar á Tryggingastofnun ríkisins (TR) fengu aðeins 9,4 til 13 prósent lífeyrisþega réttar greiðslur frá stofnuninni á tímabilinu 2016 til 2019.

Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjabandalags Íslands (ÖBÍ), fagnar úttektinni sem sýni brotalamir í almannatryggingakerfinu sem ÖBÍ hafi vitað um lengi.

„Við höfum itrekað bent Tryggingastofnun á þetta. Úttektin sýnir það sem við höfum lengi haldið fram, að alltof stór hluti lífeyrisþega er ekki að fá þau réttindi sem þeim ber og það er mjög alvarlegt,“ segir Þuríður.

Í skýrslu Ríkisendurskoðunar kemur fram að brotalamir eru í framkvæmd almannatryggingalaga og meðferð stjórnsýslumála hjá TR. Dæmi eru um að viðskiptavinir hafi fyrir vikið orðið af réttindum sínum, um lengri eða skemmri tíma. Þá þarf TR að sinna betur leiðbeiningarskyldu sinni ásamt því að efla aðgengi og upplýsingagjöf til viðskiptavina sem margir eru í viðkvæmri stöðu og treysta alfarið á greiðslur frá stofnuninni.

Tryggingastofnun hefur bent á að hlutfall úrskurða nefndarinnar sem staðfesti verklag stofnunarinnar sé yfir 80 prósent en í þeim útreikningi eru meðtalin mál sem eru afturkölluð áður en nefndin úrskurðar í málinu.

Í skýrslu Ríkisendurskoðunar segir að í sumum þeirra tilvika hafi TR breytt fyrri ákvörðun sinni og



Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður ÖBÍ, segir að Tryggingastofnun hafi oft verið bent á galla í almannatryggingakerfinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Þetta heitir á góðri íslensku að hagræða sannleikanum. Til þess að reyna að blekkja fólk.

Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjabandalags Íslands

kærandi í framhaldinu dregið kærú sína til baka. Sé leiðrétt fyrir slíkar afturkallanir reynist hlutfall úrskurða sem staðfestu verklag Tryggingastofnunar eða vísa máli frá hafa verið 61 til 70 prósent á tímabilinu 2017 til 2019.

„Þetta heitir á góðri íslensku að hagræða sannleikanum. Til þess að reyna að blekkja fólk,“ segir Þuríður.

Spurð hvort það stangi til að fara í málaferli til þess leiðrétta rangar greiðslur, segir Þuríður að ÖBÍ sé enn að berjast fyrir því að búsetuskerðingar Öryrkja verði leiðréttar.

„Við erum enn að berjast í málinu um búsetuskerðingar fólks. Þar sem TR viðurkendi að hafa reiknað fólk samkvæmt rangri reiknireglu frá árinu 2009. Árið 2018 átti að leiðrétta það og ég veit ekki betur en að eins og staðan er í dag, tveimur árum seinna, sé einungis búið að leiðrétta um 500 einstaklinga af 1.500,“ segir Þuríður.

Formaðurinn bætir við að ÖBÍ sé enn að fá fólk til sín með lífeyri sem reiknaður sé eftir rangri reiknireglu.

Þuríður segir það einnig sérkennilegt að eins og fram kemur í skýrslunni séu einungis tveir starfsmenn ráðuneytis að sinna þessum stóra málaflokki meðfram öðrum störfum í ráðuneytinu.

Þá segir einnig í úttektinni að Öryrkjar leiti daglega til ÖBÍ til að fá upplýsingar og ráðgjöf sem TR ætti að veita þeim. Ástæður þessa eru meðal annars vantraust og óánægja með þjónustu stofnunarinnar. Þá virðast margir lífeyrisþegar eiga í vandræðum með að skilja upplýsingar sem koma frá TR.

„Þetta útheimtir oft mikla vinnu af hendi veiks fólk sem á ekki auðvelt með að verja sig,“ segir Þuríður sem kveðst vonast til að fleiri fái rétta úrlausn sinna mála úr þessu en bendir á að þar sé mikið verk að vinna. mhj@frettabladid.is

Yfir 650 þúsund í mat á Kjarvalsstofu

REYKJAVÍK Fram kom í nýlegu svari borgarritara við fyrirspurn Vigdísar Hauksdóttur, borgarfulltrúa Miðflokksins, að starfsmenn hafi á tíu mánaða tímabili notið veitinga fyrir rúmar 800 þúsund krónur á Vinnustofu Kjarvals.

Í reikningum sem lagðir voru fram fyrir innkaupa- og framkvæmdaráð nær heildarupphæð veitinganna yfir 1,2 milljónir króna, þar af eru meira en 650 þúsund krónur í mat. Þar inni eru útgjöld vegna EFA-verkefnisins, sem er undirbúningur að Evrópsku kvikmyndaverðlaununum, en þar greiðir mennta- og menningarmálaráðuneytið helming kostnaðarins.

Þá eru einnig reikningar frá skrifstofu borgarstjóra og frá velferðarsviði sem falla ekki undir samning borgarinnar við Vinnustofu Kjarvals.

Í samningnum við borgina er undirstrikað að ekki sé heimilt að taka myndir af gestum staðarins.

Þá er tekið fram að á opnumar-



Í samningi er lagt blátt bann við að mynda gesti Kjarvalsstofu MYND/ABSEND

tíma sé boðið upp á kaffi og kolsýrt vatn, rúkkad er sérstaklega fyrir kaffidrykki og aðra gosdrykki. Samkvæmt reikningunum voru keyptir kolsýrðir drykkir fyrir

tæpar 21 þúsund krónur og kaffidrykkir fyrir rúmar 54 þúsund krónur. Í nokkrum tilfellum var um að ræða tónik sem keypt var samhliða gini. – að

Þekkirðu lyfin þín?
Fáðu faglega aðstoð lyfjafræðings

Komdu eða pantaðu tíma í síma 517 5500 eða sendu póst á lyfsalinn@lyfsalinn.is

LYFSALINN
og þér líður betur

GLÆSIBÆ / OPIÐ 08:30-18:00 mán.- fös.
Sími 517 5500 / lyfsalinn@lyfsalinn.is

VESTURLANDSVEGI / OPIÐ 10:00-22:00 alla daga
Sími 516 5500 / vesturlandsvegur@lyfsalinn.is

URÐARHVARFI / OPIÐ 08:30-18:00 mán.- fös.
Sími 516 5505 / urdarhvarf@lyfsalinn.is

GRILL HAMBORGARINN

★ NÝTT ★

Einn sá besti

Við kynnum til leiks glænýjan hamborgara sem fer lengra en flestir hamborgarar á markaðnum. Klassískur hamborgari er venjulega 15-20% fita en við ákváðum að hækka hlutfallið upp í 30%. Útkoman er líklega einn besti hamborgari á markaðnum í dag, gerður úr 100% íslensku nautakjöti. Hann nýtur sín hvað best grillaður, þar sem fituhlutfallið er hátt. Þú hreinlega verður að smakka þennan!



30%
fita



Grill hamborgarinn
2 x 130 g

Sweet Baby Ray's
BBQ sósa

749 kr/pk

449 kr/stk

★ NÝTT ★



Spennandi morgunkorn á
amerískum dögum

verð frá 999 kr/pk

★ NÝTT ★



Monkey Bread- Ekta amerísk
kanilbrauð sem bráðnar í munni

1.199 kr/pk

★ NÝTT ★



Eldaðar kjúklingalundir,
í kornflex- og orientalhjúp

3.699 kr/kg

★ NÝTT ★



Vinsæla snakkid frá USA,
fjöl margar bragðtegundir

verð frá 649 kr/pk



Kimberley's
Súkkulaði- og gulrótabollakökur

499 kr/pk

★ NÝTT ★



Twizzlers í úrvali

verð frá 799 kr/pk



Dreifum álaginu - minnkum biðraðir

Við hvetjum viðskiptavini að nýta sér langan opnunartíma eftirfarandi Hagkaups verslana:

- Skeifa og Garðabær - opið allan sólarhringinn.
- Spöng, Eiðstorgi og Akureyri - 08:00 til 00:00 alla daga.

HAGKAUP

Greidd verða atkvæði um tilnefningu Barrett í næstu viku

BANDARÍKIN Dómsmálanefnd öldungadeildar Bandaríkjaþings fundaði í gær um tilnefningu Amy Coney Barrett í hæstarétt Bandaríkjanna í síðasta sinn en fundir um tilnefninguna hafa staðið yfir frá því á mánudag.

Í gær ræddu þingmenn nefndarinnar um tilnefninguna auk þess sem aðrir en Barrett sjálf mættu fyrir nefndina til að koma sínum skoðunum um dómaraefnið á framfæri og svara spurningum

þingmanna. Sjálf var Barrett ekki viðstödd á fundinum í gær.

Það kom ekki á óvart að helstu umræðuefni dagsins sneru að heilbrigðismálum, þungunarrofi, hlutverki dómara og framtíð hæstaréttar ef Barrett yrði skipuð við réttinn.

Þeir sem mættu fyrir nefndina voru ýmist fylgjandi eða á móti tilnefningunni.

Formaður dómsmálanefndarinnar, Lindsey Graham, byrjaði fundinn á að ákveða tímasetningu



Lindsey Graham. MYND/GETTY

fyrir atkvæðagreiðslu innan nefndarinnar um tilnefninguna en virti með því að vettugi reglur þingsins um að alla vega tveir þingmenn minnihlutans þyrftu að vera viðstaddir.

Þrátt fyrir mótmæli frá eina þingmanni Demókrata sem var viðstaddur við upphaf fundarins, Richard J. Durbin, og síðar öðrum þingmönnum Demókrata sem óskuðu eftir því að málinu yrði frestað ótímabundið, var ákveðið

að nefndin myndi greiða atkvæði um tilnefninguna næstkomandi fimmtudag.

Repúblikanar eru með meirihluta innan dómsmálanefndarinnar og eru því allar líkur á að tilnefningin verði samþykkt. Í kjölfarið mun öldungadeildin í heild sinni greiða atkvæði um skipun Barrett og þar sem Repúblikanar eru einnig með meirihluta þar er nánast öruggt að hún verði skipuð í hæstarétt. – fb1



Forskot hjá flokki Morales

BÓLÍVÍA Luis Acre, forsetaframbjóandi Sósíalista, leiðir samkvæmt nýrri könnun, fyrir kosningar í Bólívíu á sunnudag. Kjósa átti 3. maí en því var frestað vegna heimsfaraldursins. Bráðabirgðastjórn hefur stýrt landinu undanfarið ár.

Sósíalistaleiðtoginn Evo Morales sagði af sér eftir vafasaman kosningasigur í október árið 2019 og þrýsting frá hernum. Hefur ringulreið ríkt í landinu síðan og bráðabirgðastjórn Jeanine Anez gengið illa að halda friðinn. Anez tilkynnti í síðasta mánuði að hún væri hætt við framboð sitt af ötta við að sundra lýðræðissinum og Sósíalistar kæmst aftur til valda.

Könnunin, sem birt var síðasta föstudag, sýnir Acre með 6 prósentu forskot á helsta keppinautinn, Carlos Mesa, sem var forseti á árunum 2003 til 2005.

Þrátt fyrir að Acre leiði hefur stuðningur við Sósíalista dvínað mjög. Í september mældist flokkurinn með rúmlega 40 prósentu fylgi en hefur nú tæplega 34 prósent. Mesa mældist með tæplega 27 prósent og hefur fylgi hans ekki mikið breyst frá fyrri mánuði.

Miðað við þessa útkomu yrði önnur umferð kosninga, því það gerist sjálfkrafa ef enginn framboðandi nær 40 prósentu fylgi. – khj

Yfirgaf fundinn

COVID-19 Ursula von der Leyen, forseti framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins, yfirgaf í gær leiðtogafund sambandsins eftir að upp kom COVID-19 smit hjá starfsmanni á skrifstofu hennar.



Ursula von der Leyen

Von der Leyen greindi frá því á Twitter-síðu sinni í gær að hún hefði farið í skimun fyrir veirunni eftir að smitið hjá starfsmanninum kom upp en fengið neikvætt svar. Hún hygðist þó til öryggis yfirgefa fundinn og fara í einangrun.

Leiðtogafundurinn fer fram í Brussel og hann sitja leiðtogar allra 27 Evrópusambandsríkjanna. Efnifundarinn er undirbúningur samningaviðræðnalotu við Bretu um framtíðartilhögun samstarfs sambandsins og Bretu. – bj



Siglunes mun hverfa í sjóinn verði ekkert að gert og þá kemst norðanbrimið óhindrað inn í Siglufjörð. MYND/INGVAR ERLINGSSON

Höfnin í hættu hverfi Siglunes

Hópur fólks hefur tekið sig saman um að bjarga Siglunesi, lítilli táb sem gerir Siglufjarðarhöfn að úrvalshöfn. Leitar Fjallabyggð nú að færum leiðum til þess að stöðva landbrot áður en það verður um seinan.

NORÐURLAND Bæjarstjórn Fjallabyggðar fer nú yfir leiðir til þess að bjarga Siglunesi, lítilli táb milli Siglufjarðar og Héðinsfjarðar, fyrir ágangi sjávar. En hún á stóran þátt í að gera Siglufjarðarhöfn einhverja þá bestu á landinu.

Hefur skipulags og umhverfisnefnd sveitarfélagsins lagt til að sótt verði um framlag til Vega-gerðarinnar í samvinnu við landeigendur vegna ágangs.

Gunnar Trausti Guðbjörnsson, sem er brottfluttur Siglufjarðingur og ritstjóri Siglufjarðarblaðsins, fer nú fyrir áttakinu Björgum Siglunesi. Segir hann vitneskjuna um þessa vá ekki nýja af nálinni.

Afi eins úr hópnum, gamall skipstjóri, hafi nefnt í kringum árið 1970 að skelfilegt yrði ef nesið færi og aldan kæmist beint inn í fjörðinn. Staðkunnugir menn fullyrði að um 20 til 30 metrar af hinu mjóa nesi hafi horfið í sjóinn á undanföllum áratugum.

Jörðin Siglunes lagðist í eyði árið 1988 en þar var um langt skeið prestssetur og ein helsta hákarla-verbúð landsins. Liggja því merkar

Pað verður ekki hægt að landa skipum og stór skemmtiferðaskip munu ekki geta sett farþega í land.

Gunnar Trausti Guðbjörnsson, ritstjóri



minjar þar í jörð. Árið 2011 lét Fornleifavernd ríkisins gera úttekt á Siglunesi þar sem landbrot var meðal annars metið. Kom þar fram að töluvert landbrot hefði verið undanfarið 60 ár, gróðurþekja minnkað, sumar minjar skemmt vegna ágangs og einhverjar minjar þegar horfið í sjó.

„Þar sem nesið er mjóst er gróðurþekjan á algjöru undanhaldi,“ segir í skýrslunni. Var áætlað að

nesið hefði mjökkað um 6 til 10 metra á aðeins einum áratug, eða frá árinu 2000, og lagt til að björgunaruppgröftur væri gerður til þess að forða minjum áður en þær hyrfu í sjóinn.

Þó að slæmt sé að minjar hverfi hafa Gunnar og fleiri meiri áhyggjur af höfninni og kaupstaðnum. „Ef nesið fer í miðjunni er þetta bara búið,“ segir hann. „Þá fer restin á nokkrum árum og aldan kemur óbrotin inn í fjörðinn. Það verður ekki hægt að landa skipum og stór skemmtiferðaskip munu ekki geta sett farþega í land.“

Þá telji sumir að þetta muni einnig hafa voveifleg áhrif á flugvöllinn, sem liggur suðaustanmegin í firðinum, gegnt bænum.

Siglufjörður varð ekki að einu farsælasta sjávarplássi landsins fyrir tilviljun. Aðstæður í firðinum og verndin frá Siglunesi gera það að verkum. „Ég var sjálfur á sjó og fann mikinn mun á að sigla þarna inn miðað við til dæmis Ólafsfjörð þar sem norðanaldan gengur beint inn. Þetta er algjör lífhöfn á þessu svæði,“ segir Gunnar.



Siglunes er vörn Siglufjarðar gegn briminu. MYND/LANDMÆLINGAR ÍSLANDS

EKKI hefur verið reiknað út hvað það taki langan tíma fyrir nesið að brotna niður, en ljóst er að eftir því sem það minnkar gengur niðurbrotið hraðar. Segir Gunnar það því afar brýnt að ráðast í aðgerðir. Kostnaðurinn hefur heldur ekki verið metinn en tölur á bilinu 1 til 2 milljörðum króna hefur verið kastað fram. Reka þurfi þil og sprengja grjót úr fjöllum til að styðja það. kristinnhaukur@frettabladid.is

Sjálfstæðismenn með yfirburði í utanríkismálum

STJÓRNMÁL Sjálfstæðisflokkurinn hefur styrkt stöðu sína verulega á sviði utanríkismála eftir breytingar á skipun fulltrúa í fastanefndum þingsins, sem tilkynntar voru fyrir í vikunni. Auk þess að stýra ráðuneyti utanríkismála fara Sjálfstæðismenn nú bæði með formennsku og varaformennsku í utanríkismálanefnd og eiga þrjá fulltrúa í nefndinni á móti einum fulltrúa allra annarra flokka í nefndinni.

Töluverðar hrókeringar voru gerðar í nefndum þingsins eftir að Rósa Björk Brynjólfsdóttir sagði sig úr Vinstri grænum stuttu áður en þing kom saman til haustþings. Rósa á enn sæti í utanríkismálanefnd, en sem þingmaður utan flokka. Þá kemur Njáll Trausti Friðbertsson, Sjálfstæðisflokkurinn, inn í nefndina í stað Bjarkeyjar Olsen Gunnarsdóttur sem tekur hans sæti



Skiptar skoðanir voru í þingflokki VG um samstarf við Sjálfstæðisflokkinn. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

í fjárlaganefnd. Njáll Trausti tekur við varaformennsku í nefndinni af Rósu Björk.

Eftir breytingar í nefndum þingsins á Sjálfstæðisflokkurinn þrjá

Auðvitað eru utanríkismálin mikilvæg en það eru fjármálin líka.

Steinunn Þóra Árnadóttir, þingkona Vinstri grænna

aðalmenn í utanríkismálanefnd, formanninn Sigríði Á. Andersen, Njáll Trausta og Bryndísi Haraldsdóttur. Aðrir flokkar á þingi eiga aðeins einn fulltrúa, þar á meðal Vinstri græn, en Ari Trausti Guðmundsson er eini þingmaður flokksins í nefndinni eftir breytingarnar.

„Auðvitað eru utanríkismálin mikilvæg en það eru fjármálin svo sannarlega líka, nú á þessum tímum,“ segir Steinunn Þóra Árnadóttir, þingkona Vinstri grænna, í samtali við Fréttablaðið. Hún segir að eftir breytingarnar eigi Vinstri græn tvo menn í fjárlaganefnd en fyrir breytingarnar hafi þau aðeins átt einn fulltrúa í þeirri nefnd en Sjálfstæðisflokkurinn þrjá.

Ólík afstaða Vinstri grænna og Sjálfstæðisflokksins til utanríkismála var meðal ástæðna þess að mjög skiptar skoðanir voru um samstarfið í grasrótum beggja flokka. Vinstri græn hafa frá stofnun flokksins verið andvíg þátttöku Íslands í Atlandshafsbandalaginu en Sjálfstæðismenn lagt mikla áherslu á samstarfið í NATO sem lykilþátt í varnar- og þjóðaröryggis- stefnu Íslands. – að



LYFSALINN

BÍLAAPÓTEK VIÐ VESTURLANDSVEG

Renndu við og fáðu lyfin afgreidd beint í bílinn.
Snertilausar afgreiðslur.



Apótek Lyfsalans:

LYFSALINN GLÆSIBÆ	Opið 8.30 - 18.00	Sími 517 5500 / lyfsalinn@lyfsalinn.is
LYFSALINN VESTURLANDSVEGI	Opið 10.00 - 22.00	Sími 516 5500 / vesturlandsvegur@lyfsalinn.is
LYFSALINN URÐARHVARFI	Opið 8.30 - 18.00	Sími 516 5505 / urdarhvarf@lyfsalinn.is

www.lyfsalinn.is

Ekki stikkfrí



Hörður
Ágústsson
hordur@frettabladid.is

Vegna sterkrar stöðu ríkissjóðs getum við beitt ríkisútgjöldunum, meðal annars með aukinni opinberri fjárfestingu, til að vinna gegn efnahagssamdrættinum og stutt við heimili og fyrirtæki. Það þýðir samt ekki, eins og stundum mætti ætla, að hægt sé að umgangast ríkissjóð eins og opin bar. Fyrirséður hallarekstur veldur því að lánsfjárbörf ríkisins fram til 2025 er um þúsund milljarðar. Á meðan óvissa er um hvernig eigi að standa að fjármögnun á þessari skuldaaukningu – Seðlabankinn hefur ekki enn látið til sín taka með beinum kaupum á ríkisskuldabréfum – er hætt við því að langtímavextir á markaði muni fara hækkandi með auknum vaxtakostnaði í för með sér fyrir ríkið. Slik hækkun myndi eins smitast yfir á lánamarkaðinn með því að gera fjármögnun fyrirtækja dýrari og auka aðhaldið á sama tíma og efnahagshorfur fara versnandi.

Kórónukreppan einskorðast hins vegar ekki eingöngu við rekstur ríkissjóðs. Fjárhagsstaða sumra sveitarfélaga, einkum Reykjavíkurborgar, var veik fyrir en nú blasir við alvarlegur hallarekstur til næstu ára og við því þurfa þau að bregðast. Sú leið sem sveitarfélögin hafa farið er að óska eftir aðkomu ríkisins með beinu óendurkræfu fjárfestingu upp á 50 milljarða króna. Það er samt ekki allt. Fulltrúi Samfylkingarinnar í borgarmeirihlutunum lýsti því yfir um helgina í fjölmiðlum að Reykjavíkurborg væri jafnframt að biðja um aðra eins upphæð sérstaklega í sinn vasa frá ríkinu. Skattgreiðendur, sama í hvaða sveitarfélagi þeir búa, ættu í reynd að gleðjast yfir þessari beiðni enda væri Reykjavík borg allra landsmanna. Ekki er víst að allir landsmenn taki undir þann málflutning.

Meirihlutinn í borginni hefur ítrekað fullyrt að fjárhagur Reykjavíkur standi traustum fótum. Það skýtur skökku við nú þegar staðan er sú, eins og fram hefur komið í minnisblaði sviðsstjóra fjármálasviðs borgarinnar, að fjármögnunarrvandinn sé slíkur – vegna tekjusaðráttar og aukinna útgjalda – að það stefni í „algerlega ósjálfbærar rekstur til margra ára“. Þá sé ekki hægt að leysa þann vanda með „stórfelldum lánveitingum þar sem veltufé frá rekstri mun ekki til margra ára framundan standa undir afborgunum“. Þessi grafalverlega staða kemur til á sama tíma og borgin er þegar með útsvars- og fasteignaskattsprósentur við lögbundið hámark. Það er mikið áhyggjuefni að uppgangsrárin hafi ekki verið nýtt betur til að búa í haginn fyrir mögru árin og byggja upp sterkari sjóðsstöðu. Þannig jukust tekjur borgarinnar um tæplega 24 prósent að raunvirði 2015 til 2019 á meðan skuldirnar jukust um 27 prósent.

Sumt hefur þróast til betri vegar í höfuðborginni undanfarin ár, en eitt af því er ekki fjármálastjórn meirihlutans. Vandinn þar er heimatilbúinn og lýsir sér meðal annars í því að Reykjavíkurborg, sem er með um 20 prósent fleiri starfsmenn á hvern íbúa en Kópavogsbær, hefur mistekist að nýta sér stærðarhagkvæmni í rekstrinum. Í stað þess að betla meiri pening af ríkinu, sem á nóg með sig, ætti borgin að leita allra leiða til hagráðingar – þar er af nægu að taka – og um leið að koma til móts við fyrirtæki í erfiðleikum og búa þeim samkeppnishæft rekstrarumhverfi. Við þessar aðstæður geta stjórnendur og meirihlutinn í borginni ekki verið stikkfrí frá því að taka sársaukafullar ákvarðanir.

Það er áhyggjuefni að uppgangsrárin hafi ekki verið nýtt betur til að búa í haginn fyrir mögru árin.

Halldór



Frá degi til dags

Lok, lok og læs
Sameyki er búið að velja stofnun ársins 2020 og fleira skemmtilegt. Tveir skólar fóru með sigur af hölmi í sínum keppnisgreinum. Norðlingaskóli og Framhaldsskólinn í Vestmannaeyjum. Á yfirstandandi ári hefur skólalald verið með breyttu sniði frá því sem áður þekktist út af sottlu og hafa þeir verið meira og minna lokaðir á árinu. Það virðist hafa gefist vel í þessu tilliti. Þá vekur athygli að Nýsköpunarmiðstöð Íslands sigraði í sínum keppnisflokki, stofnanir ríkisins. Eins og kunnugt er er það óbifanleg ákvörðun nýsköpunaráðherra að starfsemi þeirrar ríkisstofnunar verði hætt um áramót.

Aldrei má ekki neitt
Í samráðsgátt er komið frumvarp dómsmálaráðherra um stórfelldar takmarkanir á mannréttindum í kringum áramót. Það er verið að takmarka notkun skotelda. Þetta er sjokker. Það er búið að loka okkur inni, banna okkur að hittast, megum ekki fara á barinn og þurfum að standa í röð fyrir utan vinnubúðina – sem er eiginlega jafniðurlægjandi og að standa í röð fyrir utan Húð og kyn við Borgarspítalann. Ofan í allt þetta mega menn ekki gleðja sig yfir flugeldum nema örfáar mínútur um áramótin umfram þann tíma sem skaupið og forsætisráðherrann eru í loftinu.

Af hverju ójafnt atkvæðavægi?



Hanna Katrín
Friðriksson
Þingmaður
Viðreisnar

Þegar talað er fyrir jöfnun atkvæðavægis til kosninga er viðkvæðið gjarnan: „Á nú að taka þetta frá landsbyggðinni líka?“ Og það er ekki nema von að spurt sé. Nær allri stjórnsýslu og umgjörð hennar hefur verið komið fyrir á suðvesturhorni landsins. Á sama tíma hefur grunnþjónusta í heilbrigðiskerfinu dregist saman á landsbyggðinni. Það sama má segja um verslun og þjónustu, allt frá saumastofum til banka. Þetta hefur átt sér stað þrátt fyrir misskiptingu atkvæða og því spyr ég á móti: Hvað hefur ójafna atkvæðavægi gert til að bæta þetta?

Þessi atriði sem ég nefni hér eru allt verðug viðfangsefni, sem hafa verið látin ósnert of lengi. Við eignum að nýta fjárvinnutæknina til að tryggja að störf í stjórnsýslunni séu úti um allt land. Við eignum líka að nýta tæknina til að tryggja að aðgengi allra að opinberri þjónustu sé jafnt. Við þurfum að færa aukid lýðræðislegt vald til sveitarstjórnarstigsins og fjármagn í samræmi við það. Síðast en ekki sist verðum við að tryggja að arður þjóðarinnar af fiskveiðiauðlindinni sé nýttur til uppbyggingar í hverri heimabyggð – og sérstaklega fyrirsjáanleg aukning arðsins sem fæst með því að færa kvótann á markað. Fyrir því höfum við í Viðreisn barist frá upphafi.

Þingmenn eiga að líta á sig sem fulltrúa allrar þjóðarinnar og leiðin að því marki er að gera atkvæðavægi landsmanna jafnt. Við eignum ekki að veita þeirri umræðu hljómgrunn að ójafna atkvæðavægi sé til þess að bæta með einhverjum hætti skort á þjónustu á landsbyggðinni. Ég þekki engan sem myndi vilja auka atkvæðavægi sitt í kosningum gegn því að fá lakari heilbrigðisþjónustu. Þetta eru með öllu ótengdir þættir. Við eignum bæði að jafna atkvæði allra landsmanna og auka þjónustu og öryggi þeirra sem búa allt landið um kring. Þetta eru lykilatriði þegar kemur að raunverulegu frelsi fólks í lýðræðissamfélagi. Hagsmunum landsmanna, óháð búsetu, er best borgið með kerfi sem sameinar okkur frekar en sundrar.

Ný tvöföld virkni sem veitir hraða og langvarandi vörn gegn tannkuli.

TVÖFÖLD VIRKNI

FYLLIR
LOKAR
VERNDAR

STYRKIR

GUM
Sensivital+

GUM
Sensivital+

Ekki mygla

Í DAG



Guðmundur Steingrímsson

Í vor, þegar kórónuveiran fór á flug í sinni fyrstu bylgju, var tímasetning heimsfaraldurs fyrir okkur Íslendinga að mörgu leyti heppileg. Það glaðhlakkalega viðhorf er reyndar svolítið í stil við annað. Þjóðin hefur haft tilhneigingu til að telja sig koma ágætlega út úr válegum hörmungum, eins og tveimur heimsstyrjöldum, og jafnvel kveður svo rammt að þessu hugarfari að sjálf hamfarahlýnun jarðar er af sumum talin ákjósanleg fyrir Íslendinga, því hér verði þá loksins skaplegt veður.

Slíkar ályktanir eru í besta falli ábyrgðarlausar, en hins vegar er þó nokkurt sannleikskorn í þessu með kórónuveiruna í vor. Viðureignin var auðvitað ekki auðveld og margir eiga um sárt að binda, en almennt var þó talið að Íslendingar hefðu sloppið vel. Það er þó af öðrum sjónarhóli sem ég tala um heppilega tímasetningu. Ég held að með nokkurri vissu megi halda því fram að mars og apríl séu frekar tilkomulitlir millibils mánuðir á Íslandi. Vetur að hætta, en þó ekki. Slabb og drulla. Vor að koma, en er þó ekki komið. Árhátíðir búnar. Líkamsræktaráttök að renna út í sandinn. Fólki ekki orðið besta útgáfan af sjálfu sér. Betta ástand lýsir sér í því að í venjulegu árferði, og þarf ekki veirusjúkdóm til, brosir fólk jafnvel ekki að ráði fyrir en tiltekinn farfugl flýgur hingað loksins í lok þessa tímabils, sest á þúfu og blístrar stef. Lóan er afhjúpanði. Þjóð þarf von. Finnur hana í fugli.

Ég held þess vegna, bæði af veðurfarslegum og félagslegum ástæðum, hafi mörgu fólki þótt það hreinilega ágætt að fá smá tíma heima hjá sér í þessa tvo mánuði. Hætta við plön. Pústa. Vinna í magavöðvunum. Blása af fermingarveislur. Byggja pall. Fara í naflaskoðun. Vera í náttfötunum. Af tali fjölmargra hef ég merkt að fólk jafnvel sakni þessa tímabils. Þetta hafi verið svo ágætt.

En annað var líka áberandi. Alltaf var viss tilhlökkun fyrir hendi. Sumarið kemur, sagði fólk. Þá verður gaman. Og það kom líka. Partí fóru fram. Nánast óbærileg félagsleg pressa myndaðist á landsmenn alla um að keyra austur til að skoða Stuðlagil. Allir voru á einhverjum tímamarki í Vök við Egilsstaði, virðist vera. Sumarið var sem sagt skemmtilegt. Ísland út af fyrir okkur. Og svo heppilega vildi til fyrir Íslendinga, þá lukkunna pamfíla, að vírusinn dró sig í hlé um stundarsakir. En nú er hins vegar annað uppi á teningnum. Þriðja bylgjan er mætt í bylgjulest sem enginn sér í raun og veru fyrir endann á. Og eins og þau segja í Game of Thrones: Veturinn er að koma.

Ég man eftir síðasta janúar. Þá dundu á okkur lægðirnar. Maður var orðinn samanherptur af veðurbarningi, eins og síðasti ábúandi í afskekktum dal við heimsskaupsbaug. Maður gegn veðri í myrkri. Inn í þetta siglum við nú og ekkert sumar í nánd. Spurningar blasa við og þær eru aðkallandi: Munum við mygla? Munum við tryllast? Munum við síðhærd og óklyppt fara í hár saman?

Þetta er sem sagt langhlaup, en ekki spretthlaup, þessi óskundi. Ég held að sá veruleiki sé að síast inn. Aftur erum við heima. Náttföt. Fjarfundir. Í vikunni greindi Alþjóðaheilbrigðisstofnunin

frá því mati sínu að meginþorri almennings verði ekki bólusetur fyrir en árið 2022. Haltu á ketti, langar mann að segja við því. Þarf maður að fara að kaupa sér eitt-hvað varanlegra en grímu fyrir andlitið? Er það kannski svona sem búningarnir í Stjörnustríði, í því sólkerfi langt í burtu, byrjuðu? Þurfti Svarthöfði upphaflega að bera hjálm út af langvarandi

farsótt? Ætti maður að fjárfesta í svoleiðis? Heilbúningi og skikkju jafnvel? Hver er sparnaðurinn í varanlegum hjálmi með öndunar-búnaði miðað við einnota grímur?

Þetta er auðvitað hætt að vera fyrndið, en þetta má samt aldrei hætta að vera fyrndið. Sem er fyrndið. Það er hið samfélagslega próf veirunnar, sem hún í lýmsku sinni leggur núna fyrir okkur. Að

halda í góða skapið. Hún ætlar að herja á okkur enn um sinn, gera suma fárveika, aðra ekkert veika, pirra okkur, etja okkur saman, stíla okkur í sundur, hafa af okkur mannamót og jafnvel lífsviðurværi, troða okkur mjútuðum í Zoom og láta okkur með öllum sínum bellibrögðum falla í þá freistni að brjálást.

En við skulum ekki gera það.

Vírusinn veit ekki úr hverju við erum gerð. Langur vetur? Iss piss. Sama hvað hver segir. Það mun koma sumar. Þessu mun linna. Og þá verður þessi vírus aðeins ein opna í sögubókum og við margfalt sterkari, reynslunni ríkari og hamingjusamari. Með slétta magavöðva og nýjan pall. Búin að horfa á alla sjónvarpsþætti heimsins og mastera súrdeigið. Éttu það, COVID.

Óstóber.

TÍMI TIL AÐ NJÓTA OSTA

Íslenskir ostadagar í október

Í Óstóber er tími til að njóta osta. Gæddu þér á þínum uppáhaldsostum, smakkaðu nýja og prófaðu spennandi uppskriftir á gottimatinn.is, þar sem íslenskir ostar koma við sögu.

**Freddy Adu
samdi í Svíþjóð**

FÓTBOLTI Freddy Adu sem skaust fram á sjónarsviðið sem þrettán ára vonarstjarna bandarískrar knattspyrnu er búinn að semja við lið í 3. deild sænska boltans. Adu tók því skóna fram á ný eftir tveggja ára fjarveru frá knattspyrnu og mun leika með Osterlen FF í Svíþjóð.

Adu varð yngsti leikmaður heims til að skrifa undir atvinnumannasamning þegar hann skrifaði undir hjá D.C. United, fjórtán ára gamall árið 2003. Adu vakti athygli stærstu liða heims og var boðið á reynslu til Manchester United en það fór fljótlega að fjara undan ferlinum.

Adu sem er 31 ára í dag hefur verið á málum hjá liðum í Portúgal, Frakklandi, Grikklandi, Tyrklandi, Brasilíu, Serbíu, Finnlandi og nú Svíþjóð. Hann lék á sínum tíma sautján leiki fyrir hönd Bandaríkjanna og skoraði tvö mörk. – kpt

**Breytingar á
Vestfjörðum**

FÓTBOLTI Leiðir karlaliðs Vestra í knattspyrnu og Bjarna Jóhannssonar munu skilja eftir að yfirstandandi keppnistímabili lýkur. Bjarni hefur stýrt Vestra í þrjár leiktíðir og fram kemur í tilkynningu Vestra um viðskilnaðinn að félaginu þyki miður að samstarfinu ljúki á þessum tímamarki.

Bjarni hóf störf fyrir vestan árið 2018 en hann stýrði Vestra upp úr 2. deildinni síðasta haust. Þegar tvær umferðir eru eftir af Lengjudeildinni er liðið í sjöunda sæti deildarinnar með 29 stig. Vestri er því öruggt með sæti sitt næsta sumar hvort sem mótið verður klárað eða keppni hætt vegna COVID-19.

Fram kom í frétt á fótbolta.net nýverið að tveir erlendir leikmenn sem hafa leikið með liðinu í sumar hafi nú þegar yfirgefið herbúðir Vestra og á mánudaginn kemur muni samningar þeirra erlendu leikmanna sem enn séu fyrir vestan renna út. Því liggi fyrir að liðið muni treysta á heimamenn og þá íslensku leikmenn sem leika með liðinu það sem eftir lifir tímabils. – hó

Íþróttir byggjast á tilfinningum

Í tilkynningu KSÍ í gær kom fram að starfsfólki sambandsins hefði verið heimilt að fara inn á völinn en óheimilt að fallast í faðma. Íþróttasálfræðingur segir erfitt að hemja tilfinningarnar á slíkum stundun.

ÍÞRÓTTIR „Íþróttir byggja alltaf á miklum tilfinningum og að mörgu leyti eru tilfinningar frumkraftur íþróttar. Það sést bersýnilega á hegðun áhorfenda á leikjum og það er grundvallarpunktur að ef íþróttir myndu ekki byggja á tilfinningum væru íþróttir ekki svona vinsælar. Þær myndu ekki ná til þess fjölda sem þær gera á heimssviðu,“ segir Viðar Halldórsson félagsfræðingur, sem hefur sinnt kennslu og rannsóknunum í íþróttafélagsfræði og íþróttasálfræði, þegar Fréttablaðið ræðir við hann um hið fræga faðmlag eftir leik Íslands og Rúmeníu.

KSÍ sendi frá sér tilkynningu í gær þar sem hlið Knattspyrnu-sambandsins var útskýrd eftir að Fréttablaðið vakti athygli á því að hluti starfsliðs karlallandsliðsins hefði brotið reglur UEFA og KSÍ um sóttvarnir eftir leikinn gegn Rúmeníu í síðustu viku. Þá fóru tveir einstaklingar í starfsteyminu, Þorgrímur Þráinsson og Magnús Gylfason, inn á völinn til að fagna með liðsmönnum íslenska liðsins en síðar kom í ljós að Þorgrímur var smitaður af COVID-19 og var allt þjálfarateymið í sóttkví á leik Íslands og Belgíu í fyrradag.

Í tilkynningu KSÍ kom fram að samkvæmt reglum hefði þeim verið heimilt að ganga inn á völinn en að reglur um fjarlægðarmörk hefðu verið brotnar þegar þeir komust í snertingu við leikmenn Íslands eftir leikinn. Þá var því bætt við að tilfinningar sem væru stór hluti af íþróttum hefðu ráðið för eins og gerist þegar fólk upplifir stór atvik inn á vellinum og fyrir vikið hefðu menn gleymt sér í andartakinu. Það afsaki ekki þetta og að KSÍ muni leitast við að gera betur og standa undir ábyrgð.

Viðar sem hefur unnið að ýmsum rannsóknum tengdum íþróttum, þar á meðal á áhrifum velgengni knattspyrnulandsliðanna, segir að velgengni landsliða skili sér í meiri ánægju í íslensku samfélagi.

„Þegar Ísland komst á HM jókst velliðan þjóðarinnar, lífið var betra og fólk fylltist mikilli þjóð-



Vikingaklappið er hluti af tengslum áhorfenda við íslensku landsliðið í knattspyrnu. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

**Íþróttir eru í kjarna
sínum byggðar á
tilfinningum fólks.**

Viðar Halldórsson,
doktor í félagsfræði

erniskennnd. Íþróttir eru í kjarna sínum byggðar á tilfinningum fólks, stuðningsmanna og þátttakenda og sumir horfa á íþróttir eins og trúarbrögð. Íslenska leiðin er að spila með hjartanu og við ætlumst til þess að fulltrúar okkar keppt frá hjartanu og fullnýti allar tilfinningar þegar þeir keppt fyrir Íslands hönd.“

Sjálfur hefur Viðar unnið með KSÍ og þekkir því vel til menningarinnar innan landsliðsins.

„Ég hef komið að verkefnum með KSÍ og maður finnur að það eru allir samtaka í átt að sameiginlegu markmiði fyrir liðið. Þá geta tilfinningarnar brotist út eins og raun bar vitni, ekkert ólíkt því sem gerist hjá áhorfendum á meðan á leikjum stendur. Áhorfendur missa sig oft þótt að þeir séu ekki þátttakendur, hvað þá einstaklingar sem eru búnir að eyða dögum, mánuðum, jafnvel árum í undirbúningi.“

Aðspurður tekur Viðar undir að þetta sé fin lína á milli þess hvaða snertingar megi leyfa og þess að gæta sóttvarna.

„Auðvitað viljum við öll gæta sóttvarna og í þessu tilviki var mikil óheppni að þarna var um að ræða smitaðan einstakling. Íþróttahæmurinn er að takast á við áskorun sem þau hafa aldrei áður tekist við. Reglurnar sem eru í gildi eiga að hjálpa okkur að sporna

við þessu sem er mjög mikilvægt en kannski eru þær ekki fullmótaðar. Í tilviki landsliðsins eru allir búnir að vera í búbbli, saman í langan tíma og búnir að fara margoft í skimun. Hægt er að nefna dæmi að í kvennalandsleiknum voru reglur um að það ætti að vera eins metra bil á milli leikmanna í þjóðsöngnum. Svo fóru leikmenn beint í liðsmyndatöku og spiluðu svo leikinn með tilheyrandi snertingum,“ segir Viðar sem segir þó mikilvægt að gæta þess að huga eins vel að sóttvörnum og hægt er.

„Það er ekki hægt að sjá fyrir aðstæður eins og þessar og það er því eðlilegt að það sé óvissa. Þegar það á við geta grá svæði myndast í regluverkinu og þá koma upp svona túlkunaratriði. Ef þessi veira er ekkert á förum næstu ár verður að snúa reglurnar betur að aðstæðum.“
kristinnpall@frettabaldid.is

Limbó íþróttalífs á Íslandi heldur áfram næstu vikurnar

ÍÞRÓTTIR Frá 7. október síðastliðnum hefur keppnishaldi í íþróttum hérlandis verið slegið á frest. Íþróttafélögin í landinu sammæltust þá um að fylgja tilmælum sóttvarnaryfirvalda og ÍSÍ, stöðva tímabundið æfingar liða á höfuðborgarsvæðinu og hvers konar keppni og mótahald um allt land. Núgildandi sóttvarnareglur renna út mánudaginn 19. október.

Lesa má úr orðum Þórólfs Guðnasonar sóttvarnalæknis að hann muni í dag mæla með því við heilbrigðisráðherra að gildandi sóttvarnareglur muni í meginatriðum gilda áfram næstu vikurnar. Þar verði hins vegar skerpt á fyrirmælum á ýmsum sviðum samfélagsins.

Skiptar skoðanir eru í knattspyrnusamfélaginu um hvort halda skuli áfram mótahaldi eftir að núverandi frestun Knattspyrnusambands Íslands, KSÍ, rennur út á mánudag. Samkvæmt bráðabirgðareglugerð sem KSÍ setti vegna COVID-19 skal ljúka keppni í deild og bikar eigi síðar en 1. desember. Heimilt er að hætta keppni

**KSÍ hefur gefið sér út
nóvember til að ljúka
mótshaldi þessa árs.**

á Íslandsmótinu og bikarkeppninni ef sýnt þykir að ekki sé mögulegt að klára mótin vegna COVID-19.

Verði sömu takmarkanir á æfingum og keppni áfram við lýði næstu tvær eða þrjár vikurnar er ljóst að mótanefnd KSÍ hefur tæpan mánuð til þess að klára mótin en inn í þann tíma kemur landsleikjagluggi bæði karla- og kvennemeigin. Verði mótunum aflýst mun hlutfallsstíga fjöldi gilda um niðurröðun sæta og Valur verður Íslandsmeistari karlamegin og Breiðablik í kvennaflokki.

Mikið er í húfi fyrir félögin hvað það varðar að færast upp á milli deilda og tryggja sér Evrópusæti. Liðin á höfuðborgarsvæðinu gætu bent á að ósanngjarnt sé að mæta liðum af landsbyggðinni sem hafa getað æft saman síðustu tvær vikur. Á hinn bóginn hafa félög af landsbyggðinni bent á að ekki sé tækt að



Valsmenn eru með níu fingur á titlinum karlamegin. FRÉTTABLAÐID/VALLI

senda leikmenn liðanna frá svæðum þar sem fá smit eru að greinast til höfuðborgarsvæðisins þar sem faraldurinn er útbreiddastur. Fram kom í frétt Austurfrétta fyrir í þessari viku að forráðamenn Hattar/Hugins, Einherja og Fjarðabyggðar hafi óskað eftir því við KSÍ að keppni verði hætt í neðri deildum karla og kvenna. Haft er eftir Guðmundi Björnssyni Hafþórssyni, formanni

knattspyrnudeildar Hattar/Hugins, að fleiri félög af landsbyggðinni séu sama sinnis þrátt fyrir að vera ekki með í þessari beiðni.

Samkvæmt könnun sem leikmannasamtökin framkvæmdu um miðjan ágúst mánuð á meðal leikmanna í efstu deild karla og kvenna í knattspyrnu á Íslandi myndu rúmlega 40 prósent svarenda kjósa að KSÍ myndi stöðva keppni.

Geir Þorsteinsson, framkvæmdastjóri knattspyrnudeildar ÍA, benti á það í Twitter-færslu á dögunum að leikmenn væru ekki vélmenn og erfitt væri fyrir þá að stöðva siendurtekið sameiginlegar æfingar liða og það að spila leiki og hefja keppni aftur með snörpum hætti eftir stöðvun. Það valdi meidslahtu hjá leikmönnum.

Einnig hafa komið upp sjónarmið hjá stjórnarmönnum félaga að þau geti ekki lengur staðið við skuldbindingar við þá leikmenn sem þeir sömdu við fyrir tímabilid. Þannig geti mörg félög ekki haft erlenda leikmenn sína áfram á sínum snærum.

KSÍ hefur í fyrri yfirlýsingum sagt að stefna sambandsins sé að klára Íslandsmótið og bikarkeppnina og í ádurgreindri bráðabirgðareglugerð segir að mótanefnd KSÍ skuli kappkosta að ljúka mótunum. Mótanefndinni er heimilt að framlengja mótið ef umtalsverðar líkur eru á að mati nefndarinnar að hægt sé að ljúka viðkomandi móti. – hó

Fjölbreytt úrval gæða heimilisvara

áreiðanleg & þekkt vörumerki, fyrir heimilin í landinu



SKOÐAÐU ÚRVALIÐ HJÁ UMBOÐSMÖNNUM
ORMSSON UM LAND ALLT..



...EDA Í VEFVERSLUN **ORMSSON.IS**
ÞAR ER ALLTAF OPIÐ!



Opunartímar
Virka daga kl. 10-18
Laugardagar kl. 11-15

ORMSSON
LÁGMÚLA 8 - 530 2800

Skoðaðu úrvalið okkar á
ORMSSON.IS


*SENDUM UM LAND ALLT

ORMSSON
PRISTUR-ÍSAFIRÐI
SÍMI 456 4751

KS
SAUÐÁRKRÓKI
SÍMI 455 4500

SR BYGG
SIGLUFIRÐI
SÍMI 467 1559

ORMSSON
AKUREYRI SÍMI
461 5000

PENNINN
HÚSAVÍK
SÍMI 464 1515

ORMSSON
PAN-NESKAUPSSTAÐ
SÍMI 477 1900

ORMSSON
ÁRVIRKINN-SELFOSSI
SÍMI 480 1160

GEISLI
VESTMANNAEYJUM
SÍMI 481 3333

TÆKNIBORG
BORGARNESI
SÍMI 422 2211

OMNIS
AKRANESI SÍMI
433 0300

TÍMAMÓT

Merkisatburðir

1612 Eldgos brýst út í Kötlu.

1890 Landshöfðingi vigir fyrsta síma sem lagður er á Íslandi, milli Reykjavíkur og Hafnarfjarðar. Í Fjallkonunni er fyrirbærið kallað málþráður.

1902 Landakotsspítali er tekinn í notkun, hann var reistur og rekinn af Sankti Jósefssysturum.

1905 Verzlunarskóli Reykjavíkur tekur til starfa.

1995 Milljónagangan, mótmælaganga þeldökkra Bandaríkjamanna til Washington D.C., fer fram.

1997 Fyrsta litmyndin birtist á forsiðu The New York Times.

Vinna með skapandi fólki er mjög skemmtileg

Aðalheiður Borgþórsdóttir á feril sem rokkari, ferða- og menningarfrömuður og bæjarstjóri á Seyðisfirði og hefur unnið ótullega að markaðssetningu bæjarins. Samband sveitarfélaga á Austurlandi veitti henni menningarverðlaun á nýafstöðnum haustfundi.

Aðalheiður á einn stærsta þáttinn í að koma Seyðisfirði á kortið sem ferðamannamekka Austurlands,“ stendur meðal annars í rökstuðningi Samtaka sveitarfélaga á Austurlandi fyrir því að veita Aðalheiði Borgþórsdóttur menningarverðlaun nýlega.

Fyrsta spurning til hennar er því: Eru menningarmiðstöðin Skaftfell, LungA, (Listahátíð ungs fólks á Austurlandi) Hótel Aldan og fleiri athyglisverð uppbyggingarverkefni á Seyðisfirði undan þínum rötum runnar? „Ekki hugmyndirnar sjálfar, nema að litlu leyti,“ svarar hún. „Ég hef verið meira í því að grípa hugmyndir á lofti, próa þær áfram og koma þeim í framkvæmd. Hótelhugmyndin byggði á okkar húsa-arfi frá því um aldamótin 1900. Veitingastaðurinn Aldan er í einu þeirra þriggja húsa sem tilheyra Óldunni og öll eru innrétuð í antíkstíl. Við vorum svo heppin að fá frábæra rekstaraðila sem hafa haldið þeim veitingastað gangandi frá 2003 og það er afrek. Allt snýst um að laða að gott fólk til að vinna með, ég er nokkuð góð í því.“

Aðalheiður kveðst til dæmis hafa unnið í áhugaverðum grasrótarhópi að því að koma Skaftfelli, menningarmiðstöð, á koppinn, fyrst sem formaður og síðar framkvæmdastjóri. „Vinna með skapandi fólki er mjög skemmtileg, þó það sé kannski ekki endilega framkvæmda- eða rekstrarfólk. Það er svo gaman að láta verða eitthvað úr þeim æðislegu hugmyndum sem koma fram á hinum skrytnu fundum hópsins.“

Ekki allt dans á rósum

Barnsskónum sleit Aðalheiður í Eyjum. „Ég var tólf ára þegar ég flutti hingað austur þannig að ég mótaðist hér. Hef alltaf verið hugmyndarík og ekkert hrædd við að fara ótroðnar slóðir. Ef ég brenn fyrir einhverju þá geri ég allt sem hægt er til að láta það ganga upp þó öðrum finnst það ógerningur. Auðvitað eru alltaf erfiðleikar að glíma við. Það fer enginn dansandi á rósum gegnum allt. Mörg þeirra verkefna sem Seyðisfjörður er þekktur fyrir eru til dæmis fjármögnuð frá ári til árs,“ segir Aðalheiður og bendir á að mörg menningarfríræri séu á sama báti um allt land, Nýlistasafnið og fleiri grasrotarbatteri. „LungA byrjar á núllpunkti árlega. Hátíðin hefur samt verið við lýði í yfir tuttugu ár. Ég var þar lengi í framlínu en dóttir mín, Björt Sigfinnsdóttir, tók við kyndlinum.“

Semi-villingur á tímabili

Það var árið 1999 sem Aðalheiður var ráðin ferða- og menningarfulltrúi



„Allt snýst um að laða að gott fólk til að vinna með.“ MYND/BJÖRT SIGFINNSDÓTTIR



Það er svo gaman að láta verða eitthvað úr þeim æðislegu hugmyndum sem koma fram á hinum skrytnu fundum hópsins.

Seyðisfjarðar og þá fóru hjólin að snúast. „Áður hafði ég verið tónlistarkennari frá 1984 – ég á uppruna í tónlist og var rokkari og semi-villingur á tímabili! Lærði söng og gítarspil í tónlistarskóla bæði hér fyrir austan og í Tónskóla Sigurveysins en var samt aldrei sérlega mikill

hljóðfæraleikari, kunni samt fullt og hafði gaman af að semja.“ Spurð hvort hún sé enn að búa til tónlist svarar hún: „Nei, ég get ekki sagt það, ég leiddist út í svo margt annað, þó ég hafi ekki haft sérstök plön þá er ég alltaf til í ný verk efni.“

Síðustu tvö ár hefur Aðalheiður verið bæjarstjóri á Seyðisfirði en nú er búið að sameina sveitarfélögin á Austurlandi þannig að því tímabili er lokið. „Það er ágætt, ég og pólitík eigum ekkert góða samleið. Hér hefur verið meirihluti og minnihluti og það er umhverfi sem ég þrífst ekki vel í. Samt er áhugavert að kynna þvi og skemmtileg reynsla,“ segir hún og bætir við: „Ég er aðstoðarmaður sveitarstjóra í augnablikinu, nú er bara millibilsástand og framtíðin óráðin.“ gun@frettabladid.is



Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,
Ægir Ingvarsson
bifvélavirkjameistari og vélstjóri,

lést á Dvalar- og hjúkrunarheimilinu Jaðri í Ólafsvík, þriðjudaginn 13. október sl.

Ásta Dóra Valgeirsdóttir
Ingvar Valgeir Aegisson
Trausti Aegisson
Valgerður Margret Aegisdóttir
Áslaug Olga Heiðarsdóttir
Lilja Ólafardóttir
Hafrún Elvan Vigfúsdóttir
og barnabörn.



Elsku sambylismaður minn, faðir og sonur,
Hugo Filipe Viana Santos

varð bráðkvaddur
sunnudaginn 11. október.
Útförin verður auglýst síðar.

Jóna Bjarney Hreinsdóttir
Kamilla Rós Davíðsdóttir
Hreinn Elí Davíðsson
Jose Filip Hugosson
Júlíana María Hugosdóttir
Daniel Filip Hugosson
Madalena Viana Santos
Davíð Páll Svavarsson



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, dóttir, amma og systir,
Auður Gústafsdóttir
Næfurási 15, Reykjavík,

lést laugardaginn 10. október.
Útförin fer fram frá Fossvogskirkju, mánudaginn 19. október kl. 11.

Vegna aðstæðna verða aðeins nánustu aðstandendur og vinir viðstaddir. Athöfninni verður streymt á slóðinni: <https://youtu.be/EGalJlmtM>
Blóm og kransar vinsamlega afþökkuð en þeim sem vilja minnast hennar er bent á Ljósið.

Natacha Durham
Dustin Durham
Þórhildur Magnúsdóttir
Gunnlaugur, Hilmar, Eysteinn, Levi og Caroline Audrey
Georg Eysteinnsson
Karen Durham



Elskulegur bróðir okkar og mágur,
Sveinbjörn Björnsson
vörubilstjóri,
Gaukshólum 2, Reykjavík,

verður jarðsungen 20. október 2020 frá Lágafellskirkju í Mosfellsbæ kl. 13.00.

Vegna fjöldatakmarkana verða aðeins nánustu ættingjar og vinir viðstaddir. Athöfninni verður streymt á slóðinni: <https://youtu.be/IGdPxOY389k>
Þeim sem vilja minnast hans er bent á Hjartaheill og Krabbameinsfélagið.

Anna Hjálmdís Gísladóttir
Sveinlaugur Björnsson
Rebekka Björnsdóttir
Þórgunnur Björnsdóttir
Þorgerður Jónsdóttir
Þórður Jónsson
Tómas Guðmundsson
Gunnar Gunnarsson

ÞETTA GERÐIST: 16. OKTÓBER 1923

Fyrirtækið Disney var stofnað

Walt Disney stofnaði fyrirtækið sitt, Disney, þennan mánaðardag árið 1923, ásamt bróður sínum, Roy O. Disney. Fyrirtækið hefur síðan skapað margar eftirminnlegar teiknimyndapersónur en sú fyrsta og jafnframt sú þekktasta er Mikki mús. Meðal annarra eru Mína mús, Andrés önd, Plútó og Guffi.

Disney gerði stuttmyndir um þessar persónur til ársins 1937 en það ár kom Mjallhvít og dvergarnir sjö út, sem var fyrsta teiknimyndin í fullri lengd. Meðal annarra vinsælla Disney-kvikmynda má nefna Mary Poppins, Pirates of the Caribbean, Toy Story, Öskubusku, Ratatouille, Cars, Konungljónanna, High School Musical, Bolt, Björn bróður og Mulan.





FÖSTUDAGUR 16. OKTÓBER 2020

Íslenskt
Láttu það ganga



Það er bleikur föstudagur í dag og þess vegna upplagt að baka dýrindis snúða með bleiku kremi til að gleðjast og hafa með kaffinu. ➔4



Guðbjörg Káradóttir er einn færasti keramikar landsins en hún hefur unnið við og kennt keramik frá árinu 1994. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Fer með skóflu og sækir eldfjallaösku

Keramikerinn Guðbjörg Káradóttir kynntist og kolféll fyrir leirlistinni þegar hún var í lýðháskóla í Noregi á níunda áratugnum. Guðbjörg á fyrirtækið KER þar sem hún hefur meðal annars verið að vinna með eldfjallaösku. ➔2

Þegar þú
verslar á Íslandi
skilar það sér
aftur til þín.

ÍSL=NSKT

LÁTTU ÞAÐ GANGA

gjoridsvovel.is



Guðbjörg á fyrirtækið KER sem hún stofnaði árið 2018. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Framhald af forsiðu →

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is



Guðbjörg hefur um árabíl fengist við kennslu samhliða leirlistinni. „Ég er búin að vera keramikar síðan ég útskrifaðist úr keramikdeildinni í Myndlista- og handiðaskólanum árið 1994. Ég byrjaði með verkstæði sem gekk ágætlega en svo leiddist ég út í kennslu hægt og rólega og fór að kenna námskeið með. Svo árið 2000 fór ég í kennaranám og fór að kenna meira en núna síðustu ár hef ég minnkað við mig kennslu og keramikið orðið meira aðalstarf.“

Hún segir kennsluna og leirlistina fara vel saman. „Ég er alltaf að kenna keramik þannig að það fer ágætlega saman. Mér finnst voðalega gaman að brjóta aðeins upp daginn með því að skreppa í skólann og það er auðvitað mjög gaman að kenna ungunum og áhuga-sömum krökkum.“

Óvæntar litasamsetningar

Keramíkhugi Guðbjargar kviknaði á unglingsárunum. „Ég fór í lýðháskóla þegar ég var 17 ára til Noregs og þá var ég ekkert búin að þæla í þessu þó að mamma vinkonu minnar væri keramikar. Ég fór í myndlistardeild í skólanum og þar varð ég alveg háð því að renna. Ég var með frábæran kennara og mátti vera í skólanum allan sólarhringinn. Ég gat þá mætt í hádeginu og unnið til 2-3 á nóttunni sem er auðvitað frábær vinnutími fyrir unglunga. Eftir þetta þá vissi ég nákvæmlega hvað ég vildi gera.“

Guðbjörg sækir innblástur og hráefni víða. „Af því að ég er að vinna með efni úr jörðinni þá tengist það auðvitað náttúrunni okkar og það er dálítið eins og einn hlutur leiði mig í næsta hlut. Ég vann einu sinni verk bara út frá snjókomu, út frá vedri, en er meira núna að vinna út frá náttúrulegum hlutum. Það sem heillar mig mest eru óvæntar litasamsetningar í náttúrunni en samt er ég ekki neitt mjög mikill „coloristi“ sjálf. Ég vinn mikið með grátóna og hvíttsvart en ég dáist að litunum í náttúrunni án þess að geta einhvern veginn fangað þá almennilega sjálf. Ég vildi að ég gæti það.“

Uppgötvaði öskuna óvart

Meðal þess sem Guðbjörg hefur mikið verið að vinna með undan-



Allar vörurnar frá KER eru handrenndar af Guðbjörgu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

farin ár er eldfjallaaska. „Ég er núna aðallega að vinna með postulín og bland af eldfjallaösku sem ég meðhöndla svo ég ná réttu áferð og lit sem er svona grátóna. Ég er búin að vinna mikið við að þróa aðferð til þess að búa til þennan lit og þessa áferð. Ég þarf að vesenast dálítið með hana svo að ég fái nákvæmlega útkomuna sem ég vil.“

Guðbjörg segir það hálfgerða tilviljun að hún hafi byrjað að vinna með ösku. „Ég var að vinna í allt öðruvísi verkefni fyrir Bláa lónið og var þá að vesenast með þessa eldfjallaösku. En af því að það er svo þröngt hjá mér og þetta svona subbulegt þá varð postulínið mitt dálítið skítugt af eldfjallaösku. Þannig að þetta var hálfgerð tilviljun, að það smitaðist af þessu verkefni yfir í postulínið. Þá ákvað ég að byrja að prófa að blanda þessu efni í postulínið og síðan er ég búin að vera að sækja ösku út um allt.“

Bláamaður spyr Guðbjörgu hvar og hvernig hún finni ösku. „Ég fer með skóflu á hina ýmsu staði. Til dæmis í sumar fór ég hjá Kötlu-jökli, fékk ösku úr Grimsvötnum 2011, á Kirkjubæjarklaustri og síðan á Suðurnesjum.“

Eldfjallaaskan sé ekki ósvipuð öðrum efnum. „Hún er bara frekar lík öðrum keramikefnum. Ég er að vinna með alls konar efni og þarf að passa að mörg þeirra smitist

ekki út í eitthvað sem þau eiga ekki að smitast út í. En svo er þetta bara svipað.“

Samstarfsverkefni í Afríku

Guðbjörg hefur síðastliðið rúm ár verið að vinna í þróunarverkefni á vegum Aurora Foundation í Sierra Leone. Hún rifjar upp daginn sem hún var beðin um að taka þátt. „Það var mjög furðulegur dagur. Ég fékk þrjú símtöl þennan dag. Eitt var frá konu sem bauð mér vinnu í MS, í öðru símtalinu var mér boðið hótélverkefnið sem ég er að vinna að í dag og í síðasta símtalinu hringdi í mig kona, Halldóra Þorlákssdóttir, sem var með mér í Myndlista- og handiðaskólanum og bað mig um að koma með sér til Afríku,“ segir Guðbjörg.

„Hún var þá að vinna með velgerðasjóðnum Aurora Foundation en í seinni tíð hafa þau lagt mikla áherslu á að taka þátt í þróunarstarfi í Afríku og víðar, með því markmiði að efla atvinnu í þróunarlöndum,“ útskýrir Guðbjörg.

„Síðustu ár hefur sjóðurinn mikið verið að vinna í Sierra Leone en þar býr íslensk kona, Regina Bjarnadóttir, sem heldur utan um þetta starf. Verkefnið heitir Sweet Salone og er samstarfsverkefni á milli íslenskra hönnuða og handverksfólks í Sierra Leone. Þar eru alls konar litlar starfsstöðvar, þar er fólk sem saumar, skartgripagerðar fólk, bómullarrækt og svo



Postulinsjólátrén hennar Guðbjargar eru einstaklega falleg og hátíðleg.

keramikverkstæði. En keramikið er dálítið sérstakt, eins og í kórferð þá getur hönnuður hannað einhverja vöru eins og til dæmis kórfa eða lampa, látið þau hafa teikningu og þau búa það bara til. En á keramikverkstæðinu, þar sem voru þrjú keramikarar, voru þau alltaf að reka sig á einhverjar hindranir og hlutirnir oft að misheppnast.“

Áhuginn var þó til staðar og svæðið fullkomið fyrir keramikgerð. „Þeim fannst þetta samt svo spennandi og þar er einmitt allur leirinn grafinn upp úr jörðinni í nágrenninu, öll glerungahraefnin eru líka grafinn upp úr jörðinni eða fengin úr nágrenninu þannig að allt þar er 100% sjálfbært. Meira að segja ofnarnir eru kyntir með afgangstrjágróðri úr landinu. Þess vegna var svo spennandi að búa til verkstæði sem framleiddi vörur með lókalþingi og væri þá algjörlega sjálfbært. Til þess að þetta gæti gerst og framleiðslan kæmist af stað þá var ég fengin til að strúktúra þetta aðeins.“

Þá fór af stað mikil vinna. „Við vorum fyrst tvær í þessu, við Halldóra, og svo auðvitað Regina sem býr úti. Við hjálpuðum til við að búa til námskrá og komum af stað keramikskóla sem fékk nafnið Lettie Stuart Ceramic School. Þau eru að fara að útskrifa tíu manna hóp og einhverjir af þeim verða ráðnir inn á verkstæði þannig að framleiðslan verður þá skilvirkari.“

Hún segir margt hafa komið sér á óvart. „Á meðan við notum rafmagnsbekki þá eru rennibekkirnir þarna, sparkbökkir eins og voru notaðir fyrir 60-70 árum í Skandinavíu. Það er allt þarna handgert og handvirkt. En núna er búið að þjálfa fullt af nýjum rennurum og allir orðnir þjálfaðir í að glerja og renna svo að það er kominn svolítill rhytmi í þetta verkstæði. Þau eru að vinna eftir pöntunum sem koma héðan og þaðan og svo

er líka íslenskt hönnunarfyrirtæki sem heitir Hugdetta og annað sem heitir 1+1+1 sem eru að senda teikningar og panta,“ skýrir Guðbjörg frá.

„Ég er búin að fara tvisvar og var þá í styttri tíma en ég stefni á að fara þangað í febrúar og verð þá í þrjú mánuði á vegum Aurora Foundation og utanríkisráðuneytisins sem styrktu verkefnið. Núna eru þau að fara að útskrifa þannig að við erum að fara að kíkstarta framleiðslunni.“

Mikill áhugi fyrir keramiki

Guðbjörg hefur búið til allt mögulegt í gegnum tíðina, þar á meðal leirtau, kertastjaka og blómavasa, en hvað þykir henni skemmtilegast að gera? „Mér finnst gaman að gera þetta allt en ég er með einhverja árætti fyrir matardiskum. Það er mjög skemmtilegt en er líka dálítið óþraktískt af því að þeir taka mikið pláss og það er þínu erfitt að búa þá til. En ég held reyndar að það sé ástæðan fyrir því að mér þyki það svona skemmtilegt,“ segir hún og hlær.

„Það er líka mjög skemmtilegt að vinna fyrir veitingastaði og sjá hlutinn sinn kominn í eitthvað samhengi. Þegar diskarnir eru komnir inn á veitingastaði þá er mjög gaman að koma og sjá þá með matinn komna í nokkun.“

Guðbjörg segist vör við mikinn áhuga á keramiki, bæði hér á landi og víðar. „Það er svakaleg stemning fyrir keramiki og hárf standard í Skandinavíu. Keramík í dag fellur líka svo fallega inn í lífsstílinn „slow living“. Ég held líka, að þar sem margir keramikarar eru að gera tilraunir með íslenskum leir og íslensk hráefni, þá eigi sérstæða greinarinnar eftir að eflast enn frekar.“

Hægt er að skoða vörurnar frá KER í vefversluninni kerrvk.is, í HAF store og í Paustian í Kaupmannahöfn.

Curvy 

EKKI LÁTA ÞÉR VERÐA KALT Í VETUR

Mikið úrval af hlýjum og vönduðum yfirhöfnum

í stærðum frá 14-32 eða 42-60

Sjáðu úrvalið í netverslun www.CURVY.is

eða komdu í verslun Curvy

í Hreyfilshúsinu við Grensásveg

FRÍ HEIMSENDING
ef að verslað er fyrir
5000 kr eða meira



Vetrar úlpa
36.990 kr
Stærðir 14-30



Primaloft úlpa
19.990 kr
Stærðir 14-30



Ciso Úlpa
18.990 kr
Stærðir 14-32



Zizzi úlpa
17.990 kr
Stærðir 14-28



Útivistabuxur
24.990 kr
Stærðir 14-30



Dúnúlpa
34.990 kr
Stærðir 14-26

Bleikir Cinnabon-snúðar sem hægt er að kolfalla fyrir

Í tilefni af Bleikum október og Bleikum föstudegi bakaði Berglind Hreiðarsdóttir, köku- og matarbloggari, þessa fullkomnu bleiku cinnabon-snúða sem allir missa sig yfir. Snúðarnir eru ómótstæðilega ljúffengir og mjúkir þannig að erfitt er að standast þá. Snúðar sem allir verða að prófa.

Matarást
Sjafnar

Sjöfn
Þórðardóttir



Ég er auðvita mikill kanil-snúðaaðdáandi og elska Cinnabon í USA. Þessi uppskrift er eftirherma af þeim nema mig langaði að leika mér aðeins í tilefni af Bleikum október og hafa bleikt ostakrem smurt yfir snúðana,“ segir Berglind og það má með sanni segja að enn og aftur hittir Berglind í mark með bakkeisli sem enginn stenst. Berglindi er margt til lista lagt og hæfileikar hennar skína í gegn þegar kemur að því að baka og skreyta kökur og gleða gestsaugað.

Það er um að gera að gleða sína nánustu á Bleikum föstudegi eða í tilefni helgarinnar og baka þessa. Sérstaklega gaman að koma færandi hendi og skilja eftir bakka af bleikum snúðum við dyrnar hjá vinum og vanda mönnum. Hægt er að fylgjast með blogginu hennar Berglindar á síðunni gotteri.is.

Bleikir Cinnabon-snúðar

Snúðadeig

670-700 g Polselli hveiti

1 pk. þurrger (11,8 g)

120 g smjör

250 ml nýmjólk

100 g sykurl

1 tsk. salt

2 egg

2 tsk. vanilludropar

Setjið hveiti og þurrger í hræri vélarskálina og blandið saman (haldið eftir hluta af hveitinu þar til í lokin). Bræðið smjórið í potti og hellið síðan mjólk, sykri og salti saman við og hrærið þar til ylvolt. Hellið saman við hveitiblönduna og hrærið með króknum á meðan. Bætið eggjum



Snúðarnir líta vel út hjá Berglindi.

og vanilludropum saman við og síðan restinni af hveitinu ef þurfa þykir. Egg eru misstór og því þarf mismikið hveiti. Setjið hveiti þar til deigið hnoðast vel saman en er samt frekar blautt í sér. Náið því þá úr hrærivélinni og hnoðið saman í höndunum, penslið skál með matarolíu og veltið deiginu uppúr, plastið og leyfið að hefast

í um 45 mínútur. Fletjið þá út á hveitistráðum fleti í um 40 x 50 cm og smyrjið kökuform/eldfast mót sem er um 25 x 35 cm að stærð vel með smjöri.

Fylling

220 g púðursykurl

3 msk. kanill

100 g smjör við stofuhita



Bleikir snúðar á bleika föstudeginum hljóta að heilla gesti eða vinnufélaga.



Berglind heldur úti vinsælu matarbloggi, gotteri.is. MYND/ANTON BRINK

Smyrjið útflatta deigið vel með smjöri. Blandið saman sykri og kanil og dreifið jafnt yfir deigið. Rúllið upp frá lengri endanum, skiptið niður í 12 einingar og radið í formið. Plastið að nýju og leyfið að hefast aftur í um 45 mínútur. Bakið þá við 180°C í 20-25 mínútur eða þar til snúðarnir verða vel gylltir.

Rjómaostakrem

100 g rjómaostur við stofuhita

60 g smjör við stofuhita

200 g flórsykurl

1 tsk. vanilludropar

Salt af hnífsoðdi

Bleikur matarlitur (sé þess óskað)

Þeytið saman rjómaost og smjör. Bætið flórsykri saman við í nokkrum skömmtum, skafið niður á milli.

Bætið salti og vanilludropum við í lokin ásamt matarlit, sé þess óskað, og smyrjið yfir volga snúðana. Gott að leyfa þeim að standa í um 15 mínútur.

VÖRUBÍLAR OG VINNUVÉLAR

Veglegt sérblað Fréttablaðsins um vörubíla og vinnuvélar kemur út föstudaginn 23. október nk.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir

Jón Ívar Vilhelmsson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 550 5654/ jonivar@frettabladid.is



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Jólahlaðborð

FÖSTUDAGUR 16. OKTÓBER 2020

Kynningar: Restaurant Reykjavík, NOMY, Hótel Örk, Fastus, 360° Hótel, Bryggjan



Guðjón Kristjánsson, yfirmatreiðslumaður og rekstrarstjóri hjá Restaurant Reykjavík, hlakkar til þegar fólk getur farið að njóta jólahlaðborða síðari hluta nóvember. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Jólahlaðborð í sögufrægu húsi

Restaurant Reykjavík státar af því að vera í sögufrægu húsi í miðri borginni. Umgjörðin er einstaklega falleg í kringum jólahlaðborðin og veisluborðin glæsileg þar sem boðið er upp á matargerð í fremstu röð. ➔2

Framhald af forsiðu →

Guðjón Kristjánsson, yfirmatreiðslumaður og rekstrarstjóri hjá Restaurant Reykjavík, segir að jólahlaðborðin verði ekki síðri í ár en undanfarin sjö ár sem hann hefur starfað á staðnum. „Ef takmarkanir á fjölda fólks verða enn í gildi í lok nóvember þegar jólahlaðborðin fara í gang verður brugðist við því með tilliti til sóttvarna. Við vonum þó að gestir geti komið á sín árlegu jólahlaðborð til að byggja upp tilhlökkun til jólnanna,“ segir hann.

Húsnæði Restaurant Reykjavíkur á Vesturgötu 2 á sér langa sögu eða allt frá árinu 1863. Sagt er að húsið sé miðja Reykjavíkur og að öll götunúmer í borginni séu talin út frá húsinu til allra átta. Margvísleg starfsemi hefur verið í húsinu í gegnum árin en undanfarinn rúman áratug hefur Restaurant Reykjavík yljað gestum með alls kyns glæsilegum matarveislum. Staðurinn er rúmgóður og býður upp á minni og stærri einkasali fyrir mismunandi stóra hópa. Hlaðborð verður í hverjum sal.

Frábær skemmtiatriði

Jólahlaðborðin hafa verið sérstaklega glæsileg auk þess sem boðið er upp á lifandi tónlist. Núna verður það söngkonan Elísabet Ormslev, ásamt Hróa, sem mun syngja gesti inn í jólastemninguna. Þá mun Þór Óskar tónlistarmaður einnig sjá um að skemmta gestum.

Matreiðslumeistararnir munu síðan sjá um að fylla borðin með jólasteikum og girnilegum eftirréttum. Guðjón segir að boðið verði upp á fjölbreytta og hefðbundna



Forréttirnir eru við allra hæfi svo enginn þarf að fara svangur heim.

jólarétti. „Við erum með þrettán kalda forrétti en meðal þeirra má finna síldarrétti, grafinn og reyktað lax, villibráðasalat, fjórar gerðir af hangikjöti sem koma frá öllum landshlutum, jafnt taðreykt, tvíreykt sem birkireykt, ásamt öðrum ljúffengum réttum. Heitir réttir eru kalkúnabringa, lambalæri og pörusteik. Allur heitur matur er skorinn af kokkunum beint á diska. Ýmislegt gott meðlæti er með heitu réttunum, eins og sykurbrúnaðar kartöflur, waldorf-salat, rauðkál og baunir og þess háttar. Að lokum er hægt að velja um fimm gerðir af eftirréttum,“ segir Guðjón. „Við reynum að halda í klassiska rétti enda eru þeir alltaf vinsælastir og þá sérstaklega hangikjötið,“ bætir hann við.

Glæsilegt jólatré

Fyrir jólin hefur húsið að Vesturgötu 2 vakið sérstakla athygli veg-

“Maður fer á jólahlaðborð einu sinni á ári og það er um að gera að njóta sem mest. Alltaf er mikil stemning að koma í miðborgina fyrir jólin.

farenda fyrir fagurlegar skreytingar sem sóma sér vel þegar snjórinn lætur sjá sig. Guðjón bendir á að það sé alltaf stórt og fallega skreytt jólatré fyrir utan húsið. Salirnir eru sömuleiðis glæsilega jólaskeyttir svo gaman er að koma í Restaurant Reykjavík fyrir jólin. Jólahlaðborðin byrja um miðjan nóvember og verða fimmtudaga, föstudaga og laugardaga. „Ef áhugi er fyrir því hjá hópum að koma í miðri viku



Það eru þrettán ljúffengir forréttir í boði á jólahlaðborðinu.



Hangikjötið kemur frá öllum landshlutum, tað-, birki- og tvíreykt.

bjóðum við upp á það, hvort sem það er í hádegi fyrir vinnustaðahóp eða að kvöldi,“ segir hann. Guðjón bendir á að allir eigi að borða sig sadda á jólahlaðborðum og það má alltaf fá sér meira á diskinn. „Flestir fara þrjár ferðir áður en þeir fara í eftirréttina,“ segir hann.

Veisla alla daga

Þótt jólahlaðborðin eigi sér alltaf sterkan sess í hjörtum landsmanna og komi eiginlega með jólastemninguna þá er líka hægt að fara um helgar og fá sér bröns sem er afar vinsælt hjá fjölskyldum. „Þegar nær dregur jólum verðum við auk þess með jólabröns í hádeginu um helgar,“ segir Guðjón. „Við erum venjulega með hádegisæðil í hádeginu á virkum dögum á frábæru verði og svo erum við matseðil á kvöldin. Um þessar mundir bjóðum við upp á skemmtilegan smáréttamatseðil.“

Stemning í borginni

Jólahlaðborðin byrja oft með fordrykk eða kokteil en þá mæta gestir um kl. 18-18.30. „Sumir koma um kl. 20 og það er í sjálfu sér fint að dreifa aðeins umferðinni.

Maður fer á jólahlaðborð einu sinni á ári og það er um að gera að njóta sem mest. Alltaf er mikil stemning að koma í miðborgina fyrir jólin. Það er um að gera að panta snemma því það hefur verið uppselt hjá okkur undanfarin ár. Ég held að það sé alveg ástæða til að gleyma þessum erfiða tíma undanfarna mánuði og gera vel við sig fyrir jólin,“ segir Guðjón.

Til að panta jólahlaðborð er best að hafa samband við Restaurant Reykjavík í síma 552 3030 eða panta borð á heimasíðunni restaurantreykjavik.is.

JÓLA HLAÐBORD

í hjarta Reykjavíkur

*Elísabet Ormslev
kemur þér í jólaskapið*




DAGSETNINGAR

13. nóvember, föstudagur, kr. 11.400,-
14. nóvember, laugardagur, kr. 11.400,-
20. nóvember, föstudagur, kr. 11.400,-
21. nóvember, laugardagur, kr. 11.400,-
26. nóvember, fimmtudagur, kr. 9.400,-*
27. nóvember, föstudagur, kr. 11.400,-
28. nóvember, laugardagur, kr. 11.400,-
3. desember, fimmtudagur, kr. 9.400,-*
4. desember, föstudagur, kr. 11.400,-
5. desember, laugardagur, kr. 11.400,-
10. desember, fimmtudagur, kr. 9.400,-*
11. desember, föstudagur, kr. 11.400,-
12. desember, laugardagur, kr. 11.400,-

* Jólahlaðborð á fimmtudögum eru án skemmtiatriða

Einkasalið fyrir hópa



RESTAURANT REYKJAVÍK

Tel + 354 552 3030
restaurant@restaurantreykjavik.is
www.restaurantreykjavik.is
Vesturgata 2 - 101 Reykjavík

Hágæða veislupjónusta fyrir öll tilefni hjá Nomy

Meistarakokkarnir Jóhannes Steinn Jóhannsson, Bjarni Siguróli Jakobsson og Fannar Vernharðsson eru eigendur veislupjónustunnar NOMY. Þeir bjóða upp á dýrindisjólahaðborð, jólaplatta, jólasmarétti og annan sælkeramat sem kitlar bragðlaukana. Gæði og fagmennska að leiðarljósi.

Jóhannes Steinn, Bjarni Siguróli og Fannar stofnuðu veislupjónustuna NOMY í fyrrasumar, sem frá fyrsta degi hefur notið mikilla vinsælda, enda er reynsla, fagmennska, hollusta og bragðgæði í aðalhlutverki. Þeir hafa allir mikla og fjölbreytta reynslu sem kokkar. Auk þess að hafa starfað á nokkrum af bestu veitingahúsum landsins, hafa þeir allir keppt fyrir Íslands hönd með kokkalandslíðinu og unnið til fjölda verðlauna á sínu sviði, bæði héraðs og erlendis. Hjá NOMY er undirbúningur jóllanna nú að hefjast en í ár verður m.a. hægt að velja um jólahlaðborð, jólaplatta, jólahádegishlaðborð og jólamat í heimahúsi.

Jólahlaðborðin vinsælu

Jólahlaðborðin frá NOMY eru í sérflokki, þar sem gæðahræfni og framúrskarandi matreiðsla fara saman. „Fyrir jólin bjóðum við upp á jólahlaðborð, en þau nutu mikilla vinsælda fyrir síðustu jól. Við mætum einfaldlega á svæðið og setjum upp jólahlaðborð, hvort sem er fyrir stærri eða smærri hópa, fyrirtæki, félagasamtök eða vinahópa. Jólahlaðborðið samanstendur af hefðbundnum jólaréttum, svo allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi,“ segir Jóhannes, en jólahlaðborðin miðast við 40 manns og fleiri.

Jólaplatti og jólahádegishlaðborð

NOMY býður einnig upp á jólaplatta að norrænum hætti, sem

hafa vakið mikla athygli. „Í ár erum við með klassískan jólaplatta, sem hentar til dæmis vel fyrir vinahópa eða hverja þá sem vilja gera sér gládan dag, hvort sem er í hádeginu eða á kvöldin. Jólaplatti er líka tilvalinn fyrir fyrirtæki sem vilja gleðja starfsfólkið með góðum mat. Platti samanstendur af girnilegum jólaréttum við allra hæfi,“ segir Jóhannes.

„Við útbúum jólaplatta og keyrum heim að dyrum hjá fyrirtækjum eða einstaklingum. Það þarf ekkert að gera nema njóta matarins,“ bætir hann við.

Einnig býður NOMY upp á jólahádegishlaðborð, sem eru minni útgáfa af jólahlaðborði.

„Jólahádegishlaðborð eru tilvalin fyrir öll fyrirtæki sem vilja gefa starfsfólki sínu eitthvað gott að borða á vinnutíma. Við mætum á staðinn og sjáum bara um þetta,“ segir Jóhannes.

Jólasmarétti á spennandi máta

NOMY er einnig með frábæra jólasmarétti, sem hafa slegið í gegn. „Jólasmaréttirnir eru með því vinsælasta hjá okkur. Þar erum við með klassískt hráefni en matreiðum það á nýjan og spennandi máta. Þetta hefur vakið mikla ánægju meðal okkar viðskiptavina, sem vilja borða góðan mat og prófa eitthvað nýtt í leiðinni,“ segir Jóhannes.

„Við erum líka með pinnaseðil, sem kallast Litlu jólin. Það er fyrir að lágmarki tíu manns og upp úr. Jólasmaréttirnir hafa verið mjög

Jóhannes Steinn, Bjarni Siguróli og Fannar, eigendur NOMY, kepptu með kokkalandslíðinu og eru margverðlaunaðir í sínu fagi.

MYNDIR/ÆSENDAR



vinsælir hjá fyrirtækjum en þá sjáum við um að halda jólaboð í fyrirtækjum, sem er kjörið fyrir þær aðstæður sem eru uppi í dag. Við erum líka með veislupakka fyrir fjóra og upp úr. Veislupakkarnir samanstanda af réttum sem eru fulleldaðir, forrétti, aðalrétti og eftirrétti. Veislupakkarnir eru sem sniðnir fyrir fólk sem vill hittast í minni hópum og borða saman góðan mat,“ segir Jóhannes.

Fáðu jólamatinn sendan heim

Hjá NOMY er hugsað fyrir öllu

því þar er einnig hægt að fá jólamatinn. „Við ákváðum að bjóða upp á jólamat líkt og í fyrra, en fólk var gríðarlega ánægt með þessa þjónustu. Það er stór hópur fólks sem hefur ekki tíma til að elda sjálf, eða finnst þægilegt að fá jólamatinn sendan heim að dyrum.

Við léttum fólk lífið og sjáum um eldamennskuna. Þá pantar fólk einfaldlega jólamatinn hjá okkur og fær hann afhentan tilbúinn fyrir aðfangadag og þetta verður líka í boði fyrir gamlársdag. Í ár bjóðum við upp á þriggja

réttu deluxe matseðil, það verður humarsúpa í forrétt, Wellington-nautalund í aðalrétt og súkkulaði í eftirrétt. Við erum einnig með sérstaka rétti fyrir grænkeru,“ segir Jóhannes.

NOMY er einnig með gott úrval af gjafakörfum, sem að sögn Jóhannesar eru fullkomin gjöf fyrir starfsfólkið. Gjafakörfurnar eru hlaðnar göðgæti, sem ættu að gleðja alla sem kunna að meta góðan mat. Hægt er að skoða alla matseðla og panta á vefsíðunni nomy.is.



Forréttir

- Kókoskremuð kóngasveppasúpa (vg)
- Laufabrauð – nýbakað súrdeigsbrauð – smjör

Kjötskurðari:

- Tvíreykt hangikjöt – parmaskinka – hamburgarhryggur – kryddaðar pylsur
- Marinerað grænmeti – mozzarella & tómatar

Villibráðarskurðari:

- Reykt andabringa – hreindýrapaté – gæsaliðfráfrauð með rifsberjageli
- Fennel- og dillgraffinn lax með hunangssinnepssósu
- Reyktur silungur með seljurót-arhrásalati, piparrót og karsa
- Jólásild – karrýsild – rúgbrauð

Aðalréttir

- Heilsteiktar nautalundir
- Ekta purusteik
- Gljádúr kalkúnaleggir
- Rauðkál ársins
- Bakaðar kartöflur með ostaratinsósu
- Nomy eplasalat
- Sætkartöflusalat með ristudum pecanhneta & kryddjurtum
- Grænt salat
- Portvínssodgljái
- Kremuð koníaks- & villisveppasósa



Eftirréttir

- Ris a la mande með kirsuberjasósu & karamellu
- Pavlova marengstoppar með sitrónufrómas & berjum
- Nomy súkkulaðikaka ársins: Súkkulaðihjúpuð mjólkursúkkulaðimús á brownies botni

Jólasmarétti

- Tvíreykt hangikjöt á ekta flatkökum, eggjæræra með rjómaosti, manchego-ost og karsa
- Glóðaður graflax í seljurótartaco með wasabi-kremi og kryddjurtum
- Sild á kartöfluvöflu með eggjakremi, sýrðum lauk, kapers, eplum og sóselju
- Heimabökuð vatnsdeigsbolla, grásleppuhrogn, piparrótarkrem, garðkarsi
- Smjörsteikt eggjabrauð „French toast“, truffluhrásalat, parmaskinka, parmesanostur
- Djúsi andalæraconfit með beikoni, dödlum og appelsínuzest

- Kalkúna-kartöflukrókettur með hvítlaufs- & sitrónuhlóðbergsmayo
- Nautalund „tataki style“, rucola pesto, furuhnetur, parmesanostur
- Hægeldaður og steiktur hamburgarhryggur á spjóti, gljádúr með hunangssinnepi, beikoni, croutons og graslauk
- Hvítsúkkulaðitruffla með kaffi-lakkrisganache, hindberjum & lakkris

Jólaplatti

- Fennel- og dillgraffinn lax með hunangssinnepssósu
- Tvíreykt hangikjöt
- Hreindýrapaté með sólberjasósu
- Sneiddur NOMY hamburgarhryggur með rauðkáli
- NOMY karrýsild
- Gæsaliðfráfrauð með rifsberja- og portvínsgeli.
- Súrdeigsbrauð, sólkjarnarúgbrauð & þeytt smjör

Hátíðleg jólastemning á Örkinni

Jólahlaðborðið á Hótel Örk hefur heldur betur slegið í gegn hjá landanum enda sameinast í þessu fallega húsi allt í senn gómsætur og hátíðlegur matur, gleðilegur andi og ljúf jólastemning.

Jólahlaðborð Hótel Arkar verður á sínum stað í ár eins og undanfarin ár með örlítið breyttum hætti en áður. Verðlaunakokkar standa fyrir dýrindis hlaðborðsveitingum á veitingastaðnum Hver, en staðurinn hlaut Íslensku lambakjötsverðlaunin í maí síðastliðnum.

„Síðastliðin fimmtán ár höfum við haldið jólahlaðborð fyrir hvort heldur fyrirtækjahópa, þór eða einstaklinga. Við stefnum að því að halda jólahlaðborð með breyttu sniði í ár. Maturinn verður eins og vanalega með hefðbundnu og hátíðlegu sniði með nokkuð af villibráð í bland. Þá verður borið fram á borðin í stað þess að hafa eitt stórt hlaðborð fyrir allan salinn. Lagt verður upp með að vera með hringborð fyrir um 8-10 manna hópa og svo sérborð fyrir einstaklinga eða þór.

Við byrjum á gómsætri súpu sem borin er fyrir hvern og einn matargest. Svo eru forréttirnir bornir fram á hópaborðin þannig að hóparnir skammta sér sjálfir. Sama gildir um eftirréttina og aðalréttina sem verða bæði kaldir og heitir réttir, með meðlæti og öllu tilheyrandi. Í tilfelli þeirra sem koma ekki í hópum verður maturinn borinn fram á sér-diskum fyrir hvern og einn,“ segir Jakob Arnarson, hóteltjóri á Hótel Örk.

Rifandi stemning

Ingvar Jónsson sem margir þekkja úr Pöpunum tekur á móti gestum með ljúfum tónum og skemmtidagskrá, en Ingvar hefur getið sér gott orð sem veislustjóri. „Þetta er þriðja árið sem hann er veislustjóri á hlaðborðinu hjá okkur en hann



Jakob Arnarson, hóteltjóri á Hótel Örk, mælir með að hóteltgjafi nýti sér sundaðstöðuna enda er gufubaðið einstakt á landsvisu.

hefur alveg einstakt lag á því að ná til sem allra flestra, ungra sem aldinna veislugesta.“ Jakob segist búast við að stemningin í ár verði góð og hátíðleg. „Svo er aldrei að vita hvernig ástandið verður í lok nóvember og desember. Ef við erum heppin og ef Þórólfr lofar þá er kannski hægt að hafa diskapætti sem heldur uppi stuðinu fram til ellefu. En við förum að sjálfsögðu eftir öllum þeim sóttvarnareglum sem eru gildandi hverju sinni.“

Helgarnar þrjár sem jólahlaðborðið stendur til boða: Föstudagur og laugardagur 27. og 28. nóvember, 4. og 5. desember og svo 11. og 12. desember.

Gisting

Hótelíð var stækkað töluvert fyrir tveimur árum og er nú hið glæsilegasta. „Það er alltaf gott að koma í kyrrðina hér í Hveragerði og hótelið er mikill gríðastaður. Við bjóðum upp á hagstætt gisti-náttaverð á hótelinu fyrir þá sem langar að gera aðeins meira úr



Jólahlaðborðin á Örkinni hafa verið vinsæl hjá mörgum gestum sem koma aftur og aftur. Ingvar Jónsson, sem margir þekkja úr Pöpunum, tekur glaðlega á móti gestum með ljúfum tónum og hátíðlegri skemmtidagskrá.

jólahlaðborðinu. Eftir ljúffengan amerískan morgunverð á hótelinu er tilvalið að skella sér í heit böð áður en haldið er heim á leið. En á hótelinu erum við með afar nota-lega sundlaug fyrir hóteltgjafi og heita potta. Einnig er hér að finna eitt náttúrulegasta gufubað á landinu, og er gufan leidd beint úr jörðinni og inn í gufubaðið.“

Nánari upplýsingar eru veittar á vefsíðu hótelsins hotelork.is og á Facebook: Hótel Örk, þegar nær dregur.

Hótel Örk, Breiðamörk 1c – 810 Hveragerði. Sími: 483-4700



Maturinn verður ljúffengur eins og vanalega með hefðbundnu og hátíðlegu sniði með nokkuð af girnilegri villibráð í bland. MYNDIR/ÆSENDAR.

Borðað vel án þess að standa á blístri

Smurbrauðsdrottningin Marentza Poulsen segir Íslendinga, líkt og frændur vora Dana, kunna vel þá list að njóta aðventunnar í allri sinni dýrð og gera sér glaðan dag í jólalegum mat og drykk.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir thordisg@frettabladid.is



Ég er alin upp hjá matelskum foreldrum og svo var systir mín lærð smurbrauðsjómfrú og það hafði sennilega sín áhrif,“ svarar smurbrauðsdrottningin Marentza Poulsen um ástæður þess að hún fór meðal annars í læri hjá sjálfri Idu Davidsen, heimsfrægri smurbrauðsdrottningu Dana.

„Það var mikil upplifun fyrir mig að fá að kynna Idu Davidsen og fá tækifæri til að vinna með henni, en við erum góðar vinkonur í dag,“ segir Marentza. „Ída hefur mikla ástríðu fyrir smurbrauði og þessum gamla og góða mat sem norrænu þjóðirnar hafa lifað á í gegnum tíðina. Ég lærði að bera virðingu fyrir þeirri matargerð og hversu mikið hægt er að gera úr henni og við hana.“

Marentza kenndi smurbrauðsdrottningunni líka eitt og annað. „Auðvitað lærði Ída ýmislegt af mér og þeim matreiðslumönnum sem við unnum með á árunum sem hún kom til Íslands að vinna við víðfræg jólahlaðborðin á Borginni. Hún kynntist dásamlegu síldinni okkar og hana er að finna á mat-seðli Idu í dag,“ upplýsir Marentza.



Smurbrauðsdrottningin Marentza Poulsen. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Fólk sækir í stemninguna

Þegar Marentza er innt eftir sinni kærustu minningu af jólahlaðborðum fortíðar, nefnir hún undirbúninginn.

„Það var svo mikil tilhlökkun að undirbúa allan þennan mat og smakka áður en stóri dagurinn rann upp. Svo að kenna fólki að borða mikinn mat án þess að standa á blístri. Það voru líka margir sigrar við það eitt að sjá gesti prófa eitthvað sem þeir héldu að þeir gætu alls ekki borðað, til dæmis síld sem var þá ekki mikið á borðum landans á adventunni líkt og á hinum Norðurlöndunum, en það hefur breyst.“



Smurbrauð a la Marentza, með roastbeef og heimalögðu kartöflusalati.

Marentza segir smurbrauð sannarlega við hæfi á jólahlaðborðum.

„Síðurinn kemur frá Dönunum enda eru þeir þekktastir fyrir sitt „smörrebröd“. Danir eru mjög árstíðabundnir þegar kemur að matargerð. Á þessum árstíma er meira um feitari mat, til dæmis lifrarkæfu, svínakjöt og alls kyns síldarrétti og tíðkast að hópar hittist á adventunni til að gera sér glaðan dag og njóta þess að borða gott „smörre“ með kældum snafs og bjór. Það er stemningin sem fólk sækist eftir og mér finnst við Íslendingar alveg vera þar, við kunnum að njóta adventunnar í allri sinni dýrð.“

Í aðdraganda jóla verður Marentza með jólaplatta á Klömbrum á Kjarvalsstöðum en þar er opið alla daga frá klukkan 10 til 17.

„Já, ég verð með jólasurbrauð, síldarplatta með fimm tegundum af heimagerðum síldarréttum og jólaplatta með heitum og köldum réttum. Einnig jólaglög og eplaskífur, sem gerist nú varla jólalegra á adventunni,“ segir Marentza sem einnig rekur Café Flórana í Grasagarðinum á sumrin.

„Mín uppáhaldsbrauðsneið á adventunni er með purusteik, heimagerðu rauðkáli og góðri puru. Hún verður auðvitað á boðstólum á Klömbrum,“ segir Mar-

entza og gefur lesendum uppskrift af gómsætu smurbrauði til að njóta í jólaljósunum, hlýju og gleði.

Smurbrauð með roastbeef og kartöflusalati

Kartöflusalat:

1 kg kartöflur, soðnar, kældar, skrældar og skornar í teninga
2-3 dl majónes
2 msk. 18% sýrður rjómi
2-3 tsk. sætt franskt sinnep
1 dl graslaukur
2 msk. kapers
Salt og pipar eftir smekk

Haldið kartöflunum til hliðar á meðan öðru hráefni er hrært vel saman og bætið við meira sinnepi, salti og pipar ef vill. Bætið því næst kartöflunum saman við majónesblönduna.

Smurbrauðsgerðin:

Smyrjið rúgbrauðsneið með smjöri. Radið fallega ofan á hana fjórum sneiðum af roastbeef, en líka má nota skinku og jafnvel hangikjöt. Setjið kartöflusalat ofan á miðju brauðsins og skreytið með steiktum laukhringjum, radísum, sýrðum agúrkum og einhverju grænu, til dæmis karsa, kerfli eða steinselju.

Lausnir og búnaður fyrir allar veislur

Hjá Fastus er hægt að fá allt sem þarf til að halda veislu, hvort sem um ræðir borðbúnað, hitaborð, skurðarbretti, merkisþjöld eða upphækkanir.

Ef þú ert að fara að halda veislu þá erum við með allan nauðsynlegan búnað,“ segir Jóhannes Ægir Kristjánsson, deildarstjóri fyrirtækisviðs hjá Fastus.

„Við erum með mikið úrval af postulíni, bökkum, diskum og öðru, frá RAK og Figgjo sem henta vel fyrir hlaðborð og í veislurnar. Svo erum við með mikið af fylgihlutum fyrir hlaðborð, eins og skálar, tangir, ausur, merkisþjöld og allt sem þarf að fylgja með.“

Mikið úrval lausna

Eitt af því sem Jóhannes nefnir eru upphækkanir á borðum en þær geta gefið hlaðborðinu nýjan og skemmtilegri blæ. „Það sem er svo að koma mikið inn og hefur verið vinsælt að undanförunu eru alls konar fylgihlutir á hlaðborð, eins og upphækkanir en við erum með mikið úrval af víðarupphækkanum til að lyfta hlaðborðinu upp svo það sitji ekki alveg flatt eins og það var í gamla daga. Þannig er hægt að gera þetta aðeins meira upplifandi og jafnvel nota þær til

að koma meiru á borðið,“ útskýrir hann

„Svo erum við með glös fyrir veislurnar, allar tegundir af glösum, kokkteilglös, vínglös og vatnsglös. Þá erum við líka með hitaborð, bæði rafmagns- og fyrir sprittkerti og víðarskurðarbretti svo eitthvað sé nefnt.“

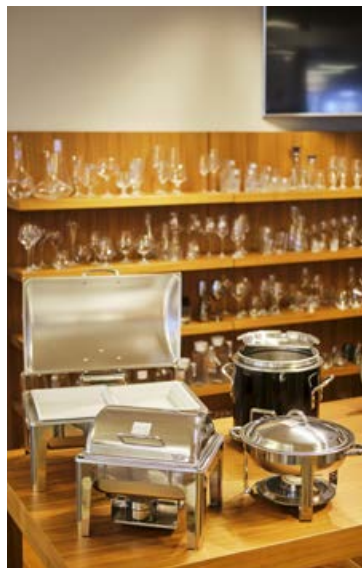
Að sögn Jóhannesar hefur ýmislegt breyst á síðustu árum. „Fyrir 5-10 árum var mjög mikið hvítt og fólk var kannski aðeins að brjóta upp með svörtu. Núna er fólk farið að nota líti, litada bakka, litada diska, litada skálar. Þetta er orðið meira eins og listaverk, hver réttur er farinn að njóta sín betur í fallegri skálum og á fallegri diskum. Það er ekki bara hvítt, það er dálítið barn síns tíma en er auðvitað líka alltaf sigilt.“

Reynsluríkt starfsfólk

Jóhannes segir viðskiptavini Fastus vera af öllum stærðum og gerðum. „Við erum til dæmis að þjónusta veitingahús, kaffihús, mótuneyti og skóla. Alls staðar þar sem matur er framleiddur, þá



Jóhannes Ægir Kristjánsson segir það færast í vöxt að fólk kjósi litríkari diska og skálar. FRETATABLAÐIÐ/ANTON



Það er mikið úrval af vönduðum hitaborðum í boði hjá Fastus, bæði rafmagns og líka fyrir sprittkerti.



Í Fastus er að finna allt sem þarf fyrir veisluna.

erum við með heildarlausnina,“ segir hann.

„En svo erum við líka alltaf að verða sterkari og sterkari á einstaklings- eða heimilismarkaðinum, það hefur verið gríðarleg aukning á því síðustu árin. Ef fólk er að halda veislu heima þá er hægt að kaupa í minna magni, það þarf ekki alltaf að kaupa 100 diska, það er hægt að koma og kaupa bara 6

eða 12 diska og fylgihluti með því.“

Viðskiptavinir geta stólað á viðamikla reynslu og þekkingu starfsfólks. „Við erum með fagfólk sem aðstoðar fólk við að velja. Margir starfsmenn eru búnir að vera í þessu í mörg ár svo við erum með áratuga reynslu um borð hjá okkur og við fylgjumst vel með nýjungum, það kemur alltaf eitthvað nýtt á hverju ári.“

Umgengnisreglur fyrir hlaðborð

Samkomur eins og jólahlaðborð geta valdið sumum kvíða, því fólk óttast að koma illa fyrir eða brjóta einhverjar óskrifðar siðareglur sem það þekkir ekki. Hér eru nokkur ráð til að forðast þetta.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Ájólunum er til síðs að borða eins og enginn sé morgundagurinn og það er engin ástæða til að njóta ekki jólahlaðborðsins til fullnustu, en til þess þurfa samt allir að fylgja ákveðnum siða- og sóttvarnareglum. Vegna heimsfaraldursins er vitaskuld sérlega mikilvægt að virða þessar reglur til að jólahlaðborð geti yfirhöfuð farið fram þetta árið. Hér eru nokkrar góðar reglur sem er fínt að hafa í huga til að veislan geti farið vel fram, til viðbótar við almennar sóttvarnareglur sem þarf auðvitað að fylgja í hvívetna.

Hugið að hreinlæti

- Fyrst þarf auðvitað að huga að almennu hreinlæti og þvo og spritta hendurnar áður en snert er á diskum eða mat. Það á líka aldrei að snerta mat með höndunum, heldur nota tólin og hnifapörin sem eru til staðar. Það er líka alveg bannað að færa tangir eða önnur tól á milli bakka eða diska, því það er aldrei að vita nema einhver sé með fæðuóþol og grænkerar vilja yfirleitt aldrei að tólin sem þeir nota hafi snert kjöt.
- Ef þú þarft að hnerra eða hósta við hlaðborðið geturðu bókað



Það er engin ástæða til að njóta ekki jólahlaðborðsins til fullnustu, en til þess þurfa samt allir sem mæta að fylgja hinum ýmsu siða- og sóttvarnareglum sem er gott að þekkja, en sumar þeirra eru óskrifðar. MYND/GETTY

að fá augngotur og jafnvel (mis) vel valdar háðsglósur, en það verða allir þakklátir ef þú stígur frá hlaðborðinu og auðvitað á að gera þetta í olnbogabótina en ekki hendurnar.

- Það er líka alveg bannað að dýfa sama matarbitanum tvisvar í meðlæti, sósur eða annað. Aldrei. Dýfa. Tvisvar.

Í röðinni

- Hlaðborð eru yfirleitt einstefnugötur. Ekki ryðjast og ekki fara á móti umferð. Það þykir líka ekki fínt að labba upp að vini eða kunningja sem er þegar í röðinni og nota spjallið við viðkomandi sem afsökun fyrir því að troða sér inn í röðina. Svo er gott að drolla ekkert við að fá

sér svo aðrir komist að.

- Í fyrstu umferð er gott að velja sér forrétt, salat og aðalrétt en það þarf annan disk fyrir eftirmatinn, þannig að það er betra að láta hann bíða þangað til í annarri umferð. Það er ekki fínt að byrja að borða á meðan þú ert enn að fara í gegnum hlaðborðsröðina né að hruga á disk-

» Vegna heimsfaraldursins er vitaskuld sérlega mikilvægt að virða þessar reglur til að jólahlaðborð geti yfirhöfuð farið fram.

inn sinn, þetta verður að öllum líkindum ekki í síðasta sinn sem þú kemst í matvæli. Það er líka synd að taka meira en maður getur borðað, því afganginum verður hent og þar með sóað.

- Það er alltaf að fylgja litlum börnum í gegnum hlaðborðið og hjálpa þeim að fá sér það sem þau þurfa.

Við matarborðið

- Ekki teygja þig yfir aðra, það er dónalegt og gæti líka valdið slysi.
- Notaðu hnifapör, ekki puttana og ekki troða of miklu upp í þig í einu. Notaðu hnifapörin til að lyfta matnum upp í munninn, í stað þess að beygja þig yfir diskinn og skófla upp í þig. Reyndu líka að borða af yfirvegum.
- Samræður við matarborðið ættu að vera ánægjulegar, léttar og skipta þá sem sitja við borðið máli.
- Síðast en ekki síst er mikilvægt að sýna bæði öðrum gestum og öllu þjónustufólki virðingu og þakka alltaf vel fyrir sig.

Heimagerter góðgæti gleður

Það er gaman að gleðja samstarfsfólk með góðgæti og lifga þannig upp á skammdegið. Enn skemmtilegra er þegar það er heimagerter. Flórentínur með möndlum eru alltaf góðar.

Sigríður Inga
Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is



Hvort sem er fyrir jólin eða bara núna er gaman að útbúa persónulegar gjafir og gauka að vinnufélögunum. Það þarf ekki mikið til að gleðja aðra og það hefur sennilega aldrei verið mikilvægara en einmitt nú.

Í dag er hægt að fá alls konar fallegar umbúðir, svo sem kassa, gjafapoka, krukku og krúsir, slaufur og borða og því er ekkert mál að búa til fallega og persónulega gjöf. Eitt af því sem skemmtilegt er að gefa eru flórentínur, en þær eru sérlega ljúffengar og fallegar smákökur sem kitla bragðlaukana. Þær eru til í ýmsum útgáfum og hægt er að leika sér með því að prófa mismunandi uppskriftir. Hér er ein góð sem ekki á að klikka.

Flórentínur með möndlum

175 g mjúkt smjör
85 g sykurl
½ tsk. vanilludropar

225 g hveiti
¼ tsk. kanill
225 g dökkt súkkulaði

Setjið smjör, sykurl og vanilludropa í skál og hrærið vel saman, helst í hrærivél, þar til blandan verður létt og ljós. Bætið þá hveiti og kanill saman við. Hnoðið deigið vel saman og mótið kúlu úr því. Pakkið inn í plastfilmu og látið kólna í ísskáp í um klukkustund.

Hitið ofninn í 180°C. Klæðið bökunarplötu með bökunarpappír. Takið deigið úr kæli og fletjið þunnt út. Deigið á að vera álika þykkt og hundradkrónu-peningur. Notið glas til að skera út kökur og raðið þeim á bökunarplötuna. Setjið skraut ofan á hverja köku fyrir sig. Bakið í ofni í 12-15 mínútur eða þar til kökurnar hafa tekið á sig gylltan lit og skrautið hefur bráðnað yfir þær. Látið kólna í um 15 mínútur.

Takið því næst súkkulaðið og látið það bráðna varlega yfir vatnsbaði. Það er líka hægt að bræða það í örbylgjuofni. Dýfið botninum í súkkulaði eða penslið hann með súkkulaði og skreytið með blönduðum kokteilerjum. Núna eru þessar dásamlegu flórentínur tilbúnar. Njótið vel!



Flórentínur eru góðar kökur sem henta vel á veisluborðið. MYND/GETTY

» Í dag er hægt að fá alls konar fallegar umbúðir, svo sem kassa, gjafapoka, krukku og krúsir, slaufur og borða og því er ekkert mál að búa til fallega og persónulega gjöf.

Skraut með möndlufögum

75 g smjör
75 g ljós púðursykurl
75 g siróp
½ tsk. salt
75 g hveiti
75 g kokkteilber, smátt skorin
115 g möndlufögur án hýðis

Setjið smjör, sykurl, siróp og salt í pott og bræðið saman við lágan hita. Takið pottinn af hitanum og bætið hveiti út í. Blandið því næst kokteilerjum og möndlufögum saman við. Þetta er látið kólna svo blandan stífni örliði.

LÚXUS HÓTEL
JÓLAHLAÐBORD
HEITIR POTTAR
OG SAUNA

360hotel.is



360° Hótel býður upp á lúxuslíf og dekur í jólamat, drykk og unaðslegri heilsulind. MYNDIR/ANNA FJÓLA

Jólamatur í sveitasælu

360° Hótel dregur nafn sitt af geysifögru útsýni yfir Suðurland. Þar býðst nú dýrðlegt jólahlaðborð með gistingu.

Hótel 360° er falin perla sem opnaði dyr sínar fyrir íslenskum gestum í júní í sumar og síðan hafa allar helgar verið fullbókadar af Íslendingum. Hér er hægt að njóta slökunar í heitum böðum á lúxushótel og sveitasælu skammt frá borginni,“ segir Ólafur Sigurðsson, hótelsstjóri 360° Hótel sem var opnað síðsumars 2018.

Fyrstu misserin þjónaði hótelið eingöngu útlendingum, allt þar til það hóf að bjóða Íslendingum að koma til hóteldvalar í dásamlegu umhverfi í sumarbyrjun. Á hótelinu eru þrettán stór herbergi ásamt stórri heilsulind með heitum úti- og inniböðum, köldum böðum, sána og dásamlegu nudd- og slökunarhergi. „Hótelið hefur frá fyrsta degi fengið hæstu ein-kunn hjá erlendum gestum, það fær framúrskarandi umsagnir um allan heim og TripAdvisor valdi það besta hótél landsins, af 2.600 hótélum,“ upplýsir Ólafur.

Fram undan er nóg að gera á 360° Hótel.



Hvíld og friður með glæst útsýni.



Jólafrásirnar eru ómótstæðilegar.

„Fyrstu helgina í nóvember verður jóga- og vellíðunarhelgi, og frá 14. nóvember og fram að jólum verður boðið upp á hefðbundið jólahlaðborð með gistingu á

laugardögum. Eftir nýárið taka svo við árshátíðartilboð, villibráðarkvöld og fleira skemmtilegt,“ segir Ólafur.

Hægt er að taka á móti allt að 26 gestum á hótelinu.

„Þriggja rétta kvöldverður er framreiddur í veitingasal með stórkostlegu útsýni, barinn er með öllum tegundum drykkja og í miðju hótelsins er undurfullgur salur til að hittast og ræða málin yfir drykk,“ segir Ólafur.

360° Hótel er í aðeins 70 kílómetra fjarlægð frá Reykjavík.

„Hótelið stendur í kyrrlátri sveit á Suðurlandi, umlukid skógi sem þó skyggir ekki á stórkostlegt útsýnið. Öll herbergi eru með gólfsíðum gluggum, stórum badherbergjum og bestu rúmum sem völ er á,“ segir Ólafur og hlakka til að taka vel á móti gestum sínum í vetur.

360° Hótel er að Mosató 3, austan við Selfoss. Sími 562 2900 og netfang stay@360hotel.is. Allar nánari upplýsingar á 360hotel.is

Jólaævintýri við höfnina

Sjálfur Siggi Hall galdrar fram sínar uppáhaldsjólakrásir á jólahlaðborði Bryggjunnar í Grindavík á aðventunni. Hann kallar það skemmtijólahlaðborð því á Bryggjunni er fjör og dansað eftir matinn.

Það er sannkallað jólaævintýri að taka sér ferð á hendur um fagurt landslag Suðurnesjanna og njóta gömsæts jólamatar og kvöldskemmtunar við höfnina í Grindavík, þar sem ríkir sjarmerandi og svolítið óhefluð hafnarstemning,“ segir einn af ástsælustu meistarakökkum landsins, sjálfur Siggi Hall.

Siggi er kominn í jólaskap og ætlar af sinni alkunnu sníld að matbúa hátt í fjörutíu jólakrásir á dýrindis jólahlaðborð Bryggjunnar í Grindavík. Honum til aðstoðar verður matreiðslumaðurinn Dag Kristoffersen sem unnið hefur í mörg ár hjá Íslandshótelum, meðal annars sem yfirkokkur á Hótel Heklu.

„Ég er búinn að matreiða jólamat á jólahlaðborð Íslendinga í hartnær þrjátíu ár en ákvað að ganga til liðs við góða félagá mína á Bryggjunni fyrir hálfu öðru ári. Við buðum upp á jólahlaðborð á aðventunni í fyrra og seldist upp öll sex kvöldin og yfir þúsund manns mættu. Það skal engan undra því þetta kalla ég skemmtijólahlaðborð með úrvali jólarétta, líflægri stemningu og skemmtilegri jólatónlist undir borðhaldinu sem svo breytist í fjörugt jólapartí þegar líður á kvöldið,“ segir Siggi, en stuðtrió Magga Kjartans, Helgu Möller og Axel Ó munu flytja jóla-lög og leika fyrir dansi á jólahlaðborði Bryggjunnar.

Bestu bitar bæjarins

Siggi ætlar að tefla fram mörgum af sínum eftirlætis jólaréttum á jólahlaðborði Bryggjunnar.

„Gestum Bryggjunnar ætla ég að bjóða upp á jólamat í sérstöku dálæti, þar á meðal danska „flæskesteg“, séríslenska síldarrétti og íslenska villigæs. Á boðstólum verður hefðbundinn jólamatur af finustu sort og við vinnum allan mat frá grunni,“ upplýsir Siggi í einum mesta útgerðarbæ landsins.

„Við njótum þess að matbúa jólarétti úr fersku sjávarfangi bæjarins, enda er Grindavík einn stærsti framleiðandi bleikju og sjóbirtings, í algjörlega sjálfbæru og umhverfisvænu landeldi. Því verðum við að sjálfsögðu með bestu bita bæjarins á jólahlaðborðinu, sjóbirting sem við látum reykja sjálfir og grafna bleikju,“ segir Siggi sem jafnframt leggur á jólahlaðborðið allt frá jólalegum forréttum yfir í kalkún, nautalund, purusteik, hangikjöt, hamborgarhrygg og tilheyrandi meðlæti sem kórónar hina fullkomnu jólamáltíð.

„Við verðum með allt sem hugurinn girnist í munn og maga og æðislegt hlaðborð með ómótstæðilegum jólaeftirréttum, eins og Pavlovu í jólaskapi, ris á l'amande og fleira gömsætt og tilheyrandi á jolum.“

Hafnarfilingur og fjör

Bryggjan í Grindavík státar af einum skemmtilegasta veislusal landsins sem tekur á annað hundrað manns í sæti og er rúmt um alla. Salurinn er nútímalegur en inn af honum sést í netagerðina og bryggjuna fyrir utan.

„Það er mjög skemmtilegur hafnarfilingur á Bryggjunni og fer vel um fólk,“ segir Siggi og hlakkar til hlaðborðskvöldanna í desember.

„Jólahlaðborð eru jafn hefðbundin og jólin sjálf heima. Flestir vilja borða sömu jólaréttina yfir hátíðardagana og þeir sem koma á jólahlaðborð vilja gera vel við sig

Það er ákaflega sjarmerandi að njóta kvöldstundar og jólastemningar við höfnina í Grindavík. Að hlusta á brimið skella utan í bryggjuna, sjá norðurljósin dansa og horfa út á óraviddir Atlantshafsins yfir indælu atlæti og góðum mat á Bryggjunni.

í mat og drykk, borða þar til það er að springa af vellíðan og góðum mat, en líka njóta stundarinnar með sínum nánustu eða jafnvel vinnufélögum, og skemmta sér í góðra vina hópi,“ segir Siggi sem hefur yndi af jólahlaðborðum og matarstússinu í kringum þau.

„Jólahlaðborð er norrænn siður



Dag Kristoffersen matreiðslumaður. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Siggi Hall er fullur tilhlökkunar að taka á móti gestum í uppáhalds jólamatinn sinn á Bryggjunni þegar nær dregur jolum.

MYND/SIGURJÓN RAGNAR



Siggi Hall segir jólahlaðborð vera eins og jólin sjálf, með hefðbundnum jólamat í dálæti þjóðarinnar en alls verða um fjörutíu réttir á jólahlaðborði Bryggjunnar.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYBÓR

og vinsæll á öllum Norðurlöndunum. Maturinn er víðast hvar með svipuðu sniði en þó með sín sérkenni eins og Íslendingar sem leggja á borð sitt séríslenska hangikjöt, laufabrauð og síldarréttina. Eitt eiga þau svo öll sameiginlegt og það er hrísgrjónagratgur sem eftirréttur og í mörg hundruð ár hefur jólagratgur í hátíðarþvingi verið snæddur á skandinavískum jolum.“

Heimsfræg humarsúpa

Bryggjan er komin á heimskortið fyrir matreiðslu á heimsmaelikvarða.

„Á sumrin iðar höfnin af mannlífi og gestir stinga sér inn á Bryggjuna til að fá sér ferskasta fiskinn beint af kajanum og heimsfræga humarsúpu sem í útlenskum blöðum hefur verið sögð sú besta í heimi,“ segir Siggi og víst er að jólastund á Bryggjunni svikur heldur engan.

„Grindavík er íslenskt sjávarpláss eins og þau gerast best og þar er ákaflega sjarmerandi að njóta kvöldstundar og jólastemningar suður með sjó. Þar sjást norðurljósin dansa yfir djúpinu þegar skína, þar er heillandi að horfa og hlusta á brimið sem skellur utan í bryggjuna og horfa út á óraviddir Atlantshafsins yfir indælu atlæti og góðum mat á Bryggjunni.“

Stóri salur Bryggjunnar tekur á annað hundrað manns og er sjarmerandi að geta horft yfir í netagerðina og njóta útsýnis yfir höfnina í Grindavík. Takið eftir sviðinu þar sem hljómsveit leikur fyrir dansi.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Jólahlaðborð Bryggjunnar verður helgarnar 4. og 5. desember og 11. og 12. desember. Borðapantanir í síma 426 7100 og á netfanginu info@bryggjan.com. Verð 9.900 krónur en 8.900 fyrir hópa.



ÍSLANDSHÓTEL

Sjá nánar á islandshotel.is/tilbod

TILBOÐ HJÁ ÍSLANDSHÓTELUM

GÆÐASTUND Á GRAND

Grand
HÓTEL
REYKJAVÍK

HÓTELGISTING
KVÖLDVERÐUR
REYKJAVÍK SPA

Gisting fyrir tvo í
Tower View herbergi
á Grand Hótel Reykjavík

Morgunverðarhlaðborð

Tveggja rétta kvöldverður
á Grand Brasserie

Aðgangur fyrir tvo
í Reykjavík Spa

Tilboðsverð: 29.900 kr.

Bókaðu í síma 514 8000
eða info@grand.is

ÖLL TILBOÐIN
ER HÆGT AÐ FÁ
SEM GJAFABRÉF

Rómantík Í REYKHOLTI

Gisting fyrir tvo með morgunmat
á Fosshótel Reykholti,
tveggja rétta kvöldverði
og aðgangi í Krauma

Bókaðu í síma 435 1260
eða reykholt@fosshotel.is

FOSSHOTEL
REYKHOLT

KRAUMA

Einstakt
tilboð
fyrir tvo
29.900 kr.

Huggó á Húsavík

sjóböð og slökun

Gisting fyrir tvo
með morgunmat á
Fosshótel Húsavík,
tveggja rétta kvöldverði
og aðgangi í
GeoSea sjóböðin

Tilboð
fyrir tvo á
27.900 kr.

FOSSHOTEL
HÚSAVÍK

Bókaðu í síma 464 1220 eða husavik@fosshotel.is

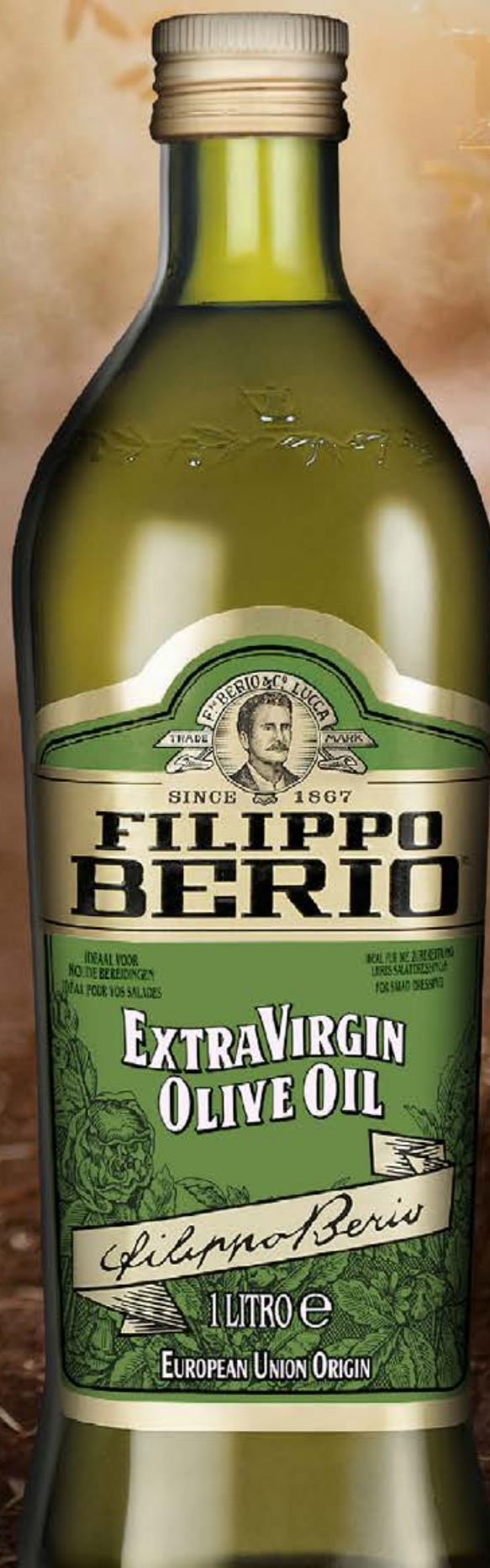
FOSSHOTEL

Grand
HÓTEL
REYKJAVÍK

FILIPPO BERIO, FYRSTA FLOKKS ÓLÍFUOLÍA FRÁ ÞVÍ 1867.

Filippo Berio

His signature. Our promise.





Eirný Ósk Sigurðardóttir rak osta- og ljúfmetisbúðina Búrið í tíu ár. Hún hefur alltaf látið íslenska matargerð sig miklu skipta og hefur verið með Matarmarkað Íslands í Hörpu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sprenging í matarnýjungum

Eirný Ósk Sigurðardóttir stofnaði Búrið á sínum tíma. Hún hafði þá búíð í Edinborg í Skotlandi í sautján ár og fannst vanta ver slun sem legði áherslu á lífræna ræktun og íslenskar gæðavörur.

Elin
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Eirný segist hafa unnið yfir sig á ákveðnu tímabili svo hún ákvað að selja búðina í lok árs 2017 til að endurheimta krafta sína. „Ég hef alla tíð unnið mikið og alltaf með kollinn fullan af hugmyndum. Eftir að ég seldi búðina fór ég að leggja enn meiri áherslu á Matarmarkað Íslands í Hörpu sem óx og dafnaði með hverju árinu. Við ætluðum að vera með markað í mars en urðum að aflýsa honum

vegna COVID. Við stefndum á jólamarkað í desember sem verður því miður ekki. Það er ekki hægt í ljósi aðstæðna að húa hópi fólks á sama staðinn,“ segir hún.

Erlendir brautryðendur

„Við Hlédís Sveinsdóttir höfum verið með þessa markaði í níu ár og ég held að fólk geri sér ekki almennt grein fyrir hversu mikil gróska er í smáframleiðslu á Íslandi. Sömuleiðis var mikil eftirspurn eftir matarmarkaðnum því gestir voru nálægt 30 þúsund. Það eru svo ótrúlega margir að gera góða hluti. Þegar ég kom heim

frá Skotlandi var þetta rétt að byrja en síðan hefur framleiðslan stöðugt verið að aukast. Það er mikil virðing borin fyrir íslenskri framleiðslu,“ segir Eirný en bætir við að henni finnst samt eins og það hafi verið útlendingar sem hafi verið brautryðjendur í heimaframleiðslu.

„Ég get nefnt hjónin í Hálsi í Kjós, þau Lisu Boije af Gennaes og Þórarín Jónsson. Lisa kemur frá Sviss og var von því að hægt væri að kaupa beint frá bónda. Þau eru sérfræðingar í nautakjöti. Þá get ég einnig nefnt Tomas Atla Ponzi og Björk Bjarnadóttur sem rækta grænmeti í Mosfellsdal, aðallega tómata. Svo framleiðir Bettina Wunsch í Brautartungu í Háfs-hverfinu í Þykkvabænum geitais sem er einstakur. Loks get ég nefnt Roberto Tariello sem framleiðir dásamlegt salami og aðrar ítalskar pylsur. Hann vann gullverðlaun fyrir rauðvínssalami á handverks-matarhátíð. Roberto er Ítali en hefur búíð lengi hér, settist að í Þykkvabænum og hefur hjálpað til við að búa til atvinnutækifæri þar. Mjög spennandi nýjungar sem hann er að framleiða,“ segir Eirný og segir þessa upptalningu ekki tæmandi.

Einstakt hugmyndaflug

„Ég á nokkra uppáhalds framleiðendur og get nefnt Sólsker á Hornafirði sem er með dásamlegan heitreyktan makríl. Eigandinn, Ómar Fransson, er sjómaður og vildi nýta það sem hann dró á land. Sannarlega frumkvöðla-starf. Einnig get ég nefnt hjónin á Brúnastöðum, Stefáníu Leifsdóttur og Jóhannes Helga Rikharðsson. Hún hefur verið að þróa verkefni í ostagerð, til dæmis geitast og aðra

„Dýrin búa við góðan kost og þessir litlu framleiðendur bera mikla virðingu fyrir hráefninu.“

kindaosta. Svo er Hvannarlambið frá Fagradal ótrúlega gott og maður getur gengið að gæðunum vísum. Það er mikið af skemmtilegum nýjungum sem hafa verið að fæðast um allt landið. Það má vel nefna harðfisk sem er orðinn að vinsælu prótínskaki. Hugmyndaflugíð er alveg einstakt en núna eru litlir matarframleiðendur komnir yfir eitt hundrad auk handverksframleiðenda. Það má því segja að það hafi orðið sprenging á þessu sviði,“ segir Eirný og bendir á að þegar fólk kaupir vörur beint frá bónda geti það gengið að gæðunum vísum með sögu og rekjanleika. „Dýrin búa við góðan kost og þessir litlu framleiðendur bera mikla virðingu fyrir hráefninu,“ segir hún.

Kráareigandi í Skotlandi

Eftir BA-nám og síðan MSc í Edinborg vann Eirný hin ýmsu störf í Skotlandi. „Meðfram námi var ég veitingastjóri á veitingahúsi, einnig kenndi ég á tímabili og starfaði þá í kastala í hálöndum Skotlands. Ég sótti síðan um í frumkvöðla-keppni og fékk peningastyrk til að stofna rekstarþjónustu en ég hef alltaf verið viðlodandi mat og drykk,“ segir Eirný sem meðal annars gerðist kráareigandi í Edinborg. „Það má segja að ég hafi

alltaf verið eitthvað að bardúsa. Á tímabili flutti ég inn ólífuolíu frá Grikklandi og seldi í Skotlandi. Þá kynntist ég matarmörkuðum. Matargerð hefur alltaf verið mikil ástríða hjá mér og það var ástæða þess að ég opnaði Búrið á sínum tíma. Ég reyndi að bjóða nýjungar í matargerð, meðal annars þúrtvínslagaða gráðosta sem urðu mjög vinsælir fyrir jólin og voru orðin hefð á mörgum heimilum. Einnig var ég með ýmsar sultur og annað meðlæti. Þetta var heljarinnar framleiðsla. Þá bauð ég upp á námskeið sem voru vinsæl en liggja núna niðri vegna COVID,“ segir Eirný en hún og Svavar Halldórsson eru með þætti á RÚV sem nefnast Heimur ostanna.

Auðvelt að nálgast vörurnar

Eirný segir að matarviðburðir séu loksins að fæðast hér á landi. „Þetta er framtak sem bætir matarmenningu landsins. Ég er ótrúlega bjartsýn á framtíð matarmarkaða og smáframleiðenda,“ segir Eirný og þegar hún er spurð hvernig best sé að nálgast þessar vörur á tímum kórónuveirunnar, svarar hún: „Það eru margar leiðir til að nálgast íslenskar vörur og netið er hjálplegt. Ég get nefnt beintfrabyli.is og matarbudin.is. Einnig er Reko á Facebook en þar er hægt að panta vörur og sækja og síðan okkar Matarmarkaður er einnig á Facebook.“

Umgjörðin utan um íslenska smáframleiðendur er orðin sterkari en hún var og hún er líka hvetjandi fyrir þá sem vilja stíga sín fyrstu spor á þessum markaði,“ segir Eirný og vísar til þess að geta fengið uppáhaldsvörurnar sínar fyrir jólin þótt enginn verði matarmarkaðurinn.

SÆBJÚGNAHYLKI FYRIR HEILSUNA

NÝJAR UMBÚÐIR



Arctic star sæbjúgnahylki innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum, og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjósk og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að koma í veg fyrir æðakölkun
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húðpróteins og insúlíns

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA. Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á www.arcticstar.is

Arctic Star sæbjúgnahylki Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hagkaupum.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is

Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618

Smáauglýsingar

550 5055

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

Bílar & Farartæki



Nýir 2020 Mitsubishi Outlander bílar í mörgum litum á staðnum. Nú borgar sig að kaupa áður en þeir hækka um næstu áramót vegna tolla breytinga. Okkar verð er 800.000 undir listaverði á 5.890.000,-

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

Þjónusta

Hreingerningar



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

Málarar

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

REGNBOGALITIR EHF.

Alhliða málningaþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Vönduð vinnubrögð og vanir menn. Sími 8919890 eða malarar@sinnet.is

Búslóðaflutningar

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

Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrur, flísa- & parketlagningar og trésmíði. S. 616 1569

Nudd

NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Akureyrar. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Heilsa

Heilsuvörur



Nudd



TANTRA NUDD

Ekta vigsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir þér, konur og karla. S. 698 8301 www.tantrateemple.is

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarboði, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Keypt & Selt

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is

Opíð mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

Til sölu

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali

Verð við allra hæfi

Atvinna

Atvinna í boði

Vanar háseta og annan stýrimann á netabát frá Þorlákshöfn. Uppl. í s. 8920367

FYRIR AÐSTOÐ INNLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar



FASTEIGNA MIÐLUN

Sverrir Pálsson, lögmaður og löggiltur fasteignasali, sími 867-1001
Skólavörðustíg 3 - 2. hæð - 101 Reykjavík
Sími 575 8500 - www.fasteignamidlun.is

Geymsluskúrar að Álhelli 14, Hafnarfirði

Erum með til sölu geymsluskúra að Álhelli 14 Hafnarfirði. Afhending í desember 2020.

45 fm geymsluskúr á 14.900.000 kr

32 fm geymsluskúr á 9.900.000 kr

26,3 fm geymsluskúr á 8.500.000 kr

Nánari upplýsingar veitir Gunnar Bergmann í síma: 839-1600 eða gunnar@fasteignamidlun.is



Sérfræðingar í ráðningum

Við finnum rétta starfsmanninn fyrir þig



lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

FAST
Ráðningar

www.fastradningar.is



Aðalskipulag Reykjavíkur 2010-2030 Endurskoðun á stefnu um íbúðarbyggð og blandaða byggð

Drög að umfangsmiklum breytingum á aðalskipulagi Reykjavíkur voru lögð fram í skipulags- og samgönguráði þann 7. október og í borgarráði Reykjavíkur þann 15. október sl. Tillögurnar fela m.a. í sér heildaruppfærslu á stefnu um íbúðarbyggð, skilgreiningu nýrra svæða fyrir íbúðir, stakar breytingar á völdum atvinnusvæðum og samgönguinnviðum, auk þess sem sett eru fram ný megin markmið í völdum málaflokkum. Tillögurnar gera enn fremur ráð fyrir því að tímabil aðalskipulagsins verði framlengt til ársins 2040.

Skipulagstillögurnar, ásamt umhverfisskýrslu og öðrum fylgigögnum, hafa verið gerðar aðgengilegar á adalskipulag.is og sendar til skilgreindra hagaðila. Áformað er að kynna tillögurnar á opnum fundi sem verður auglýstur sérstaklega. Óskað er eftir því að umsögnum og athugasemdum verði komið á framfæri fyrir 20. nóvember nk. Þeir sem óska frekari upplýsinga um málið geta snúið sér til umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar. Ábendingum og athugasemdum við drögin má koma á framfæri á netfangið skipulag@reykjavik.is eða skriflega til Umhverfis- og skipulagssviðs, Borgartúni 12-14.

Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is



Mat á umhverfisáhrifum Athugun Skipulagsstofnunar

Allt að 2.500 tonna framleiðsla á laxi og laxaseiðum í eldisstöð Laxa eignarhaldsfélags ehf. við Laxabraut, Þorlákshöfn

Laxa eignarhaldsfélag ehf. hefur tilkynnt til athugunar Skipulagsstofnunar frummatsskýrslu um allt að 2.500 tonna framleiðslu á laxi og laxaseiðum í eldisstöð Laxa eignarhaldsfélags ehf. við Laxabraut, Þorlákshöfn.

Kynning á frummatsskýrslu: Tillaga að ofangreindri framkvæmd og skýrsla um mat á umhverfisáhrifum hennar liggur frammi til kynningar frá 15. október—26. nóvember á eftirtöldum stöðum: A bæjarskrifstofu Ólfuss, Þjóðarbókhöfðunni og Skipulagsstofnun. Frummatsskýrslan er aðgengileg á vef Skipulagsstofnunar www.skipulag.is.

Athugasemdafrestur: Allir geta kynnt sér frummatsskýrsluna og lagt fram athugasemdir. Athugasemdir skulu vera skriflegar og berast eigi síðar en 26. nóvember 2020 til Skipulagsstofnunar, Borgartúni 7b, 105 Reykjavík eða með tölvupósti á skipulag@skipulag.is.



Erum við
að leita **að þér?**



Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi

hagvangur.is

 HAGVANGUR



Stillanlegt rúm, Ambassador*

Verð frá:

591.900.-

Skoðaðu rúmin okkar
áður en þú tekur ákvörðun.



Designed for Sleep Comfort
www.jensen-beds.com

Skeifan 6 / 5687733 / epal.is



Nordic Seamless*

Verð frá:

392.700.-



Jensen rúm:

- Hvert rúm er sérgert fyrir þig.
- 25 ára ábyrgð á gormakerfi.
- Skandinavísk hönnun.

Norsk gæðaframleiðsla frá 1947.

- Áratuga reynsla.
- Gæði, ábyrgð og öryggi.
- Stillanleg rúm, Continental og boxdýnur.
- Yfirdýnur í úrvali.

Stuttur afhendingartími,

- ótal möguleikar.

Mikið úrval af göflum, náttborðum og yfirdýnum

Continental*

Verð frá:

467.300.-



* Aukahlutir gafl, náttborð og lampar eru ekki innifaldir í verði.

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Föstudagur

Reykjavík



8 | 1
°C | ↓

Ísafjörður



5 | 5
°C | ↔

Akureyri



6 | 1
°C | ↑

Egilsstaðir



2 | 1
°C | ↑

Kirkjubæjarkl



7 | 0
°C | ○

Hveravellir



2 | 4
°C | ↓

Hægviðri og víða létt-skýjað með morgninum, en þykkar upp fyrir norðan síðdegis, norðan 3-8 m/s og lítils háttar rigning eða slydda þar um kvöldið. Hiti 2 til 8 stig.

Laugardagur

Reykjavík



7 | 1
°C | ↓

Ísafjörður



3 | 4
°C | ↔

Akureyri



4 | 2
°C | ↔

Egilsstaðir



2 | 2
°C | ↓

Kirkjubæjarkl



5 | 2
°C | ↔

Hveravellir



2 | 2
°C | ↑

Sunnudagur

Reykjavík



7 | 2
°C | ↔

Ísafjörður



1 | 5
°C | ↔

Akureyri



2 | 1
°C | ↓

Egilsstaðir



3 | 1
°C | ↑

Kirkjubæjarkl



5 | 1
°C | ↓

Hveravellir



1 | 1
°C | ↑

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT

- 1 ílát
- 5 kvk. nafn
- 6 öxull
- 8 lasleiki
- 10 tónn
- 11 langar
- 12 mynt
- 13 þrymur
- 15 titill
- 17 boðflenna

LÓDRÉTT

- 1 hænsn
- 2 gælunafn
- 3 kuldapél
- 4 rispan
- 7 sálmabók
- 9 ófrægja
- 12 saklaus
- 14 oddi
- 16 munní

1	2	3		4	
5				6	7
8			9		
10				11	
			12		
13	14				
15					16
	17				

LÁRÉTT: 1 askur, 5 loa, 6 ás, 8 hliska, 10 fa, 11 vil, 12 sent, 13 gnyr, 15 lektor, 17 snapl
LÓDRÉTT: 1 allflug, 2 sóla, 3 kal, 4 rákin, 7 saltar, 9 sveta, 12 sýkn, 14 nes, 16 op

Skák Gunnar Björnsson

Alireza Firouzja (2.728) átti leik gegn Aryan Tari (2.633) á Altibox Norway Chess-mótinu.

25...e5! 26. Bxd7 Dxd7 27. Rh2 Dh3! 28. Hg1 Hag8! 29. De2 e4! 30. Hc3 Rf5. Afar kröftug taflemnska Íranans unga tryggði honum sigur nokkru síðar. Lokaumferð mótsins fer fram í dag. Firouzja mætti Magnúsi Carlsen í gær.

www.skak.is: Hraðskákmót Víkingaklúbbsins á netinu í kvöld.

Svartur á leik



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

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

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



Gelgjan



Barnalán



FRÉTTABLAÐIÐ er helgarblaðið

Við erum náttúran



Jóhanna Vilhjálmsdóttir varð landsmönnum kunn í gegnum starf sitt í fjölmiðlum en undanfarin ár hefur aukin vitund um heilsu og umhverfi átt hug hennar allan og auðvitað fjölskyldan, sem stækkaði snarlega á einni nóttu.

Litlu hlutirnir

Elin Ebba Ásmundsdóttir hefur starfað við geðheilbrigðismál í 40 ár. Hún þekkir neikvæð áhrif faraldursins á geðheilsuna af eigin raun og að á tímum sem þessum skipti litlu hlutirnir afar miklu máli.



Bakað með börnunum



Eva Laufey Kjaran hefur í samkomubanni tekið upp á því að stytta ungum fylgjendum sínum stundirnar ásamt sex ára dóttur sinni, með því að baka með þeim í beinni og gefur lesendum einfaldar uppskriftir til að gera það sama.

Helgarblað Fréttablaðsins, ómissandi hluti af góðri helgi

5 hlutir sem foreldrahlutverkið á sameiginlegt með háskóla

5. Herbergisfélagarnir geta verið pirrandi.



„Ég byrja ekki að vinna verkin með fyrirfram ákveðna hugmynd í huga,“ segir Magga. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Tjáir tilfinningar og myndgerir þær

Magga Eddudóttir sýnir textilverk, pastelmyndir og skúlpúra í Gallerí Fold. Segir sterka líkamstengingu í verkunum.

Kolbrún
Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Í GEGNUM SKÖPUNINA ER ÉG AÐ REYNA AÐ FRELSAST OG VONANDI AÐ FRELSA AÐRA Í LEIÐINI.

Magga Eddudóttir sýnir verk sín í Gallerí Fold. Yfirskrift sýningarinnar er Úthverfa. Á sýningunni eru stór textilverk, pastelmyndir og skúlpúrar.

„Mér finnst gaman að vinna þessa miðla saman af því að þeir tala saman og það er mykt í þeim sem mér finnst endurspeglar það sem ég hef að segja. Ég er að tjá tilfinningar og myndgera þær,“ segir Magga. „Ég byrja ekki að vinna verkin með fyrirfram ákveðna hugmynd í huga, í gegnum sköpunina er ég að reyna að frelsast og vonandi að frelsa aðra í leiðinni.“

Margt í verkunum minnir á líkamann. „Hingað til hefur alltaf verið mjög sterk líkamstenging í verkum mínum. Mér finnst líkaminn sem fyrirbæri og tákn vera mjög áhugaverður.“

Ljósir litir eru áberandi í verkunum. Um litanotkun sína segir Magga: „Ég nota mikið af ljósum pastellitum og er þar, held ég, að hugsa um ljós. Þegar eitthvað hrífur mann er eins og kvikni á ljósi inni í manni. Ég hugsa um leið mikið um dauðann, hann er alltaf til staðar og ekki á neikvæðan hátt. Vegna hans kann ég að meta ljósið og baða mig í



Þessi pastelmynd er á sýningunni.

því en um leið finnst mér mikilvægt að í verkunum séu einnig svartir fletir. Dauðinn gerir mann berskjaldaðan og það er kannski það sem við erum hræddust við að vera,“ segir Magga.

Textilverkin á sýningunni eru stór og unnin með sérstökum nálum sem listakonan fær frá Bandaríkjunum. „Það er næstum eins og hugleiðsla að vinna þessi verk með nál. Ég þrykki lykkju í gegnum léreft. Lykkjan verður eftir og verkið er orðið til,“ segir hún. „Þetta eru stór verk sem nota má sem gólfmottur eða hengja upp á vegg. Mýktin í textílnum finnst

mér mjög aðlaðandi og kallast á við mýktina í pastellitunum.“

Magga segist hafa tekið eftir því að börn séu hrifin af verkum hennar. „Þau geta verið alveg óhrædd í kringum verkin, snert þau, hallað sér upp að þeim og legið á textilverkunum. Þannig skapast kærleikur í kringum verkin og það þykir mér mjög skemmtilegt.“

Listakonan verður með listamannaspjall síðar í mánuðinum og mun sýna eitthvað af þeim aðferðum sem hún notar við gerð textilverkanna. Tilkynnt verður um spjallið á Facebooksíðu gallerísins. Sýningin stendur til 24. október.



Mikael Máni verður á Háskólatónleikum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Fyrstu tónleikarnir verða í beinni

Fyrstu Háskólatónleikar skólaársins fara fram miðvikudaginn 21. október klukkan 12.15 í beinni útsendingu frá Hátiðarsal aðalbyggingar. Þar munu djassgitarleikarinn Mikael Máni og hljómsveit hans flytja lög af plötu hans sem kom út fyrr á þessu ári.

Tónleikunum verður streymt í ljósi yfirstandandi samfélagshamlana og salurinn verður tómur, utan tæknifólks og tónlistarmanna. Tónleikarnir standa í um hálfklukkustund. Sjá livestream.com/hi/haskolatonleikarmikaelmani.

Nýr umsjónarmaður tónleikaradarinnar og listrænn stjórnandi er dr. Arnar Eggert Thoroddsen og segist hann styðjast við slagorðið „Háskóli fyrir alla – tónlist fyrir alla“ á þessum komandi vetri. Arnar segist taka eigin slagorð alvarlega og að leitast verði við að fá til samstarfs tónlistarmenn sem tilheyra alls kyns geirum, svo sem poppi/rokki, djass, klassík og bara því sem álitlegt þykir hverju sinni.



Dúó Edda heldur streymistónleika. MYND/HANNESARHOLT

Dúó Edda í beinu streymi

Dúó Edda heldur streymistónleika í Hljóðbergi Hannesarholts mánudaginn 19. október klukkan 16, sjá facebook.com/Hannesarholt.

Dúó Edda samanstendur af tveimur hljóðfæraleikurum sem eru báðir starfandi á Íslandi. Vera Panitch á fiðlu og Steiney Sigurðardóttir á selló.

Efnisskráin samanstendur af verkum sem öll eru skrifuð á fimm ára tímabili og á svipuðum landfræðilegum slóðum og eru eftir Schulhoff frá Tékklandi og Kodaly frá Ungverjalandi.

Góð augnablik, góðir stundarfjórðungar

GEISLADISKUR

Epicycle II
★★★★★
Gyða Valtýsdóttir

Útgefandi: Diamond

„Þegar maður heyrir slæma tónlist þá er það skylda manns að drekkja henni í samræðum.“ Þetta sagði Oscar Wilde, en hann gat verið einkar hnyttinn og orðheppinn. Hann sagði til dæmis um Wagner að í tónlist hans væru góð augnablik, en slæmir stundarfjórðungar. Kannski er nokkuð til í því.

Ég hugsa að Wilde myndi bara þegja ef geisladiskur Gyðu væri spilaður fyrir hann, svona ef hann væri



á lífi í dag. Þar eru nefnilega engir slæmir stundarfjórðungar, en þeim mun fleiri góð augnablik. Reyndar meira en góð.

Diskurinn ber nafnið Epicycle II og er framhald af diskunum sem innihélt nokkrar perlur tónbókmenntanna í nýstárlægum útsetningum. Að þessu sinni er fókussinn á nútímatónsmíðar eftir íslensk tónskáld, og allir hafa eitthvað mikið fram að færa. Verkin eru átta, og þar af eru þrjú þeirra sungin með undirspili.

Gripandi söngur

Sungna tónlistin er forkunnarfögur. Eitt lagið er eftir Ólöfu Arnalds, en

hún býr yfir þeirri náðargáfu að geta samið unaðsfagar melódiur. Verkið hennar heitir Safe to Love og Gyða sjálf syngur, auk þess sem útsetningin er eftir hana. Áferðin er draumkennd og þrungin ástarvímu, smám saman fjölgar milli-röddum og tónlistin lyftist upp í einhvers konar algleymi sem líkt og rennur saman við eilífðina.

Annað lag heitir Evol Lamina, sem er Animal Love aftur á bak. Það er eftir Jónsa (í Sigur Rós) og Gyðu. Tónlistin er hrá og byggist mikið til á frumstæðri hrynjandi sem hlýtur óvæntan endi. Þetta er mögnuð tónlist. Í takt við nafnið er einhvers konar ófugheitastill á laginu, megnið af hljóðunum sem þar heyrast virðist vera leikið aftur á bak. Fyrir bragðið er tónlistin annarleg, en á sjarmerandi hátt.

Þriðja sungna tónsmíðin, Liquidity, er eftir Gyðu og Kjartan Sveinsson. Hún hefst á angurværum píanóhljómunum sem Kjartan sjálfur leikur. Síðan byrjar lágstemmdur strengjaleikur og Gyða syngur töfrandi laginu. Tónlistin færir í aukana og útkoman er afar gripandi. Andstæður hljóðfæraleiks eingöngu og svo söngsins eru sterkar og spennandi. Þetta er lag sem maður fær auðveldlega á heilann.

Fagur sellóleikur

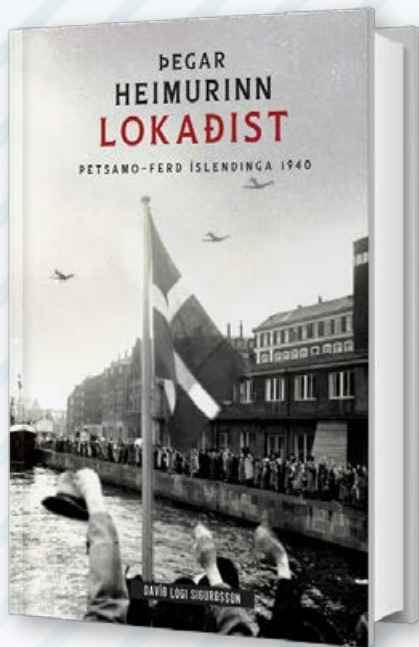
Hin verkin eru líka flott, en þar er sellóið oft í forgrunni, enda er Gyða sellóleikari. Morphogenesis eftir Úlf Hansson er sérlega fallett, en það hefst á siendurteknum, massífum, dálítið fjarlægum hljómunum og djúpum bassa. Yfir þessu trónir fremur einmannalegur, leitandi sellóleikur.

Þessir tveir þættir skapa kröftugan skáldskap sem situr í manni eftir að tónlistin endar.

Mikros eftir Önnu Þorvaldsdóttur er meira afstrakt, fullt af myrkri eins og tónlist Önnu er svo oft. Það byggir á finlegum blæbrigðum og dökkum, liggjandi tónum sem skapa stemningu. Air og Breath eftir Daníel Bjarnason er sömuleiðis seiddandi, dálítið angurvært, en afar fallett. Þar njóta sín til fulls hæfileikar Gyðu sem sellóleikara. Loks eru Unfold eftir Skúla Sverrisson og Octo eftir Maríu Huld Markan Sigfúsdóttur eftirminnileg í daleiðandi einfaldleika. Það gerist bara ekki betra. **Jónas Sen**

NIÐURSTAÐA: Magnaður geisladiskur sem verðugt er að hlusta á aftur og aftur.

NÝJAR BÆKUR, NÝ ÆVINTÝRI!



Þegar heimurinn lokaðist
TILBOÐSVERÐ: 5.999.-
Verð áður: 6.999.-



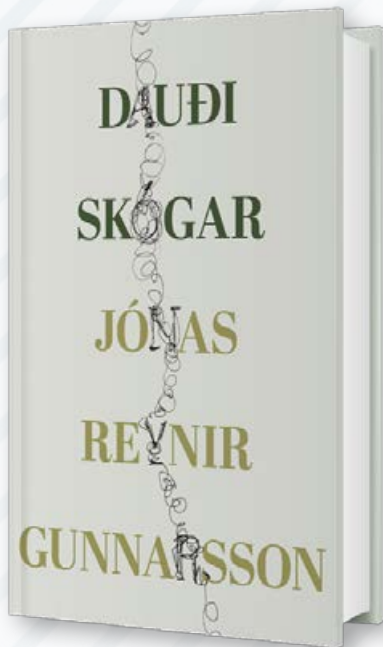
Konan sem elskaði fossinn
TILBOÐSVERÐ: 5.999.-
Verð áður: 6.999.-



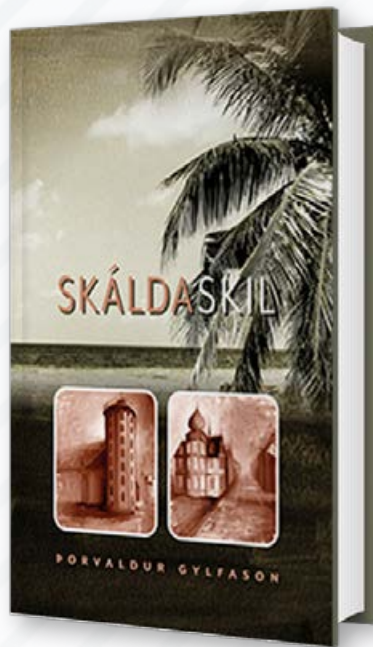
Sykur
TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 6.999.-



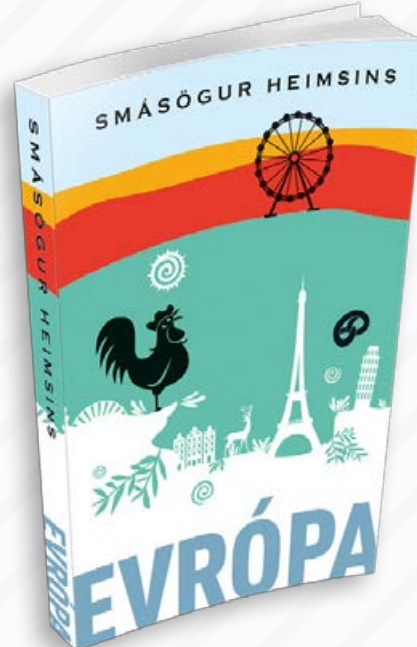
Heilsubók Jóhönnu
TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 5.499.-



Dauði skógar
TILBOÐSVERÐ: 5.799.-
Verð áður: 6.999.-



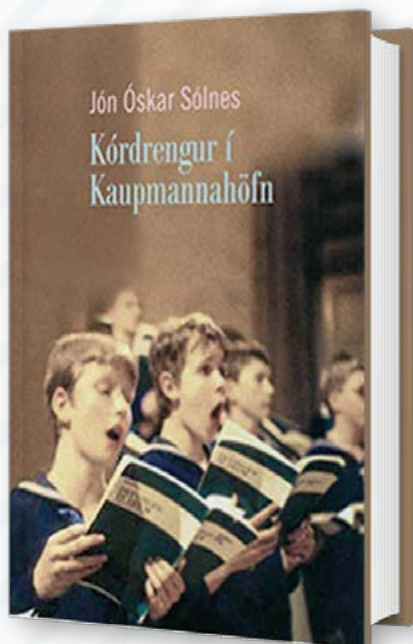
Skáldaskil
TILBOÐSVERÐ: 5.499.-
Verð áður: 6.499.-



Smásögur heimsins - Evrópa
TILBOÐSVERÐ: 4.499.-
Verð áður: 4.999.-



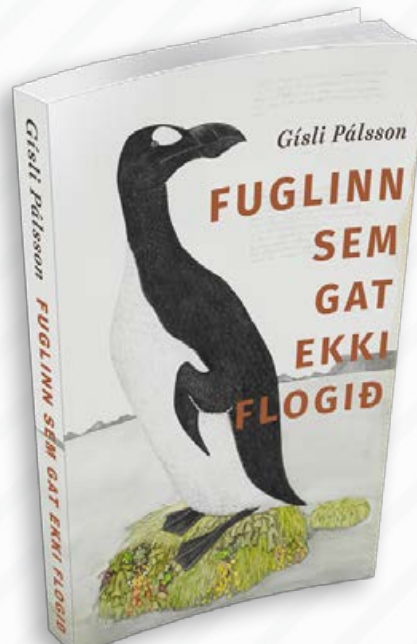
Þjóð gegn sjálfsvígum
TILBOÐSVERÐ: 5.399.-
Verð áður: 5.999.-



Kórdrengur í Kaupmannahöfn
TILBOÐSVERÐ: 5.999.-
Verð áður: 7.599.-



Mótorhausasögur
TILBOÐSVERÐ: 5.299.-
Verð áður: 5.999.-



Fuglinn sem gat ekki flogið
TILBOÐSVERÐ: 4.899.-
Verð áður: 5.999.-

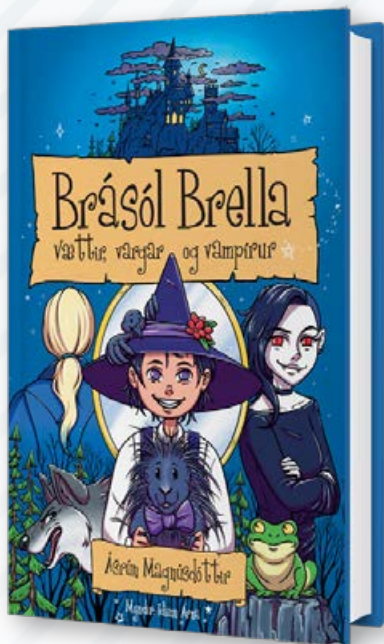


Spegill fyrir Skuggabaldur
TILBOÐSVERÐ: 3.699.-
Verð áður: 4.399.-

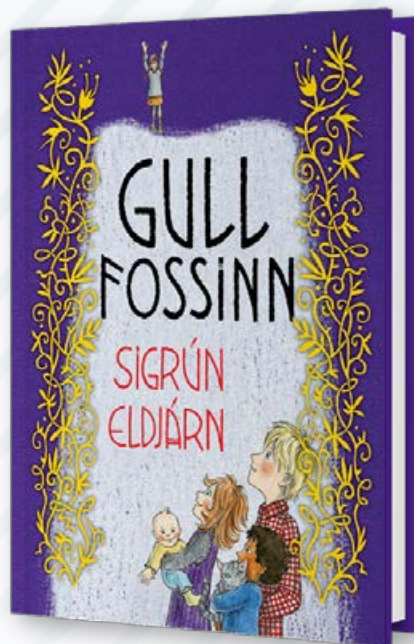


1.
Metsölulisti
Eymundsson

Vetrarmein
TILBOÐSVERÐ: 5.999.-
Verð áður: 6.999.-



Brásól Brella
TILBOÐSVERÐ: 4.299.-
Verð áður: 4.799.-



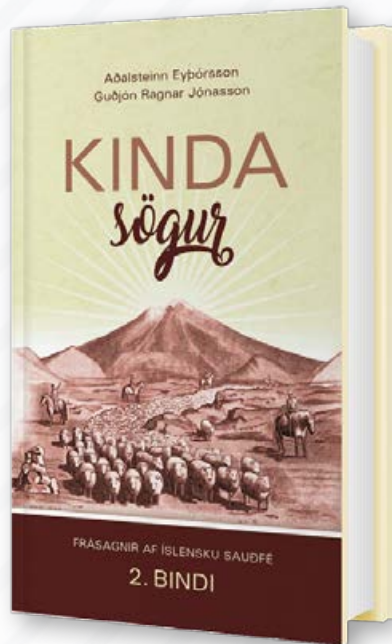
Gullfossinn
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-



Töfralandið
TILBOÐSVERÐ: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-



Blóðrauður sjór
TILBOÐSVERÐ: 5.999.-
Verð áður: 6.999.-



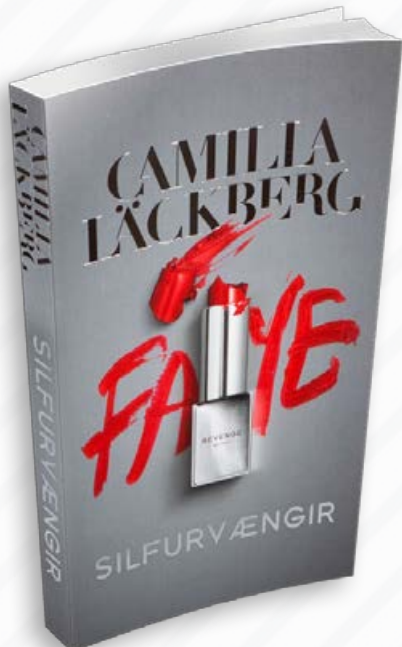
Kindasögur - 2. bindi
TILBOÐSVERÐ: 3.699.-
Verð áður: 4.499.-



Gata mæðranna
TILBOÐSVERÐ: 5.999.-
Verð áður: 6.999.-



Stúlkan undir trénu
TILBOÐSVERÐ: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-



Silfurvængir
TILBOÐSVERÐ: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

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. Gildistími tilboðsverðs er til og með 19. október eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

DAGSKRÁ

Föstudagur

MÁNUDAGA
KL. 20.30

MATUR OG HEIMILI

MEÐ SJÖFN ÞÓRÐAR

Lifandi þáttur um matargerð og bakstur í bland við innanhússarkitektúr, hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.

Þátturinn er á dagskrá alla mánudaga kl. 20.30

BONUS



HRINGBRAUT

HRINGBRAUT

20.00 Lífið er lag (e) Þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri ára. Umsjón. Sigurður K. Kolbeinsson.
20.30 Matur og heimili (e) Lifandi þáttur um matargerð og bakstur í bland við innanhússarkitektúr, hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
21.00 21 - Úrval á föstudegi Samantekt úr bestu og áhuga-verðustu viðtölunum úr Tuttugu-ogeinum í liðinni viku.
21.30 Viðskipti með Jóni G. (e) Í viðskiptaþættinum með Jóni G. Haukssyni er rýnt í verslun og viðskipti landsmanna með aðstoð sérfræðinga og stjórnenda atvinnulífsins.

RÚV SJÓNVARP

09.00 Heimaleikfimi
09.10 Spaugstofan 2005 - 2006
09.30 Manstu gamla daga? Grínarnir
10.15 Á fjöllum - Lif skýjum ofar
11.05 Á sama báti
11.45 Fólkið mitt og fleiri dýr
12.35 Heimaleikfimi
13.45 Kvöldstund með listamanni 1986-1993 Rúnar Júlíusson og María Baldur
13.25 Basl er búskapur
13.55 Gettu betur 2016 FS - MA
15.00 Nýbakaðar mæður
15.30 UseLess Són
15.35 Umræðuþáttur um COVID-19 Upplýsandi og fræðandi umræðuþáttur um COVID-19 í umsjón Jóhönnu Vigdísar Hjaltadóttur og Sigmars Guðmarssonar. e.
16.25 Landinn Landinn 20. september 2020
16.55 Bækur og staðir Hafnarstræti
17.05 Ólympiukvöld ÓL 2012
17.50 Tákn málsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Fótboltastrákurinn Jamie
18.29 Tryllitæki - Klósettsturtarinn
18.35 Húllumhæ
18.50 LandakortBrunahanar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Kappsmál
20.45 Vikan með Gísla Marteini
21.30 Matur og munúð Delicious Þriðja þáttaröðin um lífið á Penrose-hótelinu. Hótelreksturinn í Cornwall gengur vel og Gina og Sam huga að því að stækka við sig. Þær hafa loksins fundið leið til að vinna saman en þá mætir veitingamaðurinn Mason Elliot á svæðið og kergja kemur upp sem ógnar samstarfinu.
22.15 Vera Vera
23.45 Babylon Berlin Babylon Berlin
00.30 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

06.25 European Tour 2020 Útsending frá Scottish Championship á Evrópumótaröðinni.
11.30 European Tour 2020 Bein útsending frá Scottish Championship á Evrópumótaröðinni.
16.35 PGA Highlights 2020
17.30 PGA Tour. The Cut Skyggst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni.
17.55 PGA Tour 2020 Útsending frá The CJ Cup @ Shadow Creek á PGA Tour.
21.00 PGA Tour 2020 Útsending frá The CJ Cup @ Shadow Creek á PGA Tour.

ÚTVARP

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

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

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.30 Dr. Phil
13.15 The Late Late Show
14.00 The Cool Kids
14.25 Gordon, Gino and Fred. Road Trip
15.25 90210
16.30 Family Guy
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 Dr. Phil
18.20 The Late Late Show
19.05 The Good Place
19.30 Broke
20.00 Kokkaflak Ferða- og matreiðsluþættir þar sem Ólafur Örn Ólafsson heimsækir íslenska matreiðslumenn sem hafa gert það gott úti í hinum stóra heimi.
20.30 Jarðarförin mín Ljúfsár en alvörugefin þáttaröð með Þórhalli Sigurðssyni í aðalhlutverki.
21.00 The Bachelorette
22.30 Love Island
23.30 Nancy Drew (2019)
00.30 Charmed (2018)
01.30 Star
02.25 Cobra
02.55 Billions
04.00 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Í ljósi sögunnar
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Óskastundin
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Heimskviður
15.00 Fréttir
15.03 Sögur af landi
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Glans TEXTÍLL. með höndlun efna
17.00 Fréttir
17.03 Lestarklefinn
18.00 Spegillinn
18.30 Brot úr Morgunvaktinni
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Flugur Reggi goðsögnin Toots Hibbert
19.45 Lofthelgin
20.35 Mannlegi þátturinn
21.30 Kvöldsagan. Sólón Íslandus (6 af 32)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestarklefinn
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.30 Buzz
12.55 Brad's Status
14.35 The Mercy
16.15 Buzz
17.40 Brad's Status
19.15 The Mercy
21.00 Beatriz at Dinner
22.20 Zombieland. Double Tap
23.55 Stuber
01.25 Beatriz at Dinner

STÖÐ 2

07.55 Heimsókn
08.20 The Good Doctor
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 Gilmore Girls
10.05 Besti vinur mannsins
10.30 One Born Every Minute
11.15 Jamie's Quick and Easy Food
11.45 Beauty Laid Bare
12.35 Nágrannar
12.55 Splitting Up Together
13.15 Battle of the Fittest Couples
13.55 Matters of the Heart
15.10 Phantom of the Opera
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
18.55 Í kvöld er gigg Frábærir tónlistarþættir með Ingó, einum vinsælasta tónlistamanni landsins; Brekkusöngsstjórnin sem á tvö af vinsælustu lögum ársins; Í kvöld er gigg og Takk fyrir mig – frábær lög sem fólk á öllum aldri er búð að syngja hástöfum með í allt sumar.
19.35 Britain's Got Talent
21.20 Godzilla
23.20 Eastern Promises
01.00 Captive State Spennutryllir frá 2018. Í tiltölulega náinni framtíð hafa dularfullar „geimverur“ tekið völdin á Jörðu og fengið margt fólk í lið með sér. Á móti kemur að þeir eru líka margir sem geta ekki sætt sig við þessa nýju alheimsstjórn og leita því leiða til að velta geimverunum úr sessi.
02.45 28 Days Later

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

08.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 Mom
21.05 Roswell, New Mexico
21.45 McMillions
22.40 The Mindy Project
23.05 Simpson-fjölskyldan
23.30 Bob's Burgers
00.00 Friends
00.20 Friends
00.45 Mom

STÖÐ 2 SPORT

07.55 England - Danmörk
09.35 Seinni bylgjan - karla Markaður OLís deildar karla.
10.55 Dominos Körfuboltakvöld
12.10 Ísland - Belgía
14.05 KA - FH Útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
15.50 Fylkir - Valur
17.30 Breiðablik - HK
19.10 Pepsi Max Tilþrífín - 19. umferð
20.00 19. umferð Guðmundur Benediktsson fer yfir síðustu umferð Pepsi Max deildar karla.
21.15 Dominos Körfuboltakvöld
22.30 KA - FH

STÖÐ 2 SPORT 2

09.10 Þýskaland - Sviss
10.50 Úkraina - Spánn
12.35 Markaður Þjóðadeildar Evrópu
13.00 Valencia Basket - Unicaja Útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni í körfubolta.
14.40 NFL Útsending frá leik í NFL.
17.15 NFL Gameday
17.40 Inside Serie A
18.10 La Liga Show
18.40 Derby - Watford
20.45 Fréttapáttur Evrópu eildarinnar
21.45 Ísland - Rúmenía

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

ILVA

Sparaðu

20-25%

AF ÖLLUM SÓFUM, SÓFABORÐUM OG HÆGINDASTÓLUM

8. OKTÓBER - 2. NÓVEMBER

20% AFSLÁTTUR AF SÉRPÖNTUÐUM SÓFUM

Frí heimsending
Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU
EF VERSLAÐ ER FYRIR
5.000 KR. EÐA MEIRA



GAIN HÆGINDASTÓLL

Ýmsir litir. 76,5x73x79 cm. 44.900 kr. NÚ 35.920 kr.



20%

NÚ 76.920
SPARAÐU 19.980

FOCUS SÓFABORÐ. Mattlökkuð eða reyklituð eik.
Ø90x45 cm. 99.900 kr. NÚ 76.920 kr.

NÚ 14.900
SPARAÐU 5.000



25%

TIPTON SÓFABORÐ. Með geymslu.
Málmur og reyklitað gler. Ø45 cm.
19.900 kr. NÚ 14.900 kr.



27%

STEEL HÆGINDASTÓLL. Ýmsir litir.
62x78x81 cm. 54.900 kr. NÚ 39.900 kr.



20%

NÚ 79.920
SPARAÐU 19.980

SAVONA SVEFNSÓFI. Ljósgrátt áklæði. L225x D151 cm.
Svefnpláss 140x198 cm. 99.900 kr. NÚ 79.920 kr.



20%

NÚ 79.920
SPARAÐU 19.980

CLEVELAND SÓFI. 3ja sæta. Ljósbleikt áklæði, fætur úr furu.
L208 cm. 99.900 kr. NÚ 79.920 kr.

25%



NÚ 171.900
SPARAÐU 58.00

FLUENTE TUNGUSÓFI.
Opinn endi +2ja sæta.
L221 x D200 cm. Ljósgrátt áklæði.
229.900 kr. NÚ 171.900 kr.

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ilva.is
mánudaga - sunnudaga 12-18

netgíró
VALITOR



FACEBOOK.COM/ILVAISLAND



INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND



Línan er öll til sýnis ásamt myndbandinu á Hönnunarsafni Íslands, á Garðatorgi í Garðabæ.

Íslensk hönnun í sókn í heimsfaraldrinum

Nýjasta lína MAGNEA ber heitið Made in Reykjavík enda öll framleidd á höfuðborgarsvæðinu. Hún samanstendur af yfirhöfnum úr ull. Línan verður kynnt í myndbandi á trendnet.is í hádeginu í dag.

Nýjasta lína MAGNEA verður kynnt í dag í sérstöku myndbandi á [Trendnet.is](https://www.trendnet.is). MAGNEA er hugar-fóstur fatahönnuðarins Magneu Einarsdóttur en hún byrjaði að hanna undir eigin nafni strax eftir útskrift frá Central St Martins í London 2012. Fyrirtækið stofnaði hún svo árið 2015. Nýjasta línan kallast Made in Reykjavík og á titillinn að vekja athygli á uppruna vörunnar.

„Áhuginn á fatahönnun kviknaði þegar ég var unglingur en það var löngunin til að skera mig úr fjöldanum sem orsakaði hann. Ég saumaði mikið á sjálfa mig fót úr „vintage“ efnum og flikum. Ég fór í lýðháskóla í Danmörku þegar ég var 17 ára þar sem ég lærði ýmislegt tengt textíl og fatahönnun og kynntist þá faginu í stærra samhengi og tók ákvörðun að fara í nám erlendis. Ég lagði áherslu á þrjón í náminu og hef haldið mér þar að mestu leyti síðan. Síðan hef ég verið að ögra svolitíð hefðinni og hugmyndum um þrjón og íslenska ull, blandað henni saman við önnur efni og hannað flikur sem við erum ekki endilega vön að sjá úr íslenskri ull,“ segir Magnea.

Frumlýsing myndband

Hún segir nýju línuna endurspegla hugmyndafræðina sem hún byggir á mjög vel. Línan samanstendur af yfirhöfnum úr 100% íslenskri ull og er framleidd í Reykjavík.

„Mig langaði að prófa að þróa hágæða tiskuvöru þar sem öll stig hönnunarinnar, allt frá efnisvali til framleiðslu, færu fram innan Reykjavíkur og bjóða þannig upp á sjálfbærari vöru um leið og kol-efnisspor er í lágmarki. Ég er vön að sýna nýjar línur á lifandi við-

burðum, tiskusýningum, en í þetta skipti var það ekki hægt svo ég gerði myndband í samstarfi við frábært teymi og ákvað að sýna ferli vörunnar ekki síður en útkomuna. Myndbandið verður frumsýnt á [trendnet.is](https://www.trendnet.is) klukkan 12.00 á hádegis í dag.

Í Made in Reykjavík ákvað Magnea að einbeita sér fyrst og fremst að gerð yfirhafna.

„Ég valdi að fókusera á yfirhafnir í þetta skiptið því að mínu mati hentar íslenska ullin fullkomlega í ytri fatnað. Hún hrindir frá sér vatni, heldur hita þegar það er kalt en andur svo manni verður ekki of heitt.“

Þegar Magnea byrjar að vinna að nýrri línu byrjar hún á því að þróa efnin.

„Í þetta skiptið vissi ég að efnin þyrftu að vera þétt, hlý og sterk. Ég geri þrjóna- og útsaumsprufur sjálf í höndum og þrjónavel áður en ég fer með þær til þrjónaframleiðandans Glófa sem útfærir þær fyrir framleiðslu. Ullin er lituð fyrir mig hjá ullarframleiðandanum Ístex út frá litapallettu sem ég hef þróað sjálf.“

Aukinn áhugi

Magnea segist finna fyrir auknum áhuga á hönnun hennar og íslenskri hönnun almennt í kjölfar heimsfaraldursins.

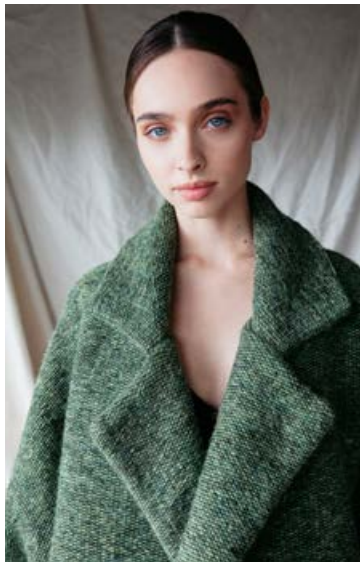
„Ég held að fólk sé almennt að staldra við og líta sér nær, huga að smærri fyrirtækjum og blómstrandandi atvinnugreinum sem er jákvæður punktur í öllum þeim áskorunum sem við stöndum saman frammi fyrir. Ég hef verið að vinna að þessu verkefni síðan í vor og það var auðvitað bara frábært að hafa möguleika á að vinna að öllum skrefum hér á Íslandi á meðan allur heimurinn var lokaður,“ segir hún.

Magnea er í hópi kröftugra íslenskra hönnuða sem standa að



Áhuginn á fatahönnun kviknaði hjá Magneu þegar hún var unglingur.

MYNDR/ÍRIS DÖGG



Línan dregur nafn sitt af því að hún er öll framleidd í höfuðborginni.



Magnea tók fyrir stuttu við stöðu fagstjóra við fatahönnunardeild Listaháskóla Íslands.

MYND/SAGA SIG



Hægt er að skoða Made in Reykjavík nánar í Kiosk Reykjavík úti á Granda.

baki hinn vinsælu hönnunarbúð Kiosk sem var opnuð á nýjan leik úti á Granda í sumar.

„Það hefur satt best að segja gengið framur öllum vonum. Við höfum fengið frábærar viðtökur og greinilegt að það var vöntun á verslun þar sem áherslan er á íslenska fatahönnun og fylgihluti. Við erum þéttur hópur sem reukum verslunina saman og allar með sína styrkleika sem nýtast inn í samstarfið. Hver og ein hefur dyggan kunnahóp sem fær að kynnast fleiri hönnuðum nú þegar við höfum sameinast undir einu þaki.“

Blómstrandandi atvinnugrein

Núna nýverið var opnuð sýning á Hönnunarsafni Íslands sem heitir 100% ull þar sem yfirhafnirnar og myndbandið er til sýnis.

„Það var virkilega gaman að taka þátt í undirbúningi þeirrar sýningar og ég mæli með henni þegar safnið opnar aftur, vonandi fyrr en síðar. Samhliða fyrirtækja- og verslunarrekstri er ég annars nýtekin við sem fagstjóri fatahönnunar við Listaháskóla Íslands sem er virkilega spennandi verkefni að takast á við, sérstaklega á þessum tímum sem við lifum núna. Heimsfaraldurinn fær mann til að hugsa inn á við hvað varðar þekkingu, hráefni og framleiðslugetu hér innanlands og ég hlakka til að taka þátt í að byggja upp framtíð fatahönnunar á Íslandi sem hefur alla möguleika á að verða ný og blómstrandandi atvinnugrein.“

Made in Reykjavík frá MAGNEA fæst í Kiosk Granda, kioskreykjavik.com og magneareykjavik.com. steingerdur@frettabladid.is

UPPVOTTAVÉLAR

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM UPPVOTTAVÉLUM



LÍFIÐ ER OF STUTT FYRIR UPPVASK

TRYGGÐU ÞÉR NÝJA UPPVOTTAVÉL Á 20% AFSLÆTTI DAGANA 16. – 24. OKTÓBER
ÞÚ FINNUR ALLT ÚRVALIÐ OKKAR Á RAFLAND.IS - BJÓÐUM UPP Á HEIMSENDINGU UM ALLT LAND

 **BOSCH**

SAMSUNG

SIEMENS

 **ASKO**

GILDIR 16. - 24. OKTÓBER.

BETRA BORGAR SIG

Opið virka daga 10 – 18 · Laugardaga 11 – 16



RAFLAND

Síðumúla 2-4 | 520 7900 | rafland.is

DV

EKKI MISSA AF NÝJASTA DV



Tryggðu þér áskrift á dv.is

eða nældu þér í eintak í næstu verslun



Telma segist mikill aðdáandi þess að nota skemmtiefni til að upplýsa og fræða. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Óður til lýðræðisins

Leikkonan **Telma Huld Jóhannesdóttir** gefur út Nýja stjórnarskrálagið til stuðnings nýju stjórnarskránni, við vinsælt lag Hjalma.

Þetta byrjaði eiginlega sem djók,“ segir leikkonan Telma Huld Jóhannesdóttir um gjörninginn. Ég vil nýja stjórnarskrá. „Ég hafði verið að ræða þessi mál við vini mína, um stöðuna á nýju stjórnarskránni. Þetta mál stendur mér svolitíð nærri hjarta þar sem þetta voru fyrstu lýðræðislegu kosningarnar sem ég tók þátt í, þegar ég var átján ára,“ bætir hún við.

Hún segist hafa upplifað kosningarnar á sínum tíma sem einstaklega mikilvægar.

„En svo gerðist ekkert. Ég fór að kynna mér málið betur og heyrði svo þetta lag með Hjalmmum. Ég vil fá mér kærustu. Þá kom þetta einhvern veginn til mín. Ég vil nýja stjórnarskrá. Fyrst fannst mér þetta meira fyndið en síðan hugsaði ég að ég ætti nú að drífa mig að semja textann, en svo gerði ég ekkert í því, eins og maður gerir stundum með góðar hugmyndir,“ segir Telma.

Kynna málstaðinn

Síðustu mánuði hefur stuðningsfólk nýju stjórnarskrárinnar verið duglegt að nýta sér samfélagsmiðla til að kynna málstað sinn.

„Ég tók sérstaklega eftir þeim Ósk Elfarsdóttur og Gunnhildi Friðu Hallgrímsdóttur, en þær hafa verið með svo frábæra vitundarvakningu á TikTok og Instagram fyrir ungt fólk. Ég er mikill aðdáandi þess að nota skemmtiefni til að upplýsa og fræða. Ég fékk innblástur frá þeim og finnst þær alveg frábærar. Þannig að ég ákvað að drífa mig loks í að klára lagið,“ segir hún.

Hún hafi því sest niður og klárað að skrifa textann.

„Síðan hafði ég samband við Hjalma og spurði hvort ég mætti ekki nota lagið. Lagið er sænskt

MIG LANGAR TIL AÐ VIRKJA ÞENNA SJÁLFSTÆÐA ÍSLENDING SEM VILL LÝÐRÆÐI OG AÐ SÍN RÖDD SKIPTI MÁLI. ÞETTA ER MJÖG SAMOFIÐ OKKAR MENNINGU, ÞÖRFIN EFTIR RÉTTLÆTI.

þjóðlag svo mér var frjálst að nota það. Sigi í Hjalmmum hjálpaði mér að útsetja lagið. Við hittumst í kaffi og hann var til í að hjálpa mér með þetta. Ég fór í stúdíó til hans og fékk að upplifa algjöran bernskudraum. Mig langaði alltaf svo mikið að verða söngkona og að vera í hljómsveit og allt í einu er ég komin í hljóðverið til Siggja í Hjalmmum. Það var alveg ótrúlega skemmtilegt,“ segir Telma.

Kraftur samfélagsmiðla

Telma og Sigi tóku lagið upp á einni kvöldstund.

„Ég var í tvo tíma hjá honum að taka upp og fór svo heim klukkan 23.00 um kvöldið. Klukkan 01.00 sendir hann mér lagið tilbúið. Þá var þetta orðið eitthvað svo alvöru. Upphaflega ætlaði ég alltaf að flytja þetta bara sem lifandi gjörning, syngja það fyrir framan Stjórnarráðið. Ég ætlaði bara að planta mér þar í þjóðbúning og með „ghetto-blaster“. Mér fannst það einhvern veginn svo skemmtilega mikil andstæða,“ segir hún.

Út af samkomutakmörkunum fór hugmyndin að gjörningnum að mótast í aðra átt.

„Ég vissi að ég myndi vilja dreifa

þessu á samfélagsmiðlum. Þannig að þetta þróaðist yfir í að vera gjörningur í myndbandsformi. Við tókum hugsjónina að baki gjörningnum og unnum hana inn í myndbandið.“

Hættuleg skilaboð

Telma segist hafa fengið marga góða félagana með sér í verkefnið.

„Ég fékk alveg ótrúlega jákvæðar viðtökur. Allir voru til í að leggja hönd á plóg. Þetta var unnið með hjartanu. Hugmyndin var að gera einlægt og einfalt lag sem kæmi þessum mikilvægu skilaboðum á framfæri. Ég er ekki að ætlast til þess að allir séu sammála mér um nýju stjórnarskrána. Þetta snýst fyrir mér um það að ef við ætlum að segjast búa í lýðræðislegu ríki þá verðum við að standa þétt vörð um þá staðreynd. Búum við í alvöru í lýðræði ef fram fer þjóðaratkvæðagreiðsla og síðan er hægt að draga það svona á langinn að fylgja eftir niðurstöðunum?“ spyr Telma.

Telma segist upplifa það sem vafasöm skilaboð til hennar kynslóðar sem nýttu mörg kosningarétt sinn í fyrsta skiptið þegar kosid var um stjórnarskrána á sínum tíma.

„Mér finnst hættulegt að kenna þessari kynslóð að atkvæði þeirra vegi svona lítið. Núna er þetta allt á gráu svæði en hvert þróast þetta svo? Það er eitthvað sem mig langar ekki að sjá. Mig langar til að virkja þennan sjálfstæða Íslending sem vill lýðræði og að sín rödd skipti máli. Þetta er mjög samofid okkar menningu, þörfin eftir réttlæti. Það á að sigra. Það var eiginlega það sem mig langaði til að gera með þessu lagi og ég fylgdi minni sannfæringu í því.“

Nýja stjórnarskrálagið er hægt að nálgast á myndbandaveitunni YouTube. steingerdur@frettabladid.is

44%

Hausterikur
3 stk.

999 kr/3 stk.

~~1.797~~ kr/3 stk.



Bleika
slaufan fæst
hjá okkur

50 ára

AFMÆLISTILBOÐ

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

Októberstjarna



Nýtt

Októberstjarna, bleik
J'adore, bleik og falleg, 12 cm pottur.

1.990kr

Kryddplöntur



Kryddplöntur
Basilíka, Kóríander, Steinselja, Timjan,
Rósmaín, Skógarsúra, 8 cm pottur.

999kr/3 stk. 399kr/1 stk.

Afmælisvöndur
Einnig í vefverslun blomaval.is



Afmælisvöndur
Blómavals

4.990kr

~~6.990~~kr

28%

Hengiplöntur í úrvali



50%

Peperomia Prostrata
11 cm pottur.

1.145kr

~~2.290~~kr



50%

Peperomia Rotundilimba
11 cm pottur.

1.145kr

~~2.290~~kr



50%

Peperomia Deppeana
11 cm pottur.

1.395kr

~~2.790~~kr

Bleikur október

10% af ágóða I-Rose búsaþalda
og raftækja rennur til Krabba-
meinsfélagsins í október

Pottasett 10 stk., I-Rose
Títanhúðaðir pottar og pönnur með 3ja
laga Non-Stick Marble húðun. Pönnur
20 cm og 24 cm, Pottar með loki 2,5 ltr.,
4 ltr., og 6 ltr., 2 hitaplattar. Laust við
PFOA, blý og kadmíum. 2002808

23.995kr



Bleikur
október

30% afsláttur
af luktum





BAKÞANKAR

Jóhönnu Vigdísar Guðmundsdóttur



Hvar?

Þið vitið um hvað þessi pistill fjallar, er það ekki? Spurninguna sem sífellt fleiri Íslendingar velta fyrir sér. Hvar er nýja stjórnarskráin? Spurningin er út um allt, meðal annars á vegg við hliðina á ráðuneyti. Sem þurfti reyndar að mála tvisvar.

Í október árið 2012 sögðu 67 prósent kjósenda sem tóku þátt í þjóðaratkvæðagreiðslu já við því að tillögur stjórnlagaráðs yrðu lagðar til grundvallar frumvarpi að nýrri stjórnarskrá. Rúm 66 prósent vildu jafnt vægi atkvæða yfir landið allt og 83 prósent að náttúruauðlindir, sem ekki eru í einkaeigu, yrðu lýstar þjóðar-eign. Ef svo væri mætti til dæmis einungis ráðstafa þeim gegn fullu gjaldi og til tiltekins hóflegs tíma í senn, eins og stjórnlagaráð lagði reyndar til.

Stjórnarskrá er samkomulag um leikreglurnar sem þjóðin semur fyrir þau sem fara með valdið. Valdið kemur frá þjóðinni og það er valdhafanna að fara eftir leikreglunum. Að skilgreina eigin reglur er ekki verkefni stjórnvalda-flokka. Þeirra verkefni er ekki að ákveða hver vilji þjóðarinnar á að vera, heldur framkvæma vilja þjóðarinnar.

Átta árum eftir þjóðaratkvæðagreiðslu þarf þjóðin að standa í valdabaráttu við eigin stjórnvöld. Það er vandræðalegt. Ný könnun sýnir að 17 prósent eru á móti því að nýja stjórnarskráin taki gildi. Sýnir það vilja þjóðarinnar?

Hvers vegna hefur Alþingi enn ekki staðfest nýju stjórnarskrána? Þjóðin er tilbúin fyrir hana og telja má líklegt að sífellt fleiri kjósendur spyrji sjálfa sig, og kjörna fulltrúa sína, eftirfarandi spurninga á komandi kosningavetri: Hvar er nýja stjórnarskráin? Hvað tefur? Hvað ætlið þið að gera í málinu? Ég bið spennit eftir svári.



5 STAR COLLECTION



SERTA ER OPINBER SAMSTARFSADILI
HILTON WORLDWIDE HÓTELKEDJUNNAR

SERTA ROYALTY DECO FIMM STJÖRNU LÚXUS HÓTEL RÚM

Serta Royalty Deco er í fimm stjörnu Hótel-rúmalínunni frá Serta. Rúmunum fylgir núna metsölubókin „Þess vegna sofum við“ í nýrri íslenskrri þýðingu.

SERTA ROYALTY DECO er með Limited Royalty dýnu. Dýnan er með tvöfalt pokagormakerfi sem tryggir hámarks stuðning við neðra bak og minni þrýsting á axla- og mjaðmasvæði ásamt visco yfirdýnu (topper).

Áklæðið er náttúruleg, silkiþönduð bómull sem andar sérlega vel. Royalty dýnan er vinsælasta gormadýnan frá Serta í Beta Baki enda veitir hún fullkominn stuðning og mýkt.



SERTA-DECOR

15%
AFSLÁTTUR

+ BÓKIN „ÞESS VEGNA SOFUM VIÐ“

STÆRSTI DÝNUFRAMLEIÐANDI VERALDAR

SERTA ROYALTY DECO RÚM

DÝNA, BOTN, FÆTUR OG GAFL

FÁANLEG Í LJÓS- EÐA DÖKKGRÁU ÁKLÆÐI

	Fullt verð	Tilboðsverð
Serta Royalty Deco rúm 160x200 cm	399.900 kr.	339.915 kr.
Serta Royalty Deco rúm 180x200 cm	439.900 kr.	373.915 kr.
Serta Royalty Deco rúm 200x200 cm	479.900 kr.	407.915 kr.

AFMELISDÝNAN, HÖNNUÐ OG FRAMLEIDD Í NÁNNI SAMVINNU SÉRFRÆÐINGA SERTA OG BETRA BAKS

SERTA-SINFONIA

20%
AFSLÁTTUR

+ BÓKIN „ÞESS VEGNA SOFUM VIÐ“

- Sjö hægindalög í yfirborði
- Fimm svæða pokagormakerfi
- Steyptar kantstyrkingar
- 100% bómullaráklæði
- Einstök aðlögun og engin hreyfing milli aðila.

SINFONIA - DÝNA, COMFORT BOTN OG FÆTUR

STÆRÐ	FULLT VERÐ	TILBOÐSVERÐ
120x200 cm	169.040 kr.	135.496 kr.
140x200 cm	195.620 kr.	156.496 kr.
160x200 cm	216.410 kr.	173.128 kr.
180x200 cm	238.780 kr.	191.024 kr.
180x210 cm	268.780 kr.	215.024 kr.
192x203 cm	278.780 kr.	223.024 kr.

Sinfonia

Einstök heilsudýna fyrir þá sem kjósa gæði og gott verð.

Bókin Þess vegna sofum við, eftir dr. Matthew Walker, prófessor við Harvard og sérfræðing í svefni, sálfræði og tauga-lífeðlisfræði, hefur slegið í gegn um heim allan. Bókin opnar augu almennings fyrir mikilvægi svefnis í tengslum við heilsu, vellíðan og árangur. Þú færð bókina hjá Beta Baki, heimsending innifalín. Fullt verð: 3.990 kr. Beta Bak verð: 3.490 kr.



Fyrir svanga ferðalanga

Kvikk



NOCCO
330 ML
329
KR/STK
997 KR/L



Kvikk



FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIDI 1
Ísafirði
456 4566

AFGREIÐSLUTÍMI
Mán.-fös. 11-18 | Lau. 11-16
www.betrabak.is

Betra
BAK