# FRÉTTABLAÐIÐ

268. TÖLUBLAÐ 20. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 19. DESEMBER 2020


# Bakslagið kom seinna

Árið 2020 hefur verið viðburðaríkt hjá Önnu Sigríði Sigurðardóttur. Í upphafi árs féll snjóflóð á hús hennar á Flateyri þaðan sem dóttur hennar var giftusamlega bjargað og nú undir lok þess hafa hún og barnsfaðir hennar, Ólafur Stefánsson, náð aftur saman og smíða skartgripi í Íshúsi Hafnarfjarðar. →32



FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



## Elskar aðventuna

Helga Árnadóttir heldur ákveðnum þræði í jólaskreytingum heimilisins. → 46




## Seyðisfjörður rýmdur

Íbúum hefur verið gert að yfirgefa Seyðisfjörð eftir að aurskriður féllu á hús. → 2



## Jóladraumur í Skerjafirði

Heimili Eddu Bjargar Eyjólfsdóttur er sem danskur jóladraumur. → 36









Mikið álag var á Keflavíkurflugvelli.

## Möguleiki á nýrri bylgju í byrjun árs

**COVID-19** Tólf smit greindust innanlands í fyrradag, þar af voru fjórir ekki í sóttkví. 34 sjúklingar voru á sjúkrahúsi vegna COVID-19, þar af voru fjórir á gjörgæsludeild.

Mikið álag hefur verið á Keflavíkurflugvelli síðustu daga en í gær var síðasti dagurinn fyrir Íslendinga að koma heim erlendis frá ef þeir ætla að losna úr sóttkví fyrir jól. 1.276 sýni voru tekin á landamærunum, töluvert fleiri en undanfarna daga. Fimm farþegar voru með jákvætt sýni á landamærum.

Í nýjustu rýni vísindateymisins sem vinnur að spálíkani um þróun faraldursins segir að blikur séu á lofti í þróun faraldursins hér á landi. Greinilegt er að hreyfing fólks hefur aukist að undanförnu sem eykurlíkurnar á dreifingu veirunnar. Erlend spálíkön gefa til kynna að hugsanlega sé von á nýrri bylgju faraldursins hér í janúar. **– eþá**

## Fleiri en einn með réttarstöðu sakbornings

**LÖGREGLUMÁL** Fleiri en einn einstaklingur hefur fengið réttarstöðu sakbornings í rannsókn Lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu á slysi sem varð á Vesturlandsvegi á Kjalarnesi í lok júní síðastliðins. Tveir farþegar á bifhjóli létust í árekstri við húsbíl. Böndin beindust strax að malbikinu sem hafði nýlega verið lagt og var flughált.

Lögregla vill ekki veita frekari upplýsingar að svo stöddu vegna rannsóknarhagsmuna. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er um að ræða fjóra einstaklinga, lögregla vildi ekki gefa upp hvort um væri að ræða opinbera starfsmenn. Loftorka Reykjavík sá um malbikun vegarkaflans en efnið kom frá Malbikunarstöðinni Höfða.

Í kjölfar slyssins ákvað Vegagerðin að malbika vegkaflann upp á nýtt. Rannsóknir á viðnámi yfirborðsins leiddu í ljós að malbikið uppfyllti ekki útboðskröfur Vegagerðarinnar. Bæði lögreglu og Vegagerðinni hafði verið gert viðvart um ástand vegarins fyrir slysið. **– ab**




Húsið Breiðablik færðist um fimmtíu metra í aurskriðu í fyrrinótt. Eigandinn hafði varið síðustu tveimur áratugum í að gera það upp. MYND/ÓMAR BOGASON

# Neyðarástand á Seyðisfirði

Seyðisfjörður var rýmdur eftir að stór aurskriða féll á hús. Alls hafa tíu hús orðið fyrir aurskriðum í bænum í vikunni. Sex götur voru rýmdar á Eskifirði. Íbúi segir kraftaverk að ekkert manntjón hafi orðið.



Miklar drunur heyrðust þegar skriða féll á hús um þrjúleytið í gær. Húsið hafði staðið frá 1907. MYND/ÓMAR BOGASON

**NÁTTÚRUVÁ** „Það er einkennandi fyrir fólk á Seyðisfirði að standa saman og það hefur verið mjög sýnilegt síðustu daga," segir Svandís Egilsdóttir, íbúi á Seyðisfirði. Stór aurskriða féll úr Botnabrún, milli Búðarár og Stöðvarlækjar, skömmu fyrir klukkan þrjú í gær og féll á hús sem voru ekki á rýmingarsvæði. Alls hafa þrjár aurskriður fallið á Seyðisfirði í vikunni og eyðilagt í það minnsta tíu hús.

Neyðarstigi var lýst yfir og bærinn rýmdur. Allir í bænum voru beðnir um að gefa sig fram í félagsheimilinu Herðubreið. Hátt í 700 manns búa á Seyðisfirði. Engra er saknað. Almannavarnir hafa sent allt tiltækt lið til að takast á við ástandið næstu daga, þar á meðal sérsveit Ríkislögreglustjóra.

Miklar drunur heyrðust þegar aurskriðan féll á bæinn í gær. Í gegnum rigninguna og mökkinn mátti sjá hús sem stóð fyrir innan ána og hafði færst af stoðum sínum og var komið hálfa leiðina út í sjó. „Fólk var að hlaupa út á götu á nærfötunum enda voru drunurnar rosalegar, mér leið eins og fjallið væri að hrynja yfir bæinn," sagði íbúi við Fréttablaðið skömmu eftir að skriðan féll. Rafmagn fór af hluta bæjarins.

Svandís segir kraftaverk að ekki hafi orðið manntjón. „Þetta snertir allar fjölskyldur hér, það er verið að rýma hjúkrunarheimili með lokaðri Alzheimer-deild. Það verður langhlaup að byggja þetta aftur upp," segir hún. „Það er ekkert smáræði að flytja allt líf í burtu. Fyrir utan allt fólkið eru hundrað kettir, hænur og gullfiskar. Þetta er ekkert smáræði. Við héldum að við værum heppin að lenda ekki í COVID, en við áttum ekki að sleppa við allt."

Hættustigi var lýst yfir á Eskifirði í gærkvöldi og voru sex götur rýmdar. Samkvæmt almannavörnum hefur rýmingin í báðum bæjunum gengið vel. Ekki liggur fyrir hvenær íbúar geta snúið aftur heim. Áraraðir eru frá því að rýma þurfti síðast heilan bæ hér á landi, var það gert í kjölfar snjóflóða í Súðavík árið 1995 og vegna eldgossins í Vestmannaeyjum árið 1973.

Brynhildur Bolladóttir, upplýsingafulltrúi Rauða kross Íslands, sagði að vel gengi í fjöldahjálparstöðvum en mikið hafi verið að gera í gær. Á Eskifirði er fjöldahjálparstöð utan rýmingarsvæðisins. Seyðfirðingum hefur víða verið boðin gisting.

> **Það var fólk í fjórum húsum sem lentu í skriðunni í raun án þess að eyðileggjast. Það var skrítið. Öll húsin í kring fóru, en ekki þessi hús sem fólkið var inni í.**
>
> Aðalheiður L. Borgþórsdóttir, íbúi á Seyðisfirði

Þyrla Landhelgisgæslunnar er til taks ef þörf krefur. Varðskipið Týr lagði af stað frá Reykjavík í gærkvöldi og verður komið til Seyðisfjarðar síðdegis í dag til að vera til taks.

Aðalheiður L. Borgþórsdóttir, atvinnu- og menningarmálastjóri Múlaþings, var að skrá sig út úr bænum þegar Fréttablaðið náði tali af henni seinni partinn í gær. „Ég horfði á skriðuna falla, á þetta svæði. Ég var stödd í Ferjuhúsinu þar sem við vorum með aðstöðu fyrir starfsmenn og annað. Þetta féll á þessa byggð. Synir mínir og eiginmaður voru inni í húsi sem við héldum fyrst að hefði orðið fyrir, þannig að þetta var alveg rosalegt," segir Aðalheiður. Sem betur fer sluppu allir. „Það var fólk í fjórum húsum sem lentu í skriðunni í raun án þess að eyðileggjast. Það var skrítið. Öll húsin í kringum fóru, en ekki þessi hús sem fólkið var inni í."

Fjöldi manns hefur lýst yfir samhug með Seyðfirðingum. Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra, sagði í yfirlýsingu að allir myndu hjálpast að við að bæta tjónið og vinna að úrbótum.

Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, sagði landsmenn standa saman. Þá minnti hann á mikilvægi björgunarsveitanna. „Úrhellinu slotar senn. Þá verður hafist handa við hreinsunarstarf. Svo hefst uppbyggingin. Í henni stöndum við líka saman," sagði Guðni.

Áframhaldandi skriðuhætta er á Austurlandi. Samkvæmt upplýsingum frá Veðurstofu Íslands er búist við að það hætti að rigna á svæðinu eftir hádegi á morgun.

**arib@frettabladid.is**
**lovisaa@frettabladid.is**



POTTURINN STEFNIR Í

# 75 MILLJÓNIR




Lottó

LEIKURINN OKKAR

**TÖLUR VIKUNNAR** 13.12.2020 TIL 19.12.2020

**1,7**
milljarða króna aukning verður í málefnum hjúkrunarrýma á næsta ári.

**2.500**
farþegar komast í gegnum nýtt landamærakerfi Idemia á hverjum klukkutíma.

**7**
börn hafa verið lögð inn á afeitrunardeild fyrir ólögráða ungmenni á Landspítalanum frá því í sumar.

**59**
prósent fatlaðra kvenna hafa orðið fyrir kynferðislegu, líkamlegu eða andlegu ofbeldi á lífsleiðinni.

**76**
þúsund Íslendingar heimsóttu Listasafn Reykjavíkur, Hafnarhúsið, Kjarvalsstaði og Ásmundarsafn á árinu.

## Þrjú í fréttum

### Leikföng, sóttkví og flokkar

**Þórólfur Guðnason,** *sóttvarnalæknir*



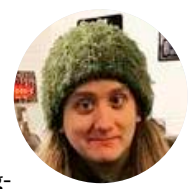
hefur verið settur í sjö daga sóttkví eftir að smit kom upp á sóttvarnasviði Embættis landlæknis. Þórólfur fór samdægurs í sýnatöku þar sem ekki fannst jákvætt sýni en það verður annað sýni tekið á næstu dögum. Tveir aðrir starfsmenn sóttvarnasviðs þurfa einnig að sæta sóttkví vegna smitsins.

**Rósa Björk Brynjólfsdóttir,** *þingmaður*



gekk til liðs við þingflokk Samfylkingarinnar en hún hefur setið utan flokka á Alþingi frá því að hún sagði sig úr þingflokki Vinstri grænna í september. Hún segir pólitískar áherslur sínar og Samfylkingarinnar nátengdar, með mikilvægi á aukinn jöfnuð í samfélaginu.

**Eyjólfur Jónsson,** *leikfangasmiður*



hefur um árabil haft áhuga á að safna flottum leikföngum en fór síðar að búa til sínar eigin fígúrur. Hann hannar leikfönginn í bootleg-stíl sem er vitnun í eftirlíkingar frá Asíu. Í safninu er að finna leikföng sem vísa í íslenska sjónvarpsþætti á borð við Pappírs-Pésa og Fóstbræður.

# Afþökkuðu aðstoð fyrirtækja við að ná tengslum við Pfizer

**Íslenska stjórnsýslan hefur hikað við að nýta sér tengsl einkafyrirtækja við erlenda lyfjaframleiðendur. Fjölmörg, fjölmenn ríki sömdu við Pfizer langt á undan Evrópusambandinu sem lagði mesta áherslu á að ná samningum við AstraZeneca. Bretar sömdu snemma við Pfizer og hafa hafið bólusetningar.**

**VIÐSKIPTI** Íslensk fyrirtæki með tengsl við bandaríska lyfjaframleiðandann Pfizer hafa boðið fram aðstoð sína til íslenskra heilbrigðisyfirvalda svo að útvega megi bóluefni til landsins fyrr en ella. Slíkum umleitunum hefur hins vegar mætt holur hljómur, að því er heimildir Fréttablaðsins herma. Einn heimildamaður sagði að fulltrúar hins opinbera teldu mikilvægt að allar ákvarðanir er vörðuðu bóluefni „færu í gegnum rétta kanala," en Ísland hefur undirgengist innkaupasamning Evrópusambandsins um kaup á bóluefni fyrir aðildarlönd sambandsins og aðildarríki Evrópska efnahagssvæðisins.

Fjölmörg fyrirtæki á Íslandi hafa náin viðskiptatengsl við Pfizer. Þar á meðal er Controlant, sem annast rekstur og umsjón upplýsingakerfa dreifingar bóluefnis Pfizer og er því með góð samböndvið lyfjarisann. Icepharma er svo umboðsaðili Pfizer á Íslandi, en fyrirtækin vildu ekki tjá sig um málið.

Í vikunni sem leið hefur töluverð upplýsingaóreiða verið ríkjandi um tímasetningar og umfang bólusetninga. Þann 3. desember síðastliðinn birti heilbrigðisráðuneytið tilkynningu sem gaf til kynna að kaup á bóluefni Pfizer fyrir allt að 85 þúsund einstaklinga væru handan hornsins. Í sömu tilkynningu voru leiddar líkur að því að hugsanlega næðist hjarðónæmi um vorið.

Á undanförnum dögum hefur staðan um komu bóluefnisins breyst og nokkuð virtist bera á milli í málflutningi heilbrigðisyfirvalda og sóttvarnayfirvalda. Nýjustu fregnir eru svo þær að 27. desember



**Bólusetningar með bóluefni Pfizer/BioNTech hófust í Bretlandi í síðustu viku.** FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

næstkomandi muni þrjú þúsund skammtar af bóluefni Pfizer berast á viku til landsins. Ef sú tíðni helst óbreytt út árið, mun það nægja til bólusetningar á tæplega 80 þúsund manns, sem svarar til um fimmtungs þjóðarinnar. Það eitt og sér yrði fjarri því sem dygði til að ná hjarðónæmi.

Í erindi Svandísar Svavarsdóttur um bóluefni á Alþingi í gær sagði Svandís meðal annars að tryggt væri að Ísland fengi bóluefni í sama hlutfalli og önnur Evrópulönd. Einn viðmælandi Fréttablaðsins sagði að hugsanlega hefði það verið misráðið að taka þátt í stórinnkaupum Evrópuríkja á bóluefni, enda hefði öll áherslan þar verið að ná samningum við AstraZeneca. Bóluefnisþróun AstraZeneca er töluvert styttra á veg komið en Pfizer. Evrópulönd hafi hins vegar beitt hvert annað þrýstingi um að kaupa bóluefnið sameiginlega svo enginn reyndi að troðast fram fyrir röðina. Heilbrigðisyfirvöld um alla Evrópu hafa markað þá stefnu að eiga í beinum samskiptum við lyfjaframleiðendur um kaup á bóluefni. Hins vegar er allur gangur á því upp að hvaða marki stjórnsýslan nýtir sér tengsl einkafyrirtækja við erlenda framleiðendur, en íslenska stjórnsýslan virðist sitja eftir í þeim efnum.

Á meðan Evrópusambandið lagði áherslu á að semja við AstraZeneca gengu önnur ríki frá samningum við Pfizer. Má þar nefna Bandaríkin, Kanada, Bretland, Japan, Singapúr, Mexíkó og Suður-Kóreu. Þar af leiðandi hefur Pfizer skorið niður sendingar á bóluefni til Evrópulanda að undanskildu Bretlandi, sem gekk frá samningum við Pfizer fyrr í haust og hefur þegar hafið bólusetningar.

**thg@frettabladid.is**






# TRAUSTUR VINNUFÉLAGI Í ÖLL VERK

## NÝR TOYOTA PROACE CITY






Toyota Proace City er harðjaxl með góða dráttargetu og mikið burðarþol. Hann er lipur í akstri, athafnar sig vel í þröngum götum og bílastæði eru aldrei vandamál. Rúmgóðu flutningsrýminu er auðvelt að breyta í farþegarými og rúmar bíllinn þá allt að 7 manns. Proace City er fáanlegur í nokkrum útfærslum sem henta bæði fyrirtækjum og stærri fjölskyldum. Komdu og skoðaðu.
Sjá nánar á toyota.is

**Verð með vsk. frá: 4.290.000 kr.**

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

3+4 ÁBYRGÐ
2 ÁRA ÞJÓNUSTA

**Toyota Kauptúni**
Kauptúni 6
570 5070

**Toyota Akureyri**
Baldursnesi 1
460 4300

**Toyota Reykjanesbæ**
Njarðarbraut 19
420 6600

**Toyota Selfossi**
Fossnesi 14
480 8000

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

# Kolmunni og síldin að missa sjálfbærnivottun

**FISKVEIÐAR** Hugsanlegt er að afurðaverð síldar og kolmunna muni lækka á komandi árum vegna þess að Marine Stewardship Council (MSC) telur veiðar á stofninum ekki lengur sjálfbærar. MSC tilkynnti fyrir skömmu að norsk-íslenski síldarstofninn muni missa sjálfbærnivottun sína frá og með næstu áramótum. Hið sama gildir um kolmunna sem veiddur er í Norður-Atlantshafi. Ástæða þess að veiðar á kolmunna og síld eru taldar ósjálfbærar er stöðug ofveiði á undanförnum árum, en strandríki Norður-Atlantshafs – Ísland, Færeyjar, Noregur, Evrópusambandið, Grænland og Bretland – hafa ekki náð samkomulagi um skiptingu aflaheimilda.

Áhrifin á tegundirnar tvær eru þó með ólíkum hætti. Síld er að mestu unnin til manneldis, á meðan kolmunni er fyrst og fremst nýttur til framleiðslu á fiskimjöli.

Þar sem norsk-íslenski síldarstofninn hefur ekki veiðst í verulegu magni um langt skeið mun verðlækkun vegna afnáms sjálfbærnivottunar ekki hafa teljandi áhrif á íslenska þjóðarbúið. Kolmunni er hins vegar mikið til nýttur til framleiðslu á fiskimjöli sem er síðan notað til framleiðslu á fóðri fyrir eldislax. Vöxtur í laxeldi hefur verið mikill á fyrri árum og framleiðsla á fiskimjöli úr kolmunna verið einkar arðbær af þeim sökum. Hins vegar þarf hráefni fóðurs til laxeldis að vera MSC-vottað svo eldislaxinn geti hlotið sama stimpil. Því er einsýnt að eftirspurn þess kolmunna sem íslenskar útgerðir koma með að landi muni dragast nokkuð saman af þessum sökum. **– thg**

> **Um árabil hafa strandríki Norður-Atlantshafs deilt um aflaheimildir á síld.**

## Tillaga að breytingu á deiliskipulagi Stóra króks Eyja-og Miklaholtshreppi

Hreppsnefnd Eyja-og Miklaholtshrepps samþykkti á fundi sínum 3. desember 2020 að auglýsa breytingu á deiliskipulagi í landi Stóra Króks, samkvæmt 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Breytingin felur aðallega í sér breytingar á byggingaskilmálum.

Tillagan liggur frammi á skrifstofu sveitarfélagsins að Hofsstöðum, 342 Stykkishólmi og á heimasíðu Eyja-og Miklaholtshrepps www.eyjaogmikla.is

Athugasemdir eða ábendingar skulu vera skriflegar og berast skipulagsfulltrúa í síðasta lagi **29. janúar 2021** annaðhvort á Hjallatanga 34, 340 Stykkishólmi eða á netfangið: bygg@eyjaogmikla.is

***Ragnar Már Ragnarsson***
*Skipulagsfulltrúi Eyja-og Miklaholtshrepps*
*Eyja og Miklaholtshrepps*




# Profectus í útrás með markþjálfunarskóla

**Fyrirtækið Profectus hefur þróað kennslukerfi og námsefni í markþjálfun og hyggur fyrirtækið, þegar kórónaveirufaraldrinum lýkur, á erlenda útrás. Stofnandinn segir gríðarlega vinnu að baki því að vera farsæll markþjálfi.**

**VIÐSKIPTI** Undanfarin ár hafa einkennst af miklum vexti hjá Profectus ehf. Fyrirtækið sérhæfir sig í markþjálfanámi auk þess sem í boði eru fjölbreyttir fyrirlestrar og námskeiðahald. Eigandi fyrirtækisins, Ingvar Jónsson, segist ætla sér stóra hluti utan landsteinanna þegar kórónaveirufaraldurinn er liðinn undir lok og að skólinn ætli sér að verða einn af tíu stærstu markþjálfunarskólum heims innan þriggja ára. Mikilvægur liður í þeirri vegferð náðist á dögunum þegar markþjálfanám Profectus hlaut hæsta vottunarstig hjá ICF – alþjóðlegum samtökum markþjálfa.

Ingvar kynntist markþjálfun á námsárum sínum í Kaupmannahöfn, rétt eftir hrun, þar sem hann lagði stund á meistaranám í viðskiptafræði við Copenhagen Business School. Ingvar lauk náminu en áhuginn sem kviknaði á markþjálfuninni sat eftir. „Þetta átti strax vel við mig. Ég hafði talsverða kennslureynslu, meðal annars í NTV sem faðir minn átti, sem að nýttist mér vel," segir Ingvar. Hann hafi því strax séð fyrir sér að miðla þekkingu sinni til annarra sem hefðu áhuga á að leggja fyrir sig markþjálfun.

„Ég fer í gang með markþjálfunarkennslu um haustið 2016. Þá er ég með einn sex manna hóp. Núna er staðan þannig að starfsmenn eru um tíu talsins og við erum að útskrifa um sjö til tíu hópa á ári, bæði í staðar- og fjarnámi hér heima og einnig erlendis," segir Ingvar. Þegar kórónaveirufaraldurinn hefur gengið niður segir Ingvar að gengið verði frá samningum við aðila í nokkrum löndum um starfsemi undir merkjum Profectus. Fyrstu löndin sem lagt verður til atlögu við eru Bretland, Írland, Kanada og Suður-Afríka. En hvaða erindi á íslenskur markþjálfunarskóli við umheiminn? Að sögn Ingvars er ástæðan fyrir því gríðarleg vinna sem hefur verið lögð í að búa til eigið námsefni og kennslukerfi. „Við höfum fjárfest öllum hagnaði af rekstri fyrirtækisins í vöruþróun og þannig byggt upp kennslukerfi sem að skapar okkur mikla sérstöðu," segir Ingvar. Hann segir að lykillinn felist í myndrænni framsetningu og þar hafi hann verið svo farsæll að kynnast kanadískum samstarfsmanni sínum, teiknaranum Jim Ridge.


Ingvar Jónsson, stofnandi Profectus. MYND/AÐSEND

> **Markþjálfun er hundrað prósent byggð á akademískum grunni.**
>
> Ingvar Jónsson

„Hann hefur unnið þrekvirki í að myndskreyta kennsluefni og bækur sem að við höfum gefið út. Við erum einnig búin að verja á þriðja þúsund klukkustundum í framleiðslu á kennslumyndböndum á ensku og íslensku sem eru aðgengileg nemendum okkar. Við teljum okkur því vel vopnum búin fyrir landvinninga," segir Ingvar.

Markþjálfun hefur rutt sér hratt til rúms á Íslandi undanfarin ár. Að sögn Ingvars er þróunin hérlendis þó um tíu árum á eftir þróuninni í Bandaríkjunum og Bretlandi. „Þar ytra eru góðir markþjálfarar mikilvægur hluti af atvinnulífinu enda hefur verið sýnt fram á að hver króna sem fjárfest er skilar sér sjöfalt tilbaka," segir Ingvar.

Að sögn Ingvars liggur gríðarleg vinna að baki því að vera góður markþjálfari. „Markþjálfun er hundrað prósent byggð á akademískum grunni enda er hún fléttuð saman úr hugmyndum meðal annars úr sálfræði, leiðtogafræðum, heimspeki og félagsvísindum. Til þess að verða góður markþjálfi þá vilt þú huga að og vera í markvissum vexti og endurskoðun. Þeir sem leggja ekki þá vinnu á sig verða ekki langlífir í þessu fagi," segir Ingvar.

**bjornth@frettabladid.is**

# Sýkna Borgarleikhúsið af kröfum Atla

**DÓMSMÁL** Landsréttur sýknaði Borgarleikhúsið og Kristínu Eysteinsdóttur leikhússtjóra af kröfum Atla Rafns Sigurðssonar, leikara.

Með dómi sínum í gær sneri Landsréttur við dómi Héraðsdóms Reykjavíkur þar sem Atla Rafni voru dæmdar 5,5 milljónir í bætur.

Atli Rafn stefndi Kristínu og leikhúsinu vegna uppsagnar sinnar í desember 2017.

Var honum sagt upp í kjölfar ásakana á hendur honum um kynferðislega áreitni. Bótakrafa hans var samtals upp á þrettán milljónir, tíu milljónir króna í skaðabætur og þrjár milljónir í miskabætur.

Í stefnu Atla segir að hann hafi verið boðaður á fund með Kristínu Eysteinsdóttur og Berglindi Ólafsdóttur, framkvæmdastjóra Borgarleikhússins, þar sem honum hafi verið afhent uppsagnarbréf. Hann hafi á sama tíma verið upplýstur um ásakanirnar, en þær ekki frekar skýrðar, hvers eðlis þær væru, frá hve mörgum þær kæmu eða frá hvaða tíma.


Atli Rafn ásamt lögmanni í héraðsdómi.

Í dómi Landsréttar segir að uppsögnin hafi rúmast innan þeirra heimilda sem Borgarleikhúsið og Kristín höfðu samkvæmt ráðningar- og kjarasamningi. **– mhj**

# Takk fyrir samfylgdina á árinu

Við viljum þakka viðskiptavinum okkar fyrir samfylgdina á þessu sérstaka ári sem við erum að kveðja. Áskoranirnar voru svo sannarlega margar í einkalífi og starfi. Það er von okkar að tekist hafi að styðja vel við bakið á okkar viðskiptavinum á erfiðum tímum.

Við þökkum ykkur fyrir ómælda þolinmæði en þjónusta bankans tók miklum breytingum á árinu vegna samkomutakmarkana og breyttra þarfa viðskiptavina. Við lítum björtum augum á nýtt ár og þau tækifæri sem við vonum að það beri með sér.

Nú í aðdraganda jóla vitum við að erfiðir tímar eru hjá mörgum. Við leggjum okkur fram við að vera hreyfiafl til góðra verka og munum gefa rausnarlega upphæð til Mæðrastyrksnefndar Reykjavíkur, Samhjálpar og Kvennaathvarfsins í von um að það geri sem flestum kleift að halda góða og fallega hátíð.

**Við óskum ykkur gleðilegrar hátíðar og farsældar á nýju ári.**
**Starfsfólk Íslandsbanka**




BLÖÐIN
Blaðið í dag og safn eldri blaða á frettabladid.is

# Ísland orðið appelsínugult

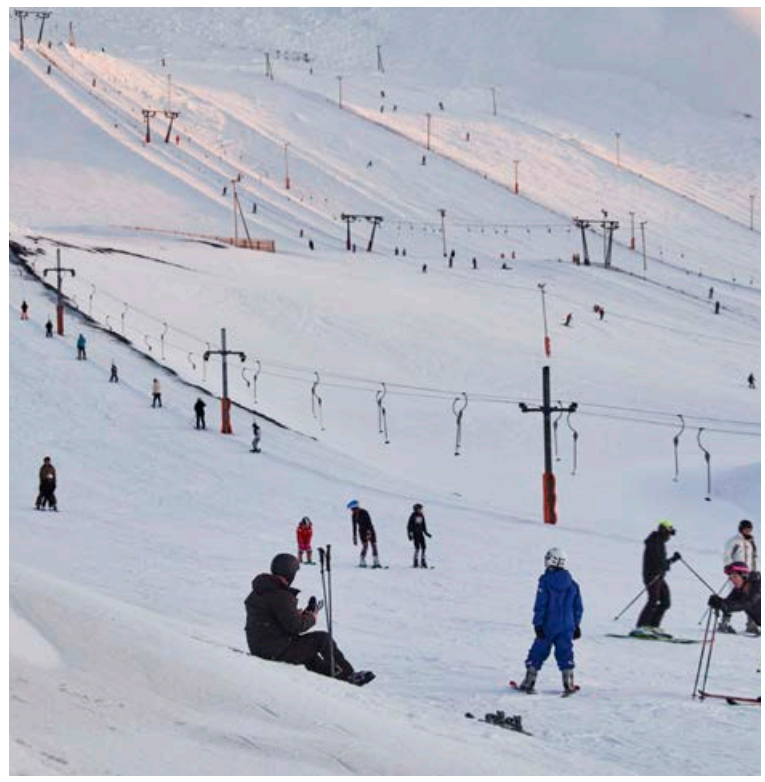
**COVID-19** Ísland er nú appelsínugult á áhættukorti Evrópsku sóttvarnastofnunarinnar, ECDC, sem komið var á fót í haust vegna COVID-19. Kortið var búið til fyrir samræmingu takmarkana, til dæmis hvort fólk þurfi að fara í skimun ferðist það á milli svæða.

Þegar kortið var búið til var Ísland merkt grátt þar sem ekki lágu nægilegar upplýsingar fyrir en varð fljótt rautt, sem er efsta stigið. Í dag er langstærstur hluti álfunnar rauður.

**Langstærstur hluti Evrópu er rauður sem er efsta hættustig.**

Í ljósi fækkunar tilfella og fjölda prófana er Ísland komið niður um hættustig. Önnur appelsínugul svæði eru Írland, Finnland utan Helsinki, Vestur-Noregur og einstaka svæði í öðrum ríkjum, svo sem Krít og Korsíka.

Einungis Norður-Noregur, Stafangursvæðið og Grænland eru grænmerkt, sem er lægsta hættustigið. **– khg**



**Framkvæmdirnar á skíðasvæðunum í Bláfjöllum og Skálafelli verða gerðar á sumrin og munu því ekki skerða starfsemina.** FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

# Nýtt útboð og matið hækkað

Kostnaðarmat við enduruppbyggingu skíðasvæðanna á höfuðborgarsvæðinu hefur hækkað um 1,5 milljarða. Framkvæmdir gætu hafist árið 2022.

**STJÓRNSÝSLA** Stefnt er að því að fara í nýtt útboð vegna enduruppbyggingar skíðasvæðanna í Bláfjöllum og Skálafelli í janúar. Öllum tilboðum var hafnað í útboðinu í nóvember og ný áætlun er nú komin inn á borð sveitarfélaganna. Kostnaðurinn er nú metinn 5,1 milljarður króna í stað 3,6 áður.

Verkefnið er afar umfangsmikið og á sér aðdraganda allt til ársins 2007 en árið 2018 undirrituðu borgar- og bæjarstjórar á höfuðborgarsvæðinu samkomulag. Um er að ræða fjórar skíðalyftur í Bláfjöllum og eina í Skálafelli, snjóframleiðslu og endurnýjun skíðaskála. Vandamál með uppboðið, kæra frá Veitum og heimsfaraldurinn hafa tafið uppbygginguna.

Magnús Árnason, forstöðumaður Skíðasvæða höfuðborgarsvæðisins, segir að öll tilboðin hafi verið yfir áætlun. Því hafi hún verið endurskoðuð og verkefnum deilt niður á fleiri ár. „Við erum að skoða af hverju tilboðin voru öll hærri en lægstu verð birgjanna," segir hann. Birgjarnir eru erlend skíðalyftufyrirtæki. „Það er mikill áhugi á þessu verkefni hjá þeim og við viljum fá sem flesta til að bjóða í."

Vegna faraldursins tafðist fyrra útboðið um fjóra mánuði. Í fyrra tafðist verkefnið vegna kæru Veitna sem töldu aukna umferð um Bláfjallaveg þurfa að fara í umhverfismat þar sem hann liggi um vatnsverndarsvæði. Magnús segir þetta atriði leyst með samkomulagi Veitna og Vegagerðarinnar. Þegar sé byrjað að gera vegaxlir öruggari.

Samkvæmt Magnúsi munu framkvæmdirnar ekki skerða starfsemina í fjöllunum. Þær fari allar fram á sumrin. „Við stefnum á að geta hafið framkvæmdir árið 2022 en um leið og þetta fer í gang mun þetta gerast hratt," segir Magnús. Fyrst verði farið í lyfturnar og snjóframleiðslu en skálarnir verði kláraðir eftir 2030.

„Þetta verður þvílík upplyfting fyrir allt skíða- og brettafólk í landinu," segir Magnús. Síðan lyftan Kóngurinn var sett upp árið 2004 hafi lítið gerst. „Búnaðinum hefur hrakað og við þurft að taka eina stólalyftu úr umferð. Þegar þetta verður klárað mun fólk geta valið sér brekku við hæfi, mannskapurinn dreifist og raðir styttast. Í Skálafelli til dæmis mun lyftan fara helmingi hraðar og geta tekið helmingi fleira fólk."

**Búnaðinum hefur hrakað og við þurft að taka eina stólalyftu úr umferð.**



Magnús Árnason, forstöðumaður Skíðasvæða höfuðborgarsvæðisins

Framkvæmdirnar munu ekki aðeins nýtast almenningi vel heldur einnig þeim sem stunda æfingar. Betur verður hægt að halda þeim út af fyrir sig. Magnús segir að því miður sé staðan sú í dag að iðkendur og almenningur blandist of mikið saman.

Með snjóframleiðslunni verður einnig hægt að lengja tímabilið. Undanfarin ár hefur það hafist í nóvember eða desember og staðið fram á vor og tekist að lengja það eitthvað með snjógirðingum. „Það verður hægt að tryggja snjó fyrr, sem stendur betur af sér hlákur," segir Magnús. „Þó að aðstæður á Akureyri séu ekki fullkomlega sambærilegar við okkar þá varð versti veturinn með snjóframleiðslu þar betri en sá besti án hennar."

**kristinnhaukur@frettabladid.is**

**5,1**

**milljarð er áætlað að framkvæmdirnar kosti.**




**Umhverfisstofnun auglýsir hér með tillögu að vatnaáætlun fyrir Ísland 2022-2027 í samræmi við lög nr. 36/2011 um stjórn vatnamála og umhverfisskýrslu skv. lögum nr. 105/2006 um umhverfismat áætlana.**

Tillögurnar eru aðgengilegar á vefsíðu Umhverfisstofnunar **www.vatn.is** og liggja frammi til kynningar á skrifstofu Umhverfisstofnunar. Ábendingar og athugasemdir sendist á ust@ust.is merkt **„Stjórn vatnamála"** eða til Umhverfisstofnunar, Suðurlandsbraut 24, 108 Reykjavík.

**Frestur til að senda inn ábendingar og athugasemdir eru sex mánuðir eða til og með 15. júní.**

UMHVERFIS STOFNUN

KIRKJUGARÐAR REYKJAVÍKURPRÓFASTSDÆMA

## Opnunartímar Kirkjugarða Reykjavíkur um jólin

Á aðventunni, um jól og áramót eru Fossvogskirkjugarður, Gufuneskirkjugarður, Kópavogskirkjugarður og Hólavallagarður opnir allan sólarhringinn nema Fossvogskirkjugarður er lokaður fyrir allri bílaumferð á aðfangadag milli kl. 11:00 og 14:00 vegna mikils fjölda gangandi og slysahættu.

Þeir sem ekki geta vitjað leiða ástvina sinna nema koma akandi er bent á að koma annað hvort fyrir eða eftir tilgreindan lokunartíma.

Ökumönnum er bent á bílastæði við Fossvogskirkju, Suðurhlíð og Vesturhlíð. Á Þorláksmessu og aðfangadag er hringakstur í Gufuneskirkjugarði með aðkomu eingöngu frá Hallsvegi og farið er út norðan megin inn á Borgaveg eins og verið hefur.

Símavarsla verður á skrifstofu Kirkjugarðanna á aðfangadag og gamlársdag frá kl. 8:00-12:00 í síma 585 2700 fyrir þá sem þurfa að leita upplýsinga og aðstoðar.

Hægt er að nálgast upplýsingar um staðsetningu leiða á vefnum www.gardur.is

Starfsfólk Kirkjugarða Reykjavíkurprófastsdæma.
**www.kirkjugardar.is**

# Meira sælkera




**Karfa 1**

**4.199 kr**




**Karfa 2**

**4.899 kr**




**Karfa 3**

**6.999 kr**




**Karfa 4**

**8.399 kr**




**Karfa 5**

**9.799 kr**

HAGKAUP




**Breyting á Aðalskipulagi Eyja-og Miklaholtshrepps Miðhraun 2**

Hreppsnefnd Eyja-og Miklaholtshrepps samþykkti á fundi þann 1. október 2020 tillögu að óverulegri breytingu á Aðalskipulagi Eyja-og Miklaholtshrepps 2018-2038 samkvæmt 2. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Breytingin felst í því að lítils háttar færsla verður á mörkum landnotkunarreita í landi Miðhrauns 2 vegna fyrirhugaðrar þjónustu við ferðafólk. Greinargerð með rökstuðningi er á uppdrætti dags. 14. september 2020.

Breytingin hefur verið send Skipulagsstofnun til staðfestingar. Þeir sem óska nánari upplýsinga geta snúið sér til skipulagsfulltrúa Eyja-og Miklaholtshrepps.

***Ragnar Már Ragnarsson***
*Skipulagsfulltrúi Eyja-og Miklaholtshrepps*
*Eyja og Miklaholtshrepps*

# Bjóði kerfið út í heild

**Fulltrúi BF Viðreisnar í Kópavogi segir að þar sem lögum hafi ekki verið fylgt við innkaup á umferðarljósastýringu sé ljóst að bjóða þurfi kerfið út í heild.**

**STJÓRNSÝSLA** Theódóra S. Þorsteinsdóttir, bæjarfulltrúi BF Viðreisnar í Kópavogi, gagnrýnir misbresti í innkaupum vegna umferðarljósakerfis á höfuðborgarsvæðinu. Kemur þetta fram í bókun hennar í bæjarráði á fimmtudag.

Í bókuninni vék hún að Betri samgöngum, nýju félagi ríkisins og sex sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu. Samkomulag þessara aðila sé að ráðist verði strax í markvissar aðgerðir til að nýta tæknilausnir og bæta umferðarljósakerfi á höfuðborgarsvæðinu.

„Í ljósi þess hvernig verkefnið um umferðarstýringu á höfuðborgarsvæðinu hefur farið af stað með úrskurðum um meðal annars að ekki sé gætt að ákvæðum laga, álagningu stjórnvaldssekta og krafna um greiðslu skaðabóta þá telur undirrituð borðleggjandi að kerfið verði boðið út í heild sinni um leið og fyrir liggur stefna sem tekur mið af samgöngusáttmálanum," segir í bókun Theódóru.

Þarna vitnar Theódóra til nýs úrskurðar kærunefndar útboðsmála sem lagði stjórnvaldssektir á Reykjavíkurborg og Vegagerðina fyrir að hafa samið beint við fyrirtækið Smith & Norland um kaup á ljósastýringarbúnaði og þjónustu í stað þess að bjóða viðskiptin út. Borgin er enn fremur bótaskyld vegna útboðs sem fellt var niður.

> **Telur undirrituð borðleggjandi að kerfið verði boðið út í heild sinni um leið og fyrir liggur stefna sem tekur mið af Samgöngusáttmálanum.**



Theódóra S. Þorsteinsdóttir, bæjarfulltrúi BF Viðreisnar í Kópavogi

Theódóra vill að tryggt verði að meginreglur opinberra innkaupa séu virtar.

„Í því felst meðal annars að tryggja jafnræði milli fyrirtækja við tilboðsgerð með það að leiðarljósi að hagkvæmni sé leitað með virkri samkeppni og til að efla nýsköpun og þróun við innkaup hins opinbera," segir í bókun Theódóru sem áheyrnarfulltrúinn Sigurbjörg E. Egilsdóttir úr Pírötum tók undir.

„Það að kaupa miðlæga stjórntölvu án útboðs en ætla síðan í framhaldinu að bjóða út viðbótarbúnað sem háður er þessari stjórntölvu tryggir ekki jafnræði milli fyrirtækja og við höfum enga vissu um að geta þannig keypt nýjustu og bestu lausnina á hagkvæmasta verðinu," segir Sigurbjörg við Fréttablaðið.



**Sigurbjörg Erla Egilsdóttir, bæjarfulltrúi Pírata í Kópavogi**

„Það hlýtur að vera farsælast að móta fyrst stefnu í samráði við sveitarfélögin sem eru aðilar að samgöngusáttmálanum og bjóða síðan kerfið út í heild sinni miðað við þau markmið og væntingar sem koma út úr þeirri stefnu. Lýðræðislegra og gagnsærra ferli skilar sér í bæði aukinni skilvirkni og meiri sátt," bætir Sigurbjörg við.

Bæjarráðið í heild beindi því til stjórnar Betri samgangna að marka skýra stefnu í ljósastýringu í samráði við aðila Samgöngusáttmálans.

„Mikilvægt er að í kjölfarið verði farið í útboð sem tryggir heildarlausn sem taki mið af öllum tegundum samgangna sem er í samræmi við markmið Samgöngusáttmálans," segir í bókun bæjarráðsins.

**gar@frettabladid.is**

ORKURANNSÓKNASJÓÐUR

**Ert þú að grúska fyrir grænan heim?**

Eitt stærsta verkefni okkar er að skila jörðinni til komandi kynslóða í jafn góðu eða betra ástandi en við tókum við henni. Nútíminn kallar á grænar lausnir til að ná þessu takmarki, og ein stærsta græna lausnin er orkuvinnsla úr auðlindum sem endurnýja sig og valda lítilli losun á gróðurhúsalofttegundum.

Rannsóknaverkefni sem tengjast orku- og umhverfismálum geta skipt sköpum í leitinni að þessum grænu lausnum og Orkurannsóknasjóður styður við slík verkefni á vegum háskóla, stofnana, fyrirtækja og einstaklinga.

**Við auglýsum nú eftir umsóknum um styrki frá sjóðnum.**
Nánari upplýsingar, auk umsóknareyðublaðs, er að finna á vef Landsvirkjunar
landsvirkjun.is

Umsóknum er skilað á netfangið
orkurannsoknasjodur@landsvirkjun.is

**Umsóknarfrestur er til og með**
**11. janúar 2021**



Landsvirkjun

# LJÚFFENGUR HÁTÍÐARMATUR

*Verslanir Nettó bjóða upp á fjölbreytt úrval af gæðakjöti.*



















netto
Lægra verð – léttari innkaup

JÓLAINNKAUPIN
hafa aldrei verið eins leikandi létt.
Þú færð jólamatinn á **netto.is**

# Tímasetning sölu Íslandsbanka góð

**Sérfræðingar velta upp þeim möguleika að minnka Íslandsbanka með eignasölu og arðgreiðslu fyrir skráningu á hlutabréfamarkað. Stefna um framtíðareignarhald ríkisins á Íslandsbanka þarf að liggja fyrir við sölu. Eftirspurn eftir traustum fjárfestingarkostum.**

Helgi Vífill Júlíusson
helgivifill@frettabladid.is



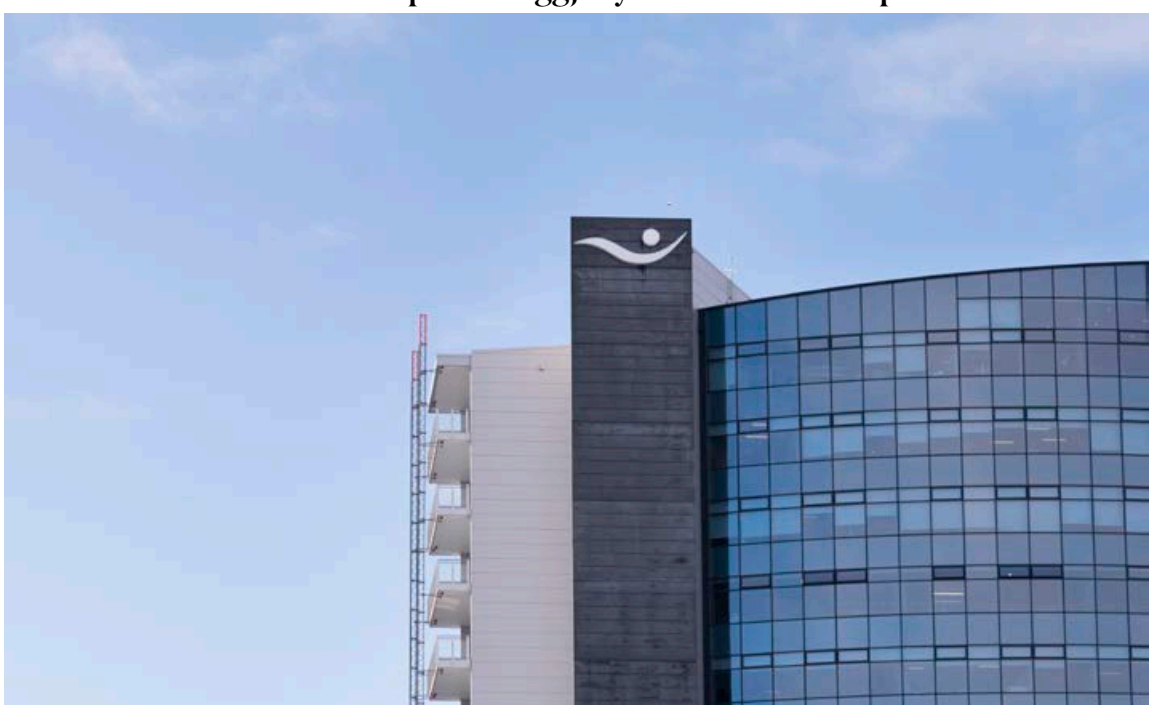
Tímasetning sölu ríkisins á hlut í Íslandsbanka er góð, að mati viðmælanda Fréttablaðsins. Samhliða lægra vaxtastigi hefur eftirspurn eftir fjárfestingakostum aukist. Forstjóri Kauphallarinnar segir að skráning Íslandsbanka væri mikilvæg fyrir hlutabréfamarkaðinn og myndi laða að fjárfesta, innlenda sem erlenda.

Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra féllst í gær á tillögur Bankasýslu ríkisins um sölu á hlut í Íslandsbanka. Stefnt er á að selja hlutina í almennu hlutafjárútboði og skrá bankann, sem er að fullu í eigu ríkisins, í Kauphöllina.

Magnús Harðarson, forstjóri Kauphallarinnar, nefnir gengisþróun Arion banka sem nærtækt viðmið um hvort um sé að ræðan góðan tímapunkt til að selja í Íslandsbanka. Hinn 4. mars lagði Bankasýsla ríkisins til að ríkið myndi selja að lágmarki 20 prósenta hlut í Íslandsbanka en dró tillöguna til baka tveimur vikum seinna í ljósi breyttra aðstæðna sem rekja má til COVID-19. 4. mars var gengi Arion banka 80 krónur á hlut en hafði lækkað í 59 krónur daginn sem Bankasýslan dró tillöguna til baka. Nú sé gengi bankans rúmlega 91, að hans sögn.

Valdimar Ármann, sérfræðingur í markaðsviðskiptum hjá Arctica Finance, segir að tímasetning sölunnar sé góð. Annars vegar hljóti háar fjárhæðir á innlánsreikningum að leita í arðbærari fjárfestingarkosti eins og hlutabréf. Hins vegar ætti breytt umhverfi í vaxtastigi landsins að ööru jöfnu að bæta samkeppnishæfni bankanna og auka arðbærni lánasafna sem geri bankann mögulega að áhugaverðum fjárfestingarkosti.

Magnús segir að þar að auki hafi Alþingi samþykkt frumvarp fjármálaráðherra á fimmtudag, sem auki áhuga almennings á að fjárfesta á hlutabréfamarkaðnum.



Fjármálaráðherra féllst í gær á tillögu Bankasýslu ríkisins um að selja hlut í Íslandsbanka. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



**Magnús Örn Guðmundsson, forstöðumaður hjá Stefni**

Frumvarpið snýr að því að frítekjumark einstaklinga nái einnig til arðgreiðslna og söluhagnaðar af skráðum hlutabréfum. Frítekjumarkið var hækkað í 300 þúsund krónur fyrir einstaklinga og í 600 þúsund fyrir hjón.

Magnús Örn Guðmundsson, forstöðumaður hlutabréfa og blandaðra sjóða hjá Stefni, bendir á að almenningur hafi sýnt hlutafjárútboði Icelandair mikinn áhuga. Sjö þúsund nýir hluthafar hafi bæst við þá 4.500 sem fyrir voru. „Þeim hefur svo haldið áfram að fjölga eftir útboð og eru nú um 13 þúsund."

Hann veltir upp þeim möguleika að minnka bankann fyrir skráningu, til dæmis með því að selja lánasöfn eða rekstrareiningar til hæstbjóðenda. „Fyrir eru tveir skráðir bankar. Fjárfestar þurfa að vega og meta verðmæti og tækifæri í þeim þriðja. Fyrir liggur að frekari hagræðingar er þörf í bankakerfinu, en í dag eru þrír stórir og einn minni, sem raunar var að sameinast skráðu tryggingafélagi."

Aðspurður hvort fjárfestar hafi áhuga á að vera minnihlutaeigendur að banka á móti ríkinu, telur Magnús forstjóri Kauphallarinnar svo vera. Hann segir að ríkið þurfi að huga vel að því fyrir útboðið hvernig hagi skuli eignarhaldinu til framtíðar litið. Stefna ríkisins sé að selja Íslandsbanka að fullu en eiga áfram hlut í Landsbankanum.

„Ef þessar breiðu línur eru hæfilega skýrar tel ég að fjárfestar muni ekki setja eignarhald ríkisins fyrir sig," segir hann.



**Valdimar Ármann, sérfræðingur hjá Arctica Finance**

Valdimar segir að tryggja þurfi aðkomu kjölfestufjárfesta í bankanum hvort sem þeir koma erlendis frá eða séu hérlendis. Sá fjárfestir myndi taka að sér að leiða þær hagræðingaraðgerðir eða skipulagsbreytingar sem þurfi að gera á rekstri bankans til að hann uppfylli ávöxtunarmarkmið fjárfesta. „Aðkoma ríkisins að stjórnun bankans þarf að vera alveg skýr og afmörkuð ef það verður áfram hluthafi í bankanum," segir hann. Til að auka líkurnar á að selja til kjölfestufjárfestis ætti mögulega að vinna að því að minnka efnahag bankans áður en til sölu og skráningar kæmi.

Magnús Örn hjá Stefni segir að það sé ekki útilokað að erlendir sjóðir sýni Íslandsbanka áhuga. Þó verði það að teljast langsótt um þessar mundir. Erlendir fjárfestar hafi verið að selja sig af innlendum verðbréfamarkaði að undanförnu. Hérlendis líkt og víða erlendis sé bönkum meinað að greiða út arð tímabundið. „Það geta vissulega líka legið tækifæri í offjármögnuðum bönkum og að öllum líkindum öflugri viðspyrnu hérlendis. Íslensku bankarnir séu almennt fjárhagslega sterkir í samanburði við evrópska banka. Flokkun Íslands í MSCI Frontier Markets vísitöluna gæti hvatt þá til dáða," segir hann.

Aðspurður hvort fyrirhuguð skráning Íslandsbanka muni leiða til þess að fjármagn þurrkist upp frá öðrum fjárfestingarkostum á óheppilegum, segir Valdimar að aukið framboð fjárfestingarkosta dragi vissulega fjármagn frá öðrum fjárfestingarkostum.

„Eins og staðan er núna þá er lítið af nýjum almennum fjárfestingarkostum en mikill áhugi, þannig að áhrifin verða líklega takmarkaðri en ella."

## Ríkissjóður gæti minnkað vaxtabyrði sína

„Já, hví ekki?" segir Valdimar Ármann aðspurður hvort hægt verði að koma sölu á hlut í Íslandsbanka í gegnum þingið á kosningavetri. Hann bendir á að mikill hallarekstur sé fram undan hjá ríkissjóði og hluti af fjármögnun hans þurfi að fara fram með eignasölu. „Ávöxtunarkrafa ríkisskuldabréfa og opinberra aðila hefur farið hækkandi undanfarna mánuði vegna áhyggna af miklu framboði á næsta ári sem markaðurinn hefur ekki verið reiðubúinn að taka við. Svona sala léttir þannig á skuldabréfamarkaðnum og í raun og veru gæti ríkissjóður minnkað vaxtabyrði sína af skuldabréfafjármögnun þar sem líklegt er að minni væntingar um útgáfu muni leiða til lægri ávöxtunarkröfu en ella. Þannig að þó að bankinn sé seldur á afslætti þá gæti það vel unnist upp með lægri fjármögnunarkostnaði á skuldahlið ríkissjóðs," segir hann.






# Gleðileg jól

## frá Garðheimafjölskyldunni

**AFGREIÐSLUTÍMI FRAM AÐ JÓLUM**
19.- 22. DES. 10:00 - 22:00

**ÞORLÁKSMESSA** 10:00 - 23:00
**AÐFANGADAGUR** 10:00 - 14:00



**20%** AF KERTUM, SKREYTINGAREFNI, GERVIJÓLATRJÁM, NORÐMANNSÞIN OG HURÐAKRÖNSUM

**30%** AF ÖLLUM LJÓSAHLUTUM OG LJÓSASERÍUM

**40%** AF ÖLLU JÓLASKRAUTI, JÓLASTYTTUM OG LJÓSAHÚSUM



GARÐHEIMAR

Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

**21. desmber er síðasti dagur til að panta heimsendingu af gardheimar.is fyrir jól**



**DC 8900** SÓFAR ÚR KONÍAKSBRÚNU SAVOY/SPLIT LEÐRI. 3JA SÆTA, 224 X 86 X 80 CM. **280.492** KR. ~~329.990~~ KR. 2JA SÆTA, 196 X 86 X 80 CM. **254.992** KR. ~~299.990~~ KR.









**RIVERDALE LINN**
BORÐSTOFUSTÓLAR, FIMM LITIR
**16.992** KR. ~~19.990~~ KR.



**EVA SOLO**
VÍNREKKI Á VEGG
VERÐ **12.990** KR.



**RALPH LAUREN** ILMKERTI OG -STRÁ
VERÐ FRÁ **8.492** KR. ~~9.990~~ KR.



**IVV**
PINOLIO OLIUFLASKA **3.990** KR.



**EVA SOLO**
NORDIC KITCHEN BAKKI VERÐ **11.990** KR.



**EVA SOLO**
NORDIC KITCHEN ELDHÚSÁHALDALÍNAN



**EVA SOLO**
TEKANNA OG TEFILTER



**EVA SOLO**
SYRAH VÍNGLÖS, MARGAR GERÐIR



**IVV**
OLIVA OLIUFLASKA **2.990** KR.



**IITTALA**
MIRANDA SKÁLAR
GLÆR/GRÁ **6.990** KR
RAUÐ **12.290** KR.

**Reykjavík** Bíldshöfði 20
**Akureyri** Dalsbraut 1
**Ísafjörður** Skeiði 1

**OPNUNARTÍMI TIL TIL JÓLA**
**19. des. 11–18 | 20. des. 13–18**
**21. og 22. des. 11–22 Reykjavík en 11–20 á Ak. og Ísaf.**
**Þorláksm. 23. des. 11–22 | Aðfangad. 24. des. 10–13**

**www.husgagnahollin.is**
558 1100

*Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru.*

# Nú er kátt í Höllinni!

## Húsgagnahöllin fyrir lifandi heimili

**RICHMOND** BORÐSTOFUBORÐ ÚR OLÍUBORINNI EIK MEÐ FISKBEINAMYNSTRI Á BORÐPLÖTU. STÆRÐ 160 X 95 X 76,2 CM. **93.492** KR. ~~109.990~~ KR.



**BY SOMMER** JÓLATRÖLL MEÐ 15% AFSLÆTTI.



**KAY BOJESEN**
APAR
VERÐ FRÁ
11.990 KR.




**SIRIUS HOME** JÓLAVÖRUR – JÓLASERÍUR, JÓLAKERTI OG JÓLATRÉ MEÐ 30% AFSLÆTTI.









**NATUZZI EDITIONS C193** 2JA OG 3JA SÆTA SÓFAR.
SVART, SÉRLEGA VANDAÐ LEÐUR EINS OG NATUZZI ER ÞEKKT FYRIR.
3JA SÆTA: 220 X 89 X 77 CM **450.492** KR. ~~529.990~~ KR. | 2JA SÆTA: 170 X 89 X 77 CM **390.991** KR. ~~459.990~~ KR.

**Þú finnur nýju bæklingana okkar á www.husgagnahollin.is**

HÚSGAGNA HÖLLIN



Erfiðlega hefur gengið að losa bíla úr snjónum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

## Þúsund Japanir festust í snjó

**JAPAN** Rúmlega þúsund einstaklingar voru neyddir til þess að sofa í bílum sínum á fimmtudaginn á hraðbraut sem tengir höfuðborgina Tókýó við Niigata. Fyrstu bílarnir festust aðfaranótt fimmtudags og fór að bætast í röðina á fimmtudaginn. Um tíma var röðin tæplega sautján kílómetra löng.

Stjórnvöld í Japan sendu viðbragðsteymi af stað á fimmtudaginn með eldsneyti, teppi og mat fyrir einstaklinga sem voru fastir inni í bílum. Um leið voru fjölmargir að vinna í því að grafa út bíla með aðstoð vinnuvéla. **– kpt**

## Metsöluár hjá UNICEF

**GÓÐGERÐARMÁL** „Íslendingar eru stórhjartaðir og standa með minnimáttar, sérstaklega fyrir jólin. Ljós og friður er því miður ekki jólasiður alls staðar," segir Sigurður Mikael Jónsson, verkefnastjóri hjá UNICEF á Íslandi. Þar stefnir í metsöluár í Sönnum gjöfum þar sem fólk kaupir hin ýmsu hjálpargögn handa nauðstöddum börnum um allan heim. „Þetta er ótrúlega vinsælt og sífellt fleiri sem stinga þessum gjafabréfum með í jólapakkana. Sumir klára bara jólagjafainnkaupin á sannargjafir.is," segir Sigurður og segir að þegar árið verði gert upp muni Íslendingar hafa keypt neyðargögn fyrir tugi milljóna og bjargað fjölmörgum lífum. **– þþ**

# Fátækari ríki gætu þurft að bíða í þrjú ár eftir bóluefni

**Evrópusambandið ákvað í vikunni að bæta umtalsverðu fé við stuðninginn við COVAX, dreifingarverkefni COVID-19 bóluefnis til fátækari ríkja. Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin hefur áhyggjur af fjármögnun verkefnisins, framboði á bóluefni og hættunni á því að geta ekki komið öllum dreifistöðvum á fót.**

**COVID-19** COVAX, verkefni Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar (WHO) til að dreifa COVID-19 bóluefni til fátækari ríkja heimsins, er hætt við að tefjast mikið. Þetta kemur fram í skjölum WHO sem fréttastofan Reuters hefur undir höndum.

Takmarkið er að dreifa tveimur milljörðum skammta af bóluefni, að mestu leyti til landa Afríku, Asíu og latnesku Ameríku, fyrir lok árs 2021. Í skjölunum kemur fram að sum ríki gætu verið án bóluefnis til ársins 2024.

„Það væri óábyrgt að meta ekki áhættuna í svona risavöxnu og flóknu verkefni og gera áætlanir og tæki til að lágmarka hana," segir í yfirlýsingu frá Gavi, samtökum ríkisstjórna, lyfjafyrirtækja og góðgerðasamtaka sem standa að COVAX ásamt WHO, þegar innt var eftir svörum um skjölin.

Helsta ástæðan fyrir áhyggjunum er fjármögnunin. Þrátt fyrir viljayfirlýsingar vestrænna ríkja, sem munu að stærstum hluta standa undir fjármögnuninni, hefur illa gengið að tryggja fjármagnið.

Á þriðjudag tilkynnti hins vegar Evrópusambandið að lagðar yrðu 500 milljónir evra, 78 milljarðar króna, til viðbótar inn í verkefnið, ofan á þær 850 milljónir evra sem þegar hafa verið lagðar til. Í yfirlýsingu sambandsins kom fram að fjárstuðningurinn myndi duga fyrir einum milljarði skammta af bóluefnum til fátækari og í meðallagi auðugra ríkja.

Kínverjar gengu til liðs við COVAX í október en ekki er vitað hversu miklu fjármagni þeir munu veita til verkefnisins. Evrópusambandið er því nú stærsti fjárstyrktaraðilinn og Bretland og Japan koma þar á eftir. Hvorki Rússland né Bandaríkin hafa gengið til liðs við COVAX. Samstarfið gengur gegn hugmyndafræði Donalds Trump forseta, Ameríku fyrst, en vonast er til þess að Bandaríkin gangi til liðs við það eftir að Joe Biden tekur við embætti þann 20. janúar.



WHO reiðir sig á ódýrari bóluefni en þau sem Pfizer og Moderna framleiða. Til dæmis frá Kína. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

**» Evrópusambandið samþykkti aukafjárveitingu til COVAX upp á 500 milljónir evra.**

Annað sem áhyggjur WHO beinast að er framboðið af bóluefni. Lyfjafyrirtæki á borð við Pfizer og Moderna eru nú í óðaönn að framleiða bóluefni en WHO stefnir á að reiða sig á ódýrari bóluefni, til dæmis frá Kína. Kínverjar segjast geta framleitt tvo milljarða skammta á einu ári. Fari svo að hnökrar komi á framleiðsluna er hætt við því að stuðningur við fátækari ríki verði ekki efst á forgangslistanum.

Þriðja atriðið er flækjustig samninga og stjórnmála. Það er, að hversu miklu leyti skrifræði og átök vefjast fyrir framkvæmd dreifingarinnar. WHO hyggst koma upp COVAX stöðvum víðs vegar um þau lönd sem þiggja aðstoðina. Meðal þeirra landa eru til dæmis Norður-Kórea sem er með mjög strangar reglur um útlendinga, Úkraína þar sem aðskilnaðarsinnar stýra stórum hluta landsins og Jemen þar sem eru vopnuð átök. Útlit er því fyrir að dreifingin takist ekki sem skyldi alls staðar.

**kristinnhaukur@frettabladid.is**






Þrír létust í brunanum í júní síðastliðnum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Brunavarnir brugðust

**STJÓRNSÝSLA** Lélegar brunavarnir og ástand hússins eru helstu ástæður þess að bruninn á Bræðraborgarstíg var jafn skæður og raunin varð. Þetta kemur fram í skýrslu Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar. Þrír íbúar hússins létust í brunanum og tveir slösuðust alvarlega. Einn hefur verið ákærður fyrir íkveikju, manndráp og tilraun til manndráps.

Niðurstaða stofnunarinnar er óháð því hvort kviknað hafi í af mannavöldum eða ekki. Um var að ræða yfir hundrað ára gamalt forskalað timburhús sem ekki var vel úr garði gert með tilliti til brunavarna. Upphaflegar teikningar liggja ekki fyrir, og nýjustu teikningarnar tuttugu ára gamlar. Brunavarnir sem sáust á þeim teikningum voru ekki lengur til staðar.

Þá hafði inngangi á annarri hæð hússins á einhverjum tímapunkti verið lokað með þeim afleiðingum að í stað tveggja flóttaleiða úr íbúðinni var bara ein flóttaleið.

Í skýrslunni kemur fram að vettvangur hafi ekki verið fullmannaður af hálfu slökkviliðsins fyrr en seinni dælubíllinn kom á staðinn 11 mínútum og 50 sekúndum eftir að útkallið barst, þar sem bíllinn var að sinna öðru alvarlegu útkalli. Það er umfram það 10 mínútna viðmið sem kveðið er á um fyrir umrætt útkallssvæði í reglugerð. Skýrsluhöfundar komst að þeirri niðurstöðu að fullmannaður vettvangur strax 7 mínútum eftir útkall hefði ekki breytt því hvernig fór. **– uö**

# ÖLL JÓLAVARA
# 20-70%
## AFSLÁTTUR

**KLÁRAÐU KAUPIN Á**
**WWW.RFL.IS**
KAUPTU Á NETINU OG SÆKTU Í VERSLUN EÐA Á VÖRUHÚS



## ÖLL SÆNGURVER




**20-50%**
**AFSLÁTTUR**

## ÖLL HANDKLÆÐI



**20%**
**AFSLÁTTUR**

## OPIÐ TIL 22:00 Í ÖLLUM VERSLUNUM TIL JÓLA

## SMART STORE PLASTKASSAR




**20%**
**AFSLÁTTUR**

## ARCTIC SÆNG

ARCTIC KODDI
~~7.995~~ nú 5.995




*Sparið*
**10.000**

SÆNG FULLT VERÐ: ~~29.990~~
**19.990**

## TAKS SKINN



**20%**
**AFSLÁTTUR**

## LUXURY SLEEP RÚM

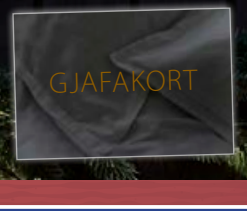



*Sparið allt að*
**50.000**

NÚ VERÐ FRÁ:
**89.950**
**Luxury Sleep**

## GJAFAKORT ER GÓÐ GJÖF

NÚ GETUR ÞÚ FENGIÐ
RAFRÆN GJAFAKORT
Í VERSLUNUM OKKAR




**RÚMFATA LAGERINN**
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

**ÖLL TILBOÐ GILDA TIL 24.12**

# ÁSTAND HEIMSINS



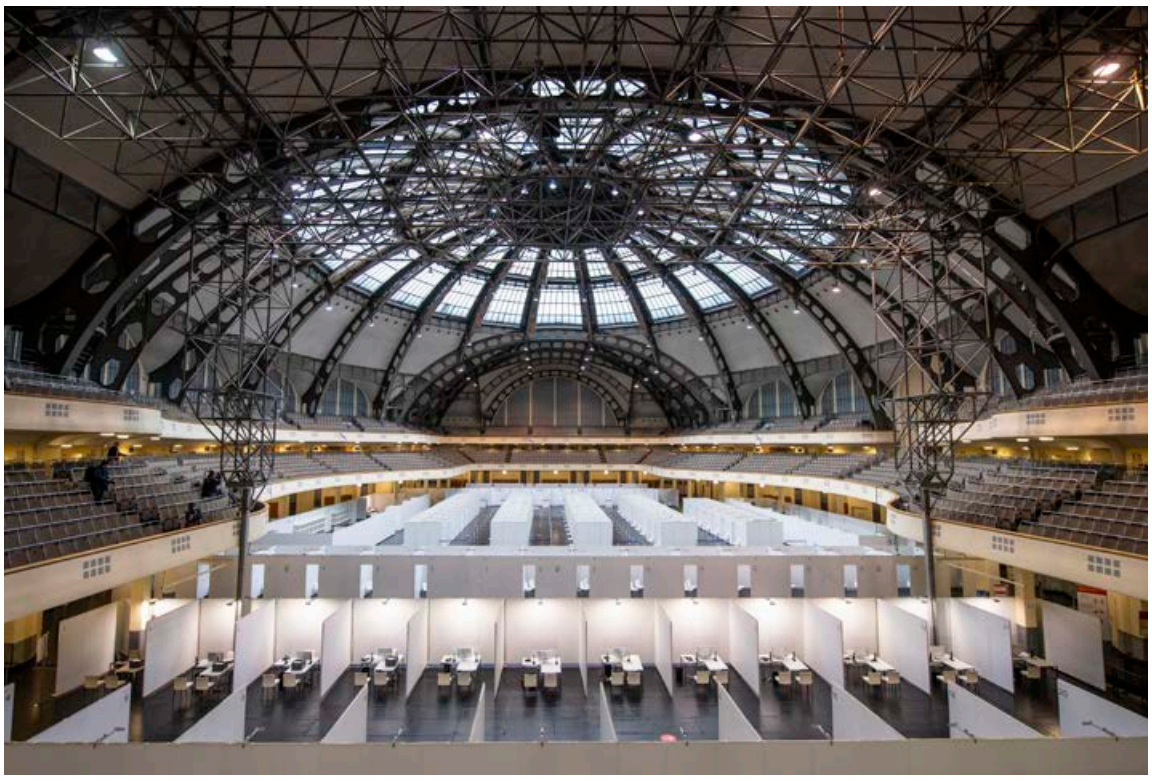

Fráfarandi varaforseti Bandaríkjanna og Íslandsvinurinn Mike Pence fór í ásamt eiginkonu sinni, Karen, í bólusetningu í beinni útsendingu. Í samtali við fjölmiðla sagði Pence að þau finndu ekki fyrir neinum aukaverkunum.



Drottningin Letizia Ortiz og Filippus 6. Spánarkonungur sýndu þakklæti sitt við afhjúpun listaverks til heiðurs hjúkrunarfólki sem hefur fallið frá af völdum kórónaveirunnar á Spáni. Listaverkið er í úthverfi Madrídarborgar.



Flugmenn Qantas klæddust jólasveinabúningi í áætlunarflugi félagsins.



Þýsk stjórnvöld eru búin að setja upp aðstöðu til bólusetningar og er vonast til þess að bólusetning geti hafist þar í landi 27. desember þegar samþykki Evrópska lyfjaeftirlitsins liggur fyrir. Í þessari tónlistarhöll í Frankfurt sem tekur þúsundir manna á tónleika á venjulegum degi verður hægt að bólusetja þúsundir íbúa þegar leyfi berst.



Skemmtikraftar reyndu að gleðja íbúa elliheimilisins Spring Lane í London, Englandi, með sýningu í gær. Víðs vegar um England fóru listamenn og skemmtu eldra fólki úr fjarska til að reyna að brjóta upp daginn. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Slökkviliðsmenn í Höfðaborg í Suður-Afríku háðu baráttu við eldhafið í Masiphumelele-hverfinu þar sem rúmlega þúsund heimili eyðilögðust. Samkvæmt fyrstu upplýsingum lést enginn en ljóst er að eyðileggingin er gríðarleg í kofabyggðinni sem samanstendur að mestu leyti af bárujárnskofum og fátæktin er mikil á svæðinu.

TIL HAMINGJU

# ÞÚ FINNUR GÆÐIN MEÐ BROS Á VÖR **TIL HAMINGJU** MEÐ ÞAÐ!



# Pissað í skóinn



Jón Þórisson
jon@frettabladid.is

Fyrir nokkru var tendrað ljós sem kveikti von um að senn væru öll okkar vandræði á bak og burt. Bólusetningar gegn veirunni væru að hefjast og við fengum fréttir um að Bretar hefðu byrjað bólusetningar og Bandaríkjamenn stuttu síðar. Heilbrigðisráðherra lýsti því í fjölmiðlum að tekist hefðu samningar við bóluefnaframleiðendur sem tryggðu okkur bóluefni sem dygði til að sparka þessum vágesti út í ystu höf. Þungu fargi var létt af brjósti landsmanna og vart var lausungar í umgengni við sóttvarnareglur eins og fréttir úr miðbænum um síðustu helgi báru vitni um.

Um svipað leyti voru fyrirtækin í landinu að leggja lokahönd á áætlanir næsta árs sem tóku mið af þessum gleðifregnum. Aukið var við áformaðar tekjur – hjólin tækju að snúast á ný. Fram kom að heilsugæslan gæti bólusett tugi þúsunda á hverri viku. Loksins var þessum ríflega meðgöngulöngu þjáningum að ljúka. Endamarkið í augsýn sem allir þrá eftir eyðimerkurgönguna. Tugir þúsunda vinnufærs fólks atvinnulaus, annar eins fjöldi sem kveið þegar mánaðamót nálguðust vegna óttans um uppsögn. Óþolandi aðstæður fjölda barna og kvenna sem búa við vaxandi heimilisofbeldi. Aukið þunglyndi, vímuflótti og sjálfsvígshætta. Nú myndi styttast í að allt þetta yrði að baki og við gætum snúið okkur að uppbyggingarstarfi á sál og líkama, einstaklinga og fyrirtækja.

Þá flytur heilbrigðisráðherra af því fréttir að fyrsta sending sé einhverju minni en gert hafði verið ráð fyrir. Ekki sé gert ráð fyrir að við fáum fleiri en 5.000 skammta í fyrstu bólusetningu og kannski 7.000 í janúar eða febrúar. Annað sé óráðið. Síðar breyttust þessar tölur. Og á fimmtudag kom fram í máli sóttvarnalæknis að ásættanlegu hjarðónæmi verði vart náð með bólusetningum hér á landi fyrr en á síðari hluta næsta árs. Nokkur upplýsingaóreiða einkennir því skilaboð stjórnvalda, sem er slæmt ofan á annað.

En ekki fæst betur séð en botninn sé þar með dottinn úr efnahagslega batanum sem allir ráðgerðu á fyrri hluta ársins. Grundvöllur áætlana fyrirtækja brostinn og sá brestur er jafnvel stærri en sá sem varð þegar faraldurinn breiddist út í byrjun árs.

Nú er það svo að samningar um kaup bóluefnis voru teknir úr því fyrirkomulagi sem jafnan er um kaup og dreifingu lyfja. Það er heilbrigðisráðuneytið sem annast þessa samningagerð en ekki þeir sem eru í viðskiptasambandi við lyfjaframleiðendur. Óvíst er um hverju það breytir í þessu samhengi en leiða má líkur að því að viðskiptasambönd hefðu að minnsta kosti getað tryggt sambærilegan árangur í innkaupum, og sennilega betri.

Það eru því ekki líkur á öðru en að áfram þurfi samfélagið að búa við verulega íþyngjandi takmarkanir um margra mánaða skeið. Það er umhugsunarefni.

Það verður hvorki lagt á fólk né fyrirtæki að búa við íþyngjandi ráðstafanir sambærilegar þeim sem við höfum reynt, langt fram eftir næsta ári. Vinna þarf hnitmiðað að vernd viðkvæmra hópa en að öðru leyti hefja opnun samfélagsins á ný.

Vernd lífs má ekki ganga svo langt að líf tapist. Það er verra en að pissa í skó sinn.

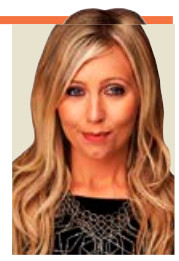
**Þar með er dottinn botninn úr efnahagslega batanum sem allir ráðgerðu á fyrri hluta ársins.**




## Gunnar




## Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



# Jólaboð og -bönn

Vegna fjölgunar kórónaveirusmita munu samkomutakmarkanir einkenna jólahald um heim allan í ár. Fólk á helst ekki að koma saman. Geti það ekki haldið aftur af sér skulu aðeins fáir hittast í einu. Það er bannað að knúsast, kyssast og syngja. Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin hvetur Evrópubúa til að setja upp grímur á samkomum með fjölskyldunni. Hugmyndir hafa verið uppi um að fresta jólunum fram til páska.

Ráðamönnum er nú líkt við Scrooge og Grinch. Þeir eru sakaðir um að reyna að aflýsa jólunum. Það yrði þó ekki í fyrsta sinn í sögunni:

- Boris Johnson, forsætisráðherra Breta, hefur ekki farið leynt með aðdáun sína á Winston Churchill. Svo hrifinn er Boris af forvera sínum sem leiddi Breta í gegnum síðari heimsstyrjöldina, að hann apar upp framkomu hans og talanda og virðist ófær um að opna munninn án þess að út streymi stríðssamlíkingar. Boris til mæðu hafa stjórnarathafnir hans undanfarið hins vegar vakið hugrenningatengsl við annan liðinn leiðtoga.

Oliver Cromwell er þekktur fyrir að hafa leitt uppreisn gegn konungsveldinu í ensku borgarastyrjöldinni á árunum 1642-1651, gert Karl I. Englandskonung höfðinu styttri og lýst England lýðveldi. Hann er líka þekktur fyrir að hafa bannað jólin.

Cromwell og fylgismenn hans voru púritanar. Þeir höfðu lengi haft horn í síðu hátíðahalda jólanna, sem þeim þóttu syndsamlegt prjál. Árið 1647 bannaði þingið jólin. Verslunum og mörkuðum var gert að hafa opið alla jólahátíðina. Jólaskraut var gert útlægt. Hömlur voru settar á fögnuð og áfengisneyslu. Hermönnum var gert að vakta götur Lundúna og gera upptækan allan mat sem leit út fyrir að vera jólamatur.

Þegnarnir tóku banninu illa. Óeirðir brutust út víða um land. Að Cromwell gengnum var konungungdæmið endurreist og jólin endurvakin.

- Á tímum frönsku byltingarinnar sem hófst árið 1789 voru jólin blásin af. Messur voru bannaðar, kirkjuklukkur bræddar niður og bökurum gert að endurnefna jólakökur „frelsiskökur“.
- Breska ríkisútvarpið, BBC, ákvað nýverið að ritskoða eitt vinsælasta jólalag Bretlands, „Fairytale of New York“ með þjóðlaga pönkhljómsveitinni Pogues. Texti lagsins, sem er frá árinu 1987, þykir innihalda óviðeigandi orð. Í stað þess að banna lagið ætlar ríkisútvarpið að breyta textanum.

Þetta er ekki í fyrsta sinn í sögunni sem texti vinsæls jólalags hlýtur yfirhalningu. Stjórnvöld í þriðja ríki Hitlers töldu sér standa ógn af skipulagðri trúarstarfsemi. Margir söfnuðir voru bannaðir. En í stað þess að banna jólin nýttu nasistar þau sér í vil. Þeir breyttu jólunum í veraldlega hátíð, lögðu áherslu á heiðinn uppruna þeirra, leiddu að því líkur að jólasveininn væri germanskur og ætti rætur að rekja til guðsins Óðins og sömdu nýja texta við þekkta jólasálma, þar sem Hitler fór með hlutverk frelsarans.

- Kúba var lýst trúlaust ríki árið 1962. Árið 1969 afnam Fiedel Castro jólin því hátíðin þótti trufla vinnu við sykurreyrsuppskeruna. Jólatré voru alls staðar bönnuð nema á ferðamannastöðum og hótelum.

Árið 1997 tilkynnti Jóhannes Páll páfi II. að hann hygðist heimsækja Kúbu. Af því tilefni gáfu stjórnvöld Kúbverjum eins árs undanþágu frá banninu. En jólin voru komin til að vera og breytingin varð varanleg.

Dagatalið og sagan sýna að jólin koma alltaf aftur. Förum því að engu óðslega um hátíðirnar. Ef við tökum Skrögg, þ.e. Ebenezer Scrooge, okkur til fyrirmyndar í ár, bíður okkar vonandi betri tíð með blóm í haga næstu jól.

FRÉTTABLAÐIÐ

**ÚTGÁFUFÉLAG:** Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Björn Víglundsson **RITSTJÓRI:** Jón Þórisson *jon@frettabladid.is*, **FRÉTTASTJÓRAR:** Aðalheiður Ámundadóttir *adalheidur@frettabladid.is* Ari Brynjólfsson *arib@frettabladid.is*, Garðar Örn Úlfarsson *gar@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is*
Fréttablaðið kemur út í 80.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Björk Eiðsdóttir *bjork@frettabladid.is* **MENNING:** Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

# Jólaleikur Fréttablaðsins




## FINNUR ÞÚ JÓLASVEINANA Í FRÉTTABLAÐINU? ÞÚ GÆTIR UNNIÐ VEGLEGA VINNINGA!

Dagana 12.- 24. desember munu jólasveinarnir birtast einhvers staðar í Fréttablaðinu þegar þeir koma til byggða.

### Til að taka þátt í leiknum þarft þú að:

1. Finna jólasvein dagsins í Fréttablaðinu (suma daga verða þeir tveir)
2. Fara inn á **www.frettabladid.is/jolaleikur** og segja okkur á hvaða blaðsíðu þú fannst jólasveininn eða -sveinana.

Daglega drögum við út einn heppinn þátttakanda sem svaraði rétt. Í lok leiksins drögum við út einn heppinn vinningshafa af öllum þátttakendum sem fær STÓRAN vinning. Það borgar sig að finna sem flesta jólasveina því þá aukast vinningslíkurnar til muna!

## VINNINGAR



**14 x 10.000 kr. inneignarkort í Bónus**



**11 miðar á Þorláksmessutónleika Bubba Morthens - heima í stofu (fyrstu ellefu fá miða)**

ÍSLANDSHÓTEL

**1 x gisting og morgunmatur fyrir tvo hjá Íslandshótelum**

**14 x Quality Street - 1 kg.**



BRANDSON **1 x 10.000 kr. gjafabréf frá Brandson**

FOOD CELLAR MATARKJALLARINN **1 x gjafabréf fyrir 2 í leyndarmál Matarkjallarans**



**Nánari upplýsingar um leikinn, vinningana og hvaða daga jólasveinarnir birtast í Fréttablaðinu er að finna á www.frettabladid.is/jolaleikur**

ÍSLENSKAR ÍÞRÓTTIR 2020

# Upplifðu gleði og sorg í Ungverjalandi

**Skrýtnu íþróttaári lýkur á næstunni þar sem kórónaveirufaraldurinn setti strik í reikninginn í íslensku íþróttalífi. Á alþjóðlegri grundu áttu atvinnumennirnir góðum árangri að fagna og kvennalandsliðið í knattspyrnu getur horft stolt til baka á þetta ár.**

**ÍÞRÓTTIR** Á næstu dögum kveðjum við afar sérstakt íþróttaár þar sem blása þurfti af Íslandsmótin í þremur stærstu boltagreinunum á Íslandi. Í knattspyrnu stendur upp úr árangur kvennalandsliðsins sem komst á fjórða Evrópumótið sitt í röð á sömu slóðum og karlalandsliðið féll úr leik á síðustu hindruninni fyrir EM. Atvinnumennirnir okkar áttu misjafnt ár á erlendri grundu. Sara Björk Gunnarsdóttir varð annar Íslendingurinn til að vinna Meistaradeild Evrópu í knattspyrnu á árinu og sú fyrsta til að skora í úrslitaleiknum sjálfum eftir að hafa samið við sterkasta lið Evrópu. Hún var ein af nokkrum leikmönnum kvennalandsliðsins sem áttu frábært ár með félagsliðum sínum.

### Allt undir í Ungverjalandi

Fótboltalandslið Íslands lentu í þeirri sérkennilegu stöðu að leika bæði úrslitaleik upp á sæti í lokakeppni EM í Ungverjalandi með tæplega þriggja vikna millibili. Stelpurnar okkar brutu blað í sögu KSÍ þegar þær urðu fyrsta A-landsliðið til að vinna leik í desembermánuði gegn Ungverjum þann 1. desember síðastliðinn. Með því fékk kvennalandsliðið nítján stig af 24 mögulegum í riðlakeppninni og kom síðar um kvöldið í ljós að þær voru komnar á Evrópumótið í Englandi árið 2022 eftir úrslit úr öðrum riðlum, sem eitt af stigahæstu liðunum í öðru sæti. Með því tókst kvennalandsliðinu að kóróna gott ár, þar sem fimm sigrar unnust í átta leikjum og markmiðið að komast á EM náðist. Svartur blettur var settur á afrek kvennalandsliðsins sama kvöld þegar þjálfari liðsins fór yfir strikið í fagnaðarlátum undir áhrifum áfengis en hann sagði nokkrum dögum síðar af sér starfinu.

Karlalandsliðið var grátlega nálægt því að komast á þriðja stórmótið í röð í nóvembermánuði en missti forskotið frá sér á lokamínútum leiksins gegn Ungverjalandi. Ísland hafði áður unnið 2-1 sigur á Rúmeníu í haust, sem þýddi að Ísland fór í hreinan úrslitaleik í Búdapest upp á sæti á EM. Þegar þrjár mínútur voru til leiksloka í Búdapest virtist Gylfi Þór Sigurðsson ætla að verða hetja Íslands í enn eitt skiptið, eftir að hafa komið Íslandi yfir í byrjun leiks, en klaufalegt jöfnunarmark hleypti Ungverjum inn í leikinn á ný. Í uppbótartíma var það gulldrengur Ungverja sem rak rýting í hjörtu Íslendinga og skaut Ungverjum á EM með langskoti og gerði út um vonir Strákanna okkar.

Árangur kvennalandsliðsins á árinu var aðeins hluti af stórkostlegu ári Söru Bjarkar sem afrekaði það að vinna tvöfalt fjórða árið í röð með Wolfsburg. Sara var svo í þeirri sérkennilegu aðstöðu að mæta fyrrum liðsfélögum sínum með Lyon í úrslitaleik Meistaradeildar Evrópu nokkrum vikum síðar og var besti leikmaður vallarins þegar Lyon vann Meistaradeildina fimmta árið í röð. Sara var á dögunum í 24. sæti yfir bestu leikmenn heims og hefur strax tekist að stimpla sig inn í eitt besta félagslið sögunnar í Frakklandi.

Árangurinn var ekki slakari hjá Grindvíkingnum Ingibjörgu Sigurðardóttur sem fór fyrir fyrsta meistaraliði Välerenga í Noregi. Með Ingibjörgu innanborðs vann Välerenga fyrstu tvo titlana í sögu félagsins og var miðvörðurinn valinn leikmaður ársins í Noregi. Hin 23 ára gamla Ingibjörg fór frá Svíþjóð yfir til Noregs með það að markmiði að keppa í titilbaráttu á ný og stóð hún við markmið sín með fullt hús stiga.

Þegar gullkynslóðin í karlalandsliðinu sem hefur komið Íslandi á tvö stórmót fer að nálgast seinni enda ferilsins og nokkrir gætu hafa leikið sinn síðasta landsleik, var jákvætt að U21 ára drengjaliðið komst í lokakeppni EM sem fer fram á næsta ári. Tíu ár verða þá liðin frá því að Ísland keppti fyrst í lokakeppninni og burðarásarnir úr því liði áttu eftir að mynda kjarna A-landsliðsins næsta áratuginn. Í U21 árs liði Íslands var að finna leikmenn sem náðu frábærum árangri með félagsliðum sínum eins og Alfons Sampsted sem varð norskur meistari með Bodö/Glimt í fyrsta sinn í sögu félagsins og Andra Fannar Baldursson sem lék fyrstu leiki sína í efstu deild á Ítalíu átján ára gamall. Enginn vakti þó jafn mikla athygli og Ísak Bergmann Jóhannesson sem lék 27 leiki í sænsku deildinni og er eftirsóttur af mörgum af stærstu liðum heims.

Í deildarkeppninni hér heima endurheimtu karlalið Vals og kvennalið Breiðabliks Íslandsmeistaratitlana eftir eins árs fjarveru. Hvorugu liði tókst að innsigla Íslandsmeistaratitilinn áður en deildarkeppnin var stöðvuð en voru í sérflokki og aðeins tímaspursmál hvenær titilinn hefði unnist.

### Bjarki fetaði í fótspor Guðjóns Vals og Sigurðar í Þýskalandi

Árið byrjaði á einum af betri sigrum íslenska handboltalandsliðsins í sögu þess, á ríkjandi heimsmeisturum Dana fyrir troðfullri höll af Dönum sem áttu von á sannfærandi sigri sinna manna. Aron Pálmarsson minnti heimsbyggðina á sig með því að fara á kostum í 31-30 sigri Íslands. Sigur á Rússum fylgdi tveimur dögum síðar en tap gegn Ungverjum og Slóvenum gerði út um vonir Íslands á því að komast áfram í milliriðlinum og vann Ísland aðeins einn leik af síðustu fimm á Evrópumótinu. Kórónaveirufaraldurinn gerði út um umspilsleiki fyrir HM 2021 og úthlutaði EHF Íslandi sæti á HM á kostnað Sviss. Heimsfaraldurinn kom einnig í veg fyrir alla leiki kvennalandsliðsins í undankeppni EM og kepptu Stelpurnar okkar því enga leiki á þessu ári.

Það var ekki aðeins gegn Dönum sem Aron sýndi snilli sína því hann hefur verið meðal bestu leikmanna Barcelona, sem á enn eftir að tapa leik á árinu. Börsungar leika í úrslitahelgi Meistaradeildar Evrópu milli jóla og nýárs og hafa ekki tapað leik í rúmlega tvö ár. Spænska liðið þykir afar sigurstranglegt fyrir úrslitahelgina í Meistaradeildinni þar sem Aron fær tækifæri til að vinna keppnina í þriðja sinn.

Annar leikmaður sem blómstraði í byrjun árs var hornamaðurinn Bjarki Már Elísson. Árbæingurinn varð þriðji Íslendingurinn í sögunni til að verða markahæsti leikmaður þýsku deildarinnar með Lemgo. Áður höfðu Sigurður Sveinsson og Guðjón Valur Sigurðsson náð því afreki, en Bjarki varð áður markahæsti leikmaður næstefstu deildar í Þýskalandi.

Í Olís-deildunum var keppni stöðvuð áður en kom að úrslitakeppninni og var því enginn Íslandsmeistari krýndur á árinu. Fram var svo gott sem búið að tryggja sér deildarmeistaratitilinn í kvennaflokki en spennan var heldur meiri í karlaflokki þar sem Valur var með naumt forskot á FH á toppi deildarinnar. Framkonur höfðu áður unnið bikarmeistaratitilinn í kvennaflokki en karlamegin voru það Eyjamenn sem urðu bikarmeistarar.



Sara Björk var einn besti leikmaður vallarins og skoraði markið sem innsiglaði sigur Lyon á Wolfsburg í úrslitaleik Meistaradeildar Evrópu, nokkrum vikum eftir vistaskipti til Lyon frá þýska félaginu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTYIMAGES




Martin fagnar fyrri titli ársins með Alba Berlin. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Danir reyndu hvað sem þeir gátu til að stöðva Aron Pálmarsson sem fór fyrir Íslandi í óvæntum sigri á Dönum í fyrsta leik á EM. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA


vodafone
Hringdu frítt*
til ástvina í
útlöndum
um jólin.
Mörg verðum við fjarri ástvinum um þessi jól. Þess vegna bjóðum við viðskiptavinum okkar með heimasíma og farsíma að hringja til útlanda án endurgjalds* á aðfangadag og jóladag. Við óskum þér gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári og þökkum samfylgdina á árinu sem er að líða.
*Þau lönd sem hægt er að hringja til án endurgjalds:
Andorra, Austurríki, Ástralía, Bandaríkin, Belgía, Stóra Bretland, Danmörk, Finnland, Frakkland, Færeyjar, Holland, Hong Kong, Írland, Ítalía, Kanada, Kína, Kýpur, Lettland, Litháen, Lúxemborg, Noregur, Portúgal, Pólland, Singapúr, Slóvenía, Slóvakía, Spánn, Sviss, Svíþjóð, Taíland, Tékkland, Tævan og Þýskaland.
vodafone.is

# ÍSLENSKAR ÍÞRÓTTIR 2020

**Íslensk innrás á Spáni**

Það voru ekki mörg verkefnin hjá landsliðum Íslands í körfubolta þetta árið. Karlalandsliðið vann þrjá leiki af fjórum og er komið í góða stöðu í forkeppninni fyrir undankeppni HM 2023. Kvennalandsliðið tapaði báðum leikjum sínum en æfingabannið og fjarvera lykilmanna gerði íslensku liðunum erfitt fyrir í landsleikjaverkefnunum.

Líkt og í handboltanum tókst ekki að halda úrslitakeppni í körfuboltanum í vor og voru því aðeins krýndir deildar- og bikarmeistarar. Valskonur sýndu algjöra yfirburði í deildarkeppninni kvennamegin, en í bikarnum tókst Skallagrími að vinna bikarmeistaratitilinn í fyrsta sinn með sigri á KR í úrslitaleiknum. Það var aðeins annar titillinn í sögu Borgnesinga eftir Íslandsmeistaratitli kvennaliðs Skallanna í körfubolta árið 1964. Í karlaflokki vann Stjarnan báða titlana sem í boði voru, annað árið í röð, en KR fékk ekki að gera atlögu að sjöunda Íslandsmeistaratitlinum í röð.

Í atvinnumennskunni urðu tveir Íslendingar landsmeistarar með félögum sínum. Martin Hermannsson átti frábært ár með Alba Berlin sem vann tvöfalt, landstitil og bikarmeistaratitil. Vesturbæingurinn söðlaði um og samdi við spænska stórliðið Valencia í sumar þar sem hann hefur byrjað vel. Á Spáni fær Martin reglulega að kljást við kunnugleg andlit í Tryggva Snæ Hlinasyni og Hauki Helga Pálssyni. Tryggvi er sífellt að fá stærra hlutverk hjá félagi sínu, Casademont Zaragoza og var frábær í þeim landsleikjum sem hann lék í og Haukur Helgi hefur byrjað vel með Andorra eftir vistaskipti frá Rússlandi á árinu. Þá eru nokkrir Íslendingar á mála í neðri deildunum á Spáni þessa dagana.

Sífellt fleiri leikmenn eru að fara erlendis að spila og varð Elvar Már Friðriksson einn af bestu leikmönnum Boras sem varð sænskur meistari á árinu. Það vakti athygli stærri liða og samdi Elvar við Šiauliai í Litháen þar sem Elvar hefur leikið vel þrátt fyrir að ekkert gangi hjá félaginu. Þá varð Sara Rún Hinriksdóttir deildarbikarmeistari með liði sínu, Leicester Riders á Englandi og stóð upp úr í landsleikjum Íslands á árinu.

**Ofarlega á heimsvísu**

Frestun Ólympíuleikanna gerði það að verkum að íslenskt afreksfólk hafði meiri tíma til að ná Ólympíulágmörkum en kom í veg fyrir þátttöku spjótkastarans Ásdísar Hjálmsdóttur á fjórðu Ólympíuleikunum. Ásdís var búin að gefa það út að þetta yrði hennar síðasta ár og ÓL hennar síðasta mót, en hún stóð við orð sín í stað þess að fresta ákvörðun sinni um ár. Ásdís kvaddi með þrettánda lengsta kasti ársins þegar hún átti fjórða besta kast sitt á ferlinum. Ásdís var ekki sú eina sem var ofarlega á heimsvísu þetta árið, Guðni Valur Guðnason bætti Íslandsmetið í kringlukasti með fimmta besta kast ársins á heimsvísu, upp á 69,35 metra. Þá tvíbætti Hilmar Örn Jónsson í sleggjukasti og átti ellefta lengsta kast ársins og Vigdís Jónsdóttir bætti Íslandsmetið í sleggjukasti fimm sinnum, síðast með 98. lengsta kasti ársins.

Í sundi bar Anton Sveinn McKee af hjá Íslendingum en hann varð atvinnumaður á árinu og keppti fyrir hönd Toronto Titans í deild með sterkasta sundfólki heims. Anton vann tvær greinar fyrir hönd Titans og bætti Íslands- og Norðurlandamet. Hann er eini Íslendingurinn sem er búinn að tryggja sér þátttökurétt á Ólympíuleikunum í Tókýó. Á sama ári tilkynnti ein af fremstu sundkonum Íslands frá upphafi, Eygló Ósk Gústafsdóttir, að hún væri hætt að keppa. Eygló, sem var valin íþróttamaður ársins árið 2015 vann til þrennra bronsverðlauna á EM í 25 metra laug það árið og keppti til úrslita á Ólympíuleikunum í Ríó ári síðar, ákvað að leggja sundhettuna á hilluna.



Stelpurnar okkar voru hófsamar í fagnaðarlátunum eftir leikinn gegn Ungverjalandi enda kom ekki í ljós fyrr en síðar um kvöldið að sætið á EM væri tryggt þegar úrslit úr öðrum leikjum voru hagstæð. Með því varð ljóst að Ísland myndi komast í lokakeppni Evrópumótsins fjórða skiptið í röð. MYND/MLSZ.HU



Velgengni Ísaks í Svíþjóð vakti athygli stærstu liða Evrópu.

Af kylfingum okkar Íslendinga náðu Guðmundur Ágúst Kristjánsson og Guðrún Brá Björgvinsdóttir besta árangrinum. Guðmundur Ágúst var að keppa á Áskorendamótaröð Evrópu, næst sterkustu mótaröð Evrópu í fyrsta sinn og náði næst besta árangri sem Íslendingur hefur náð í 46. sæti á stigalistanum. Í kvennaflokki var lítið um keppnir þegar Guðrún Brá keppti á Evrópumótaröðinni, næst sterkustu mótaröð heims, í fyrsta sinn, en Hafnfirðingurinn varði Íslandsmeistaratitil sinn á árinu. Með því hampaði Guðrún titlinum þriðja árið í röð og varð með því fimmta konan sem nær því afreki og sú fyrsta í 24 ár.

Ríkjandi íþróttamaður ársins, Júlían J. K. Jóhannesson gat lítið afrekað á árinu enda var EM og HM í kraftlyftingum fellt niður. Júlían bætti eigið heimsmet í réttstöðulyftu á Íslandsmótinu í sumar en metið var ekki viðurkennt enda ekki um alþjóðlegt mót að ræða.

kristinnpall@frettabladid.is



Guðrún Brá varð Íslandsmeistari þriðja árið í röð en Bjarki Pétursson vann sinn fyrsta titil. MYND/GSÍMYNDIR.NET/SETH



Bjarki Már lék frábærlega með Lemgo og var markahæsti leikmaður þýsku deildarinnar áður en deildarkeppnin var blásin af vegna kórónaveirufaraldursins. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY


vodafone
Hringdu frítt*
til að segja merry
Christmas eða
wesołych Świąt.
Mörg verðum við fjarri ástvinum um þessi jól. Þess vegna bjóðum við viðskiptavinum okkar með heimasíma og farsíma að hringja til útlanda án endurgjalds* á aðfangadag og jóladag. Við óskum þér gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári og þökkum samfylgdina á árinu sem er að líða.
*Þau lönd sem hægt er að hringja til án endurgjalds:
Andorra, Austurríki, Ástralía, Bandaríkin, Belgía, Stóra Bretland, Danmörk, Finnland, Frakkland, Færeyjar, Holland, Hong Kong, Írland, Ítalía, Kanada, Kína, Kýpur, Lettland, Litháen, Lúxemborg, Noregur, Portúgal, Pólland, Singapúr, Slóvenía, Slóvakía, Spánn, Sviss, Svíþjóð, Taíland, Tékkland, Tævan og Þýskaland.
vodafone.is

# Þurfa að hafa vit fyrir íþróttafólki

**Rannsókn stendur yfir á afleiðingum höfuðhöggs hjá íþróttamönnum á vegum þriggja fræðimanna hjá Háskólanum í Reykjavík. Vitundarvakning hefur orðið um málið síðustu ár en margt má þó gera betur í viðbrögðum við heilahristingi hjá leikmönnum.**

**ÍÞRÓTTAMEIÐSLI** Læknateymi Arsenal var á dögunum gagnrýnt fyrir að hafa hleypt David Luiz, leikmanni liðsins, aftur inn á völlinn eftir höfuðhögg snemma leiks í ensku úrvalsdeildinni í knattspyrnu. Luiz lauk fyrri hálfleik og fór af velli í hálfleik. Rætt hefur verið um reglubreytingu að leyfa auka skiptingu fyrir leikmenn sem hafa orðið fyrir höfuðhöggi.

Jan Vertonghen, fyrrverandi leikmaður Tottenham, greindi nýverið frá því að hann hefði æft í marga mánuði í kjölfar höfuðhöggs, þrátt fyrir að glíma við höfuðverki og svima. Þetta hafi hann gert til að auka líkurnar á að fá nýjan samning.

Níu breskir rúgbýleikmenn munu höfða mál gegn sérsamböndum landa sinna og Alþjóðarúgbýsambandinu þar sem þeir hafi greinst með einkenni heilabilunar sem þeir telja að tengja megi við íþróttina.



David Luiz fékk þungt höfuðhögg í leik Arsenal og Wolves á dögunum en sneri aftur inn á völlinn og lauk fyrri hálfleik. Brasilíumaðurinn fór af velli í hálfleik eftir að hafa kvartað undan óþægindum. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

### Þokast í rétta átt síðustu ár

María Kristín Jónsdóttir taugasálfræðingur, Hafrún Kristjánsdóttir, doktor í líf- og læknavísindum, og læknirinn Helga Á. Sigurjónsdóttir hafa rannsakað höfuðhögg íþróttamanna síðustu tvö árin.

„Fyrir nokkrum árum voru mjög fáir að velta fyrir sér heilahristingi og afleiðingum hans í íþróttahreyfingunni. Við í HR héldum málþing um heilahristing í íþróttum 2013 sem var mjög illa sótt af aðilum innan íþróttahreyfingarinnar. Þetta hefur hins vegar breyst síðan þá. Forráðamenn félaga hafa óskað eftir fræðslufyrirlestrum hjá okkur og meðrannsakendum okkar í heilahristingsrannsókninni en ljóst er að miklu betur má ef duga skal. Margir átta sig ekki enn á hversu alvarlegar afleiðingar ítrekaðir heilahristingar geta haft á líf og lífsgæði íþróttamanna," segir María Kristín í samtali við Fréttablaðið.

„Heilahristingur er nákvæmlega það sem felst í orðinu, heilinn hristist til inni í höfuðkúpunni fyrir tilverknað utanaðkomandi krafta. Einkenni heilahristings er til að mynda sjóntruflanir, íþróttamaðurinn er ringlaður, man ekki hvað gerðist. Einungis lítill hluti þeirra sem fá heilahristing missir meðvitund en margir halda að það sé forsenda greiningar heilahristings og svo lengi sem menn missi ekki meðvitund sé allt í lagi. Það er hins vegar rangt. Það er líka mikilvægt að athuga að hægt er að fá heilahristing þó höggið komi á líkamann og ekki beint á höfuðið. Ef höggið á líkamann er nægilega þungt til að slinkur komi á höfuðið getur orðið heilahristingur. Svo þarf líka að hafa í huga að uppsöfnuð högg á líkama og höfuð í gegnum mörg ár geta lagst á vogarskálarnar þó íþróttamaður hafi aldrei greinst formlega með heilahristing.

Rannsóknir sýna að uppsafnaður höggafjöldi hafi leitt til þunglyndis og annarra vandkvæða meðal íþróttamanna í ameríkum fótbolta. Eflaust á þetta við um fleiri íþróttir, en þeir sem spila ameríkan fótbolta hafa verið rannsakaðir meira en aðrir hópar og því vitum við einna mest um þá íþrótt.

Þó að heilahristingur sé flokkaður sem vægur heilaáverki þýðir það ekki að skaðinn verði ávallt varanlegur. Það ber hins vegar alltaf að fara varlega þegar heilahristingur er annars vegar og gefa sér tíma til þess að leyfa heilanum að jafna sig."

### Hefur mismunandi áhrif

„Þau okkar sem stundum hreyfingu okkur til heilsubótar jöfnum okkur alla jafna fljótt af heilahristingi og langflestir ná sér á einni til tveimur vikur. Þetta á við um allan almenning sem ekki hefur fengið heilahristing áður. Keppnisfólk, sem æfir snertiíþrótt af kappi mörgum sinnum í viku og spilar leiki, er í allt annarri áhættu. Af þeim sökum eru íþróttatengdir heilahristingar til sem sérstakt hugtak í fræðunum, sem sérstakur flokkur áverka, og gerðar hafa verið aftur-til-leiks reglur um það hvenær og hvernig eigi að byrja aftur æfingar," segir María.

> Það er ekki aumingjaskapur að hætta eftir að hafa fengið högg á höfuðið og finna fyrir höfuðverk.
>
> María Kristín Jónsdóttir, taugasálfræðingur



„Rannsóknir hafa sýnt að íþróttafólk sem hefur einu sinni fengið heilahristing er í aukinni áhættu á að fá annan heilahristing. En ekki bara að fá annan heilahristing heldur einnig almennt hættu á að slasast eftir að viðkomandi byrjar aftur að spila. Þegar tveir eða fleiri heilahristingar eiga sér stað með stuttu millibili aukast líkur á langvarandi heilahristingseinkennum og erfiðleikum við að ná bata," segir hún.

„Þar að auki er þetta keppnisfólk, sem lætur ekki deigan síga og vill ekki missa úr leik. Þannig gefa íþróttamenn sér oft ekki nægan tíma til að ná bata og leyfa ekki heilanum að jafna sig. Þar með eykst heilahristingsáhættan líka því snertiíþróttir hafa í sér fólgna töluverða áhættu," segir Marta.

„Það þarf að breyta viðhorfum og viðbrögðum en það er auðvitað alltaf erfitt. Heilahristingur er alvöru mál og íþróttamaðurinn er ekki dómbær á það hvort hann eigi að halda áfram leik eða ekki. Aðrir þurfa að grípa þar inn í.

Það er ekki aumingjaskapur að vilja hætta eftir að hafa fengið högg á höfuðið og finna fyrir höfuðverk. Enginn þjálfari fer fram á að íþróttamaður spili með slitið krossband. Sama viðhorf ætti að vera um heilahristing. Það þarf með öðrum orðum að bera virðingu fyrir heilahristingum og mikilvægi þess að jafna sig vel. Þetta á líka við um áhorfendur sem eiga ekki að hvetja íþróttamann að halda áfram eftir höfuðhögg."

### Rannsaka fjölda atvika

„Rannsóknir sýna að það að hafa fengið vægan heilaáverka eins og heilahristing sé áhættuþáttur fyrir minnkaðri heilahreysti og amyloid útfellingum í heila. Þar með eru þess háttar höfuðhögg áhættuþáttur fyrir heilabilun til að mynda Alzheimer sjúkdómi og fleiri sjúkdómum í heila, svo sem Parkinson og geðsjúkdómum. Þetta gildir fyrir alla hópa," segir María um mögulegar afleiðingar þess að fá höfuðhögg.

„Hvað áhættuþætti fyrir heilabilun varðar er aftur á móti margt annað sem getur vegið upp á móti, að minnsta kosti að hluta. Má þar nefna menntun, almenna hreysti, upplag og fleira. En vissulega geta höfuðhögg skipt máli. Það þýðir þó ekki að allir sem fá heilahristing þrói með sér heilabilun á efri árum.

Áverkaheilabilun hefur verið tengd sögu um marga heilahristinga og önnur högg sem hafa þó ekki nægt til að greinast með heilahristing. Áverkaheilabilun einkennist af mjög miklum hegðunarbreytingum, miklum geðrænum vanda, svo og hugrænni skerðingu. Ekki telja þó allir að þennan vanda megi alltaf rekja beint til heilahristinganna og þetta er að sumu leyti mjög umdeilt efni," segir hún.

„Það skal þó sagt að mikilvægt er að leggja áherslu á að allir ættu að hreyfa sig; íþróttir eru ákaflega mikilvæg heilsubót. Það er alltaf meiðslahætta í íþróttum, bæði hjá keppnisfólki og hinum sem hjóla sér til skemmtunar eða eru í bumbubolta. Fólk verður að geta tekið upplýsta ákvörðun og kunna réttu viðbrögðin ef það fær heilahristing og vita hvað getur gerst. Íþróttafélögin verða því að búa til þá umgjörð að íþróttamönnum líði vel með að taka sér hvíld frá æfingum ef þeir fá heilahristing. Það myndi breyta miklu fyrir heilsu íþróttamanna ef allir væru fullkomlega meðvitaðir um hættuna sem fylgir því að harka af sér og spila í gegnum höfuðverkinn eftir heilahristinginn."

„Rannsóknir okkar á heilahristingum meðal íslenskra íþróttamanna sýna töluverða vanþekkingu á því hvað heilahristingur er. Íþróttamenn þurfa meiri þekkingu og reyndar á þetta við um alla sem að íþróttamálum koma.

Nú er því miður ekki vitað hversu margir íþróttamenn fá heilahristing á æfingu eða í leik á ári hverju og það er miður. Við hyggjumst bæta úr því og höfum fengið leyfi Vísindasiðanefndar til að gera rannsókn á þessu á landsvísu, bæði meðal karla og kvenna, og munum hefjast handa fljótlega."

**hjorvaro@frettabladid.is**


# KONUR Í ATVINNULÍFINU

Blaðið er unnið í samtarfi við **FKA - Félag kvenna í atvinnulífinu**.

Blaðið verður gefið út þann **27. janúar** eða sama dag og árleg viðurkenningarhátíð FKA fer fram, þar sem þrjár glæsilegar konur fá sérstakar viðurkenningar fyrir að hafa verið öðrum konum í atvinnulífinu hvatning og fyrirmynd. Daginn eftir munu svo viðtöl við þessar glæsilegu konur birtast í Fréttablaðinu.

Öll fyrirtæki og stofnanir sem eru stolt af því að hafa jafnrétti kynjanna í hávegum stendur til boða að taka þátt í þessu blaði með auglýsingu eða umfjöllun.



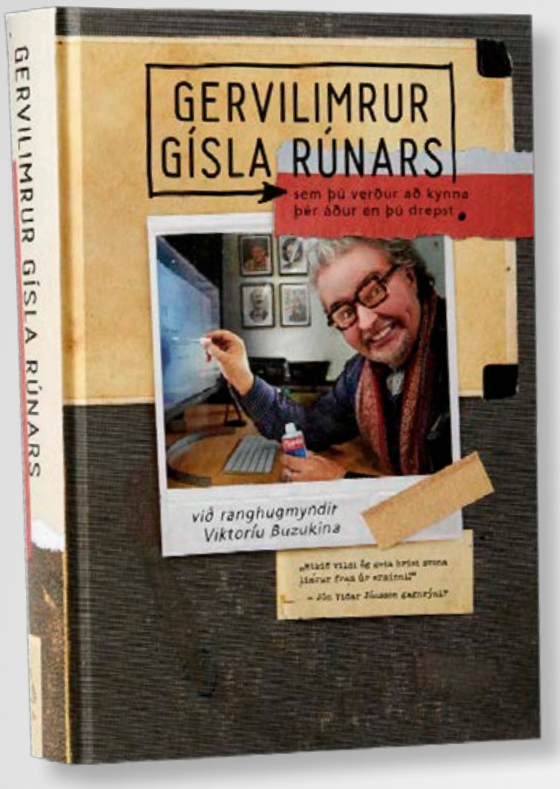
**Nánari upplýsingar um blaðið veitir:**

**Jóhann Waage markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.**
**Sími 550 5656 / johannwaage@frettabladid.is**

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ


vodafone
Hringdu frítt*
til að segja frohe
Weinacthen eða
glædelig jul.
Mörg verðum við fjarri ástvinum um þessi jól. Þess vegna bjóðum við viðskiptavinum okkar með heimasíma og farsíma að hringja til útlanda án endurgjalds* á aðfangadag og jóladag. Við óskum þér gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári og þökkum samfylgdina á árinu sem er að líða.
*Þau lönd sem hægt er að hringja til án endurgjalds:
Andorra, Austurríki, Ástralía, Bandaríkin, Belgía, Stóra Bretland, Danmörk, Finnland, Frakkland, Færeyjar, Holland, Hong Kong, Írland, Ítalía, Kanada, Kína, Kýpur, Lettland, Litháen, Lúxemborg, Noregur, Portúgal, Pólland, Singapúr, Slóvenía, Slóvakía, Spánn, Sviss, Svíþjóð, Taíland, Tékkland, Tævan og Þýskaland.
vodafone.is

# Jólabækurnar í Hagkaup




**Gervilimrur Gísla Rúnars**

**4.799 kr**




**Martröð í Mykinesi**

**5.489 kr**




**Íslandsdætur**

**3.599 kr**




**Grísafjörður**

**3.699 kr**




**Sumac**

**7.199 kr**



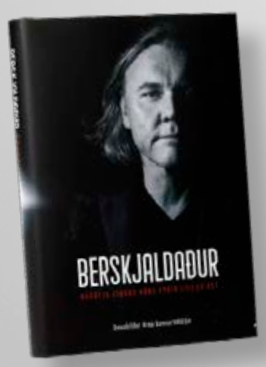

**Fíasól og furðusaga um krakka með kött í maga**

**3.599 kr**




**Vertu þú!**

**2.999 kr**




**Berskjaldaður**

**5.199 kr**




**Uppskriftabók Lillu frænku**

**4.199 kr**




**Gata mæðranna**

**4.999 kr**




**Hetja**

**3.599 kr**



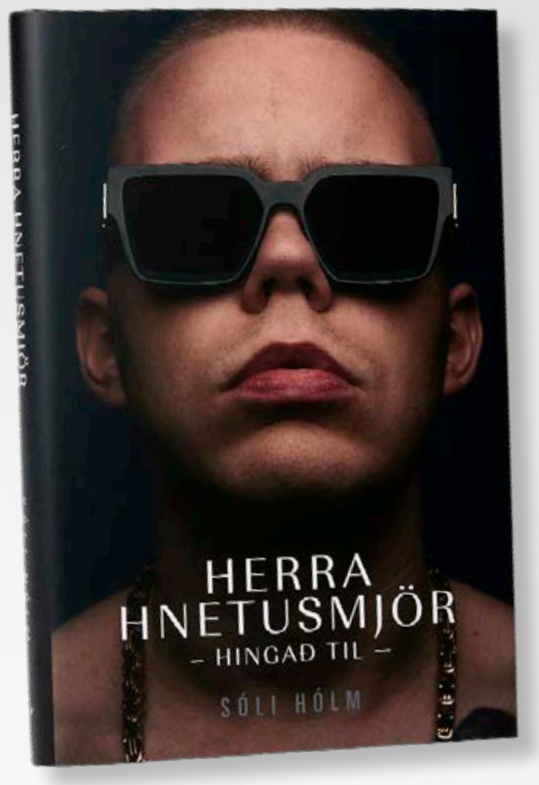

**Lára lærir að lesa / Lára fer í leikhús**

**1.499 kr/stk**

Gildir út 20. desember. Með fyrirvara um prentvillur og myndbrengl. Mesta bókaúrvalið er í Skeifu, Smáralind og Garðabæ. Minna úrval í öðrum verslunum.

**Hagkaup.is**
*heim að dyrum*

**Bækurnar fást í netverslun Hagkaups.**



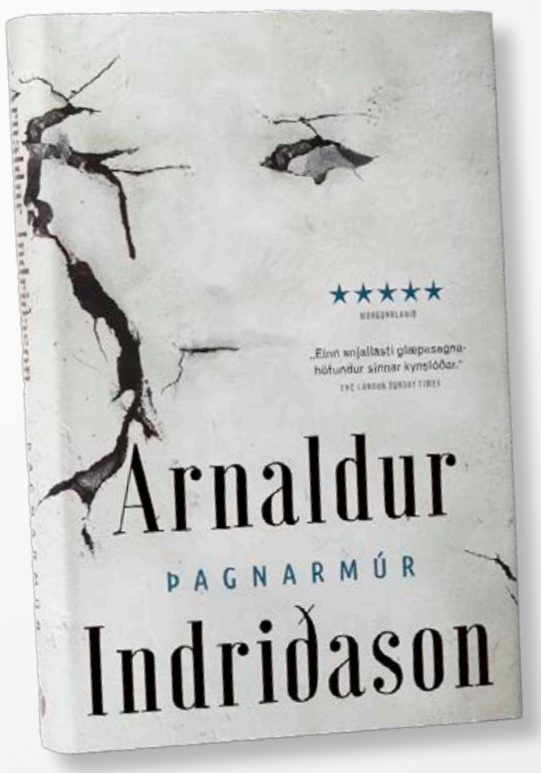

**Herra Hnetusmjör - Hingað til**

**4.699 kr**




**107 Reykjavík**

**4.799 kr**




**Þagnarmúr**

**4.699 kr**



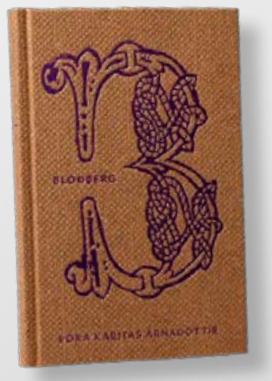

**Þín eigin undirdjúp**

**3.599 kr**




**Prjónað á mig og mína**

**3.999 kr**




**Blóðberg**

**4.999 kr**




**Gullfossinn**

**3.699 kr**




**Aprílsólarkuldi**

**4.399 kr**




**Hingað og ekki lengra**

**3.599 kr**

HAGKAUP
Meira svona alla daga

FRÉTTABLAÐIÐ HELGIN

19. DESEMBER 2020 LAUGARDAGUR

# Færa fjölskyldum sól í hjarta

Jólaævintýri Þorra og Þuru verður sýnt nú um helgina í Tjarnarbíói tvisvar á dag. Sýningin hentar að sögn aðstandenda ungum sem öldnum en í ljósi gildandi takmarkana eru börn beðin að takmarka fjölda fullorðinna með sér.

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is





Sveinn Óskar Ásbjörnsson, Agnes Wild og Sigrún Harðardóttir í hlutverkum sínum í verkinu Jólaævintýri Þorra og Þuru.

Álfarnir Þorri og Þura eru leiknir af þeim Agnesi Wild og Sigrúnu Harðardóttur en þeir urðu til fyrir 13 árum, þegar þær Agnes og Sigrún voru aðeins 17 ára og stefndu báðar á leiklistarnám.

„Við vorum þá fengnar til að skemmta á leikskóla og ákváðum að búa til nýjar persónur sérstaklega fyrir það tilefni. Þannig urðu Þorri og Þura til, og nokkur sönglög urðu líka til þennan sama dag. Svo vatt verkefnið upp á sig, persónurnar þróuðust og fleiri ævintýri urðu til," útskýrir Agnes.

Á tímabili lágu álfarnir aðeins í dvala á meðan Agnes og Sigrún bjuggu erlendis, Agnes fór til London að læra leiklist og Sigrún var í Þýskalandi og Bandaríkjunum í tónlistarnámi. Álfarnir dúkkuðu samt upp af og til og undanfarið hefur verið mikið að gera hjá Þorra og Þuru. Haustið 2018 voru frumsýndir nýir þættir á RÚV sem heita Týndu jólin og í vor verður frumsýnd önnur þáttaröð á RÚV sem mun bera nafnið Þorri og Þura: vinir í raun. Jólaævintýrið í Tjarnarbíói var svo frumsýnt um síðustu jól og seldist þá upp á allar sýningarnar og því stefndu þær stöllur á annað eins nú þessi jólin.

## Semja verkið og tónlistina sjálfar

Agnes og Sigrún ásamt Evu Björgu Harðardóttur sem hannar leikmynd og búninga mynda leikhópinn Miðnætti sem sérhæfir sig í vönduðu leikhúsi og sjónvarpsefni fyrir börn. Meðal verka sem hópurinn hefur unnið að er brúðuleiksýningin Á eigin fótum, sem var tilnefnd til tveggja Grímuverðlauna og hefur ferðast víða um heim, meðal annars til Grænlands, Eistlands og Póllands. Um þessar mundir vinnur hópurinn að nýrri brúðusýningu í samstarfi við Þjóðleikhúsið en sú leiksýning heitir Geim-mér-ei og verður frumsýnd í Þjóðleikhúsinu í janúar.

Þær Agnes og Sigrún leika ekki aðeins álfana heldur er Agnes höfundur verksins og samdi Sigrún alla tónlist sýningarinnar. Leikmynd og búninga hannar svo Eva Björg Harðardóttir og leikstjórn er í höndum Söru Marti Guðmundsdóttur.

Sýningin fjallar um það þegar Þorri og Þura fá afa í heimsókn, en hann biður þau að passa jólakristalinn sem er uppspretta allrar jólagleði í öllum heiminum. En það gengur alls ekki nógu vel hjá þeim og jólakristallinn hættir að lýsa. Þorri og Þura leggja af stað í ævintýraferð til að finna leið til að laga kristalinn og finna jólagleðina í hjartanu. Þau lenda í ýmsum hremmingum, en allt fer þó vel að lokum. Að sögn Agnesar er um að ræða hugljúfa sögu sem minnir okkur á að lítil góðverk geta haft mikil áhrif og kærleikurinn er sterkasta aflið í heiminum.

## Spennt að hitta litlu vini sína

Leikarinn Sveinn Óskar Ásbjörnsson tekur einnig þátt í sýningunni og bregður sér í ólík hlutverk; Afa, búálfsins Huldu, Jólakattarins og Jóla-Sveins.



Agnes Wild, eða Þorri, starfar bæði sem leikkona og leikstjóri, Sigrún, eða, Þura, semur alla tónlist í verkum hópsins en starfar einnig sem fiðluleikari.

Agnes segir það gleðja hópinn mikið að nýjar reglur heimili aftur leikhússýningar en auðvitað sé sóttvarnareglna gætt til hins ítrasta.

„Það er alveg frábært, við vorum eiginlega búin að gera ráð fyrir því að geta ekkert sýnt leikritið þessi jólin, þannig að við erum mjög þakklát fyrir að fá tækifæri til þess. Tjarnarbíó er alveg til fyrirmyndar í öllum sóttvörnum og passar upp á að öllum reglum sé fylgt. Við erum líka svo spennt að hitta alla litlu vini okkar aftur og fá að færa barnafjölskyldum smá jól í hjarta," segir Agnes en til stóð að sýna sýninguna allan desembermánuð svo það er ekki seinna vænna að færa álfana á fjalirnar.

Aðeins mega vera 50 gestir yfir 15 ára aldri á hverri sýningu og því eru tilmæli hópsins að fjölda fullorðinna með hverjum hópi sé haldið í lágmarki.

Reglur um fjarlægðar- og samkomutakmarkanir gilda ekki fyrir börn 15 ára og yngri.



Haustið 2018 voru sýndir á RÚV þættirnir Týndu jólin og í vor verður sýnd ný þáttaröð á RÚV sem mun bera nafnið Þorri og Þura: vinir í raun.

> VIÐ VORUM EIGINLEGA BÚIN AÐ GERA RÁÐ FYRIR ÞVÍ AÐ GETA EKKERT SÝNT LEIKRITIÐ ÞESSI JÓLIN, ÞANNIG AÐ VIÐ ERUM MJÖG ÞAKKLÁT FYRIR AÐ FÁ TÆKIFÆRI TIL ÞESS.

„Þar sem þetta er fjölskyldusýning og hátt hlutfall gesta eru börn verður selt í allar sætaraðir en eitt autt sæti haft milli ótengdra. Æskilegt er að ótengdir fullorðnir einstaklingar hafi því barn yngra en 15 ára á milli sín við val sæta," segir Agnes.

*Hver er stærsta áskorunin við að skemmta börnum?*

„Þau eru svo hreinskilin! Það fer ekki á milli mála hvort þeim líkar leikritið eða ekki, þau láta strax vita. Við erum svo heppin að vera búin að sýna hundruð leikskólasýninga í gegnum árin og þar höfum við komist að þessu, það er mjög dýrmætt, þá getum við haldið áfram að þróa karakterana og sögurnar okkar þannig að börnum þyki þær skemmtilegar og spennandi."

*Hvað er skemmtilegast við að leika fyrir börn?*

„Það er svo skemmtilegt hvað börn leyfa sér að lifa sig inn í leikritið. Þau eru svo miklir þátttakendur í sýningunni bara með nærveru sinni. Þau hika ekki við að syngja með ef þau kunna lögin, hlæja og brosa. Það gefur okkur svo mikið."

*Fyrir hvaða aldur er sýningin helst ætluð?*

„Fyrir stóra sem smáa! En flestir gestirnir okkar eru á aldrinum 2 til 8 ára ásamt fjölskyldum sínum."







# Gleðilega hátíð!
















Við hjá fasteignasölunni Borg óskum landsmönnum öllum gleðilegrar hátíðar. Takk fyrir ánægjuleg viðskipti á árinu sem nú er að líða. Við tökum glöð á móti nýju ári og hlökkum til að takast á við ný og spennandi verkefni.

BORG
FASTEIGNASALA

519 5500 · SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS



Þau Anna Sigga og Óli eiga sér ekki alveg hefðbundna ástarsögu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

# Mín leið til að halda dampi

Í byrjun árs féll snjóflóð á hús **Önnu Sigríðar Sigurðardóttur** þaðan sem dóttur hennar var giftusamlega bjargað og nú undir lok þess hafa hún og barnsfaðir hennar, **Ólafur Stefánsson**, náð aftur saman og smíða saman skartgripi.

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Ástarsaga þeirra Önnu og Óla er ekki eins og margar aðrar ástarsögur. Saman eiga þau tvö börn, auk þess sem Anna átti fyrir dótturina Ölmu, þá sem grófst undir snjóflóðinu sem fór yfir varnargarðinn á Flateyri þann 14. janúar síðastliðinn. En þó að Anna og Óli hafi kynnst fyrir löngu og samband þeirra hafi borið þennan ríkulega ávöxt hafa þau ekki alltaf verið samferða, en eru það sannarlega nú.

Blaðamaður settist niður með þeim Önnu og Óla í Íshúsi Hafnarfjarðar, þar sem Óli rekur gullsmíðaverkstæði og Anna er honum nú innan handar, eftir að hafa þurft að gera hlé á öðrum störfum sínum. Við komum þó að því síðar og byrjum á byrjuninni.

„Ég sá Óla í fyrsta skipti í Verslópartíi en ég var í bekk með vini Óla, þar sáumst við fyrst. Óli og vinur hans mættu í partíið og ég man að ég hugsaði að þetta væru sætir strákar þó að mér þætti Óli aðeins sætari. Á mánudeginum hringdi svo hinn vinurinn í mig og á endanum vorum við par í svona tæpt ár," segir Anna og hlær að upprifjuninni.

### Ástarfundur á Kaffibarnum

Þó nokkrum árum síðar, eða þegar þau voru í kringum þrítugt og Anna orðin móðir, hitti hún Óla á Kaffibarnum. „Hann var að koma af árshátíð veiðifélags síns og ástandið eftir því þegar við hittumst klukkan fimm um morguninn," segir hún. En augljóslega fór vel á með þeim og þetta kvöld var grunnurinn lagður. Anna, sem sjálf lýsir sér sem fiðrildinu í sambandinu var þó á leið í mastersnám til Sevilla á Spáni og sá því ekki fyrir sér að nokkuð yrði úr sambandi við veiðimanninn af Kaffibarnum.

„Ég dvaldi á Spáni í eitt ár með Ölmu sem þá var þriggja ára og Óli kom í eina heimsókn til okkar," segir hún og Óli bætir við: „Við töluðum saman nokkrum sinnum í viku og ég var alltaf að vona að það yrði eitthvað úr þessu."

Ári síðar flutti Anna heim og þau Óli náðu aftur saman, eftir tveggja mánaða samband flosnaði þó upp úr en stuttu eftir sambandsslitin áttaði Anna sig á að hún væri með barni. „Það var auðvitað leiðinlegt að vera ekki saman frá degi eitt," segir Óli og talar um að vinirnir hafi byrjað í barneignum á svipuðum tíma og hann hafi fundið fyrir svolitlum vanmætti yfir að vera ekki í betri stöðu.

Óli fór í annað samband á þessum tíma sem entist í um þrjú ár. Það gerði Anna líka en þegar slitnaði upp úr báðum samböndum náðu þau strax saman aftur.

„Einhverjum mánuðum síðar flutti Óli svo inn til okkar barnanna."

### „Shining" fílingur á Ströndum

Það hafði lengi blundað í Önnu að flytja út á land en hún starfaði sem menntaskólakennari og langaði að breyta til. „Þegar ég svo sá auglýst eftir kennara í Trékyllisvík sendi ég Óla skilaboð í vinnuna," útskýrir Anna.

„Þú spurðir hvort ég væri til í að fara í smá Shining-fíling með þér í Finnbogastaðaskóla á Ströndum þar sem síðasta galdrabrennan var. Ég las þetta upphátt fyrir strákana í vinnunni og man að þeir spurðu hvort hún væri ekki örugglega að grínast, ég var aftur á móti ekki viss."

Óli áttaði sig þegar hann kom heim að ekki var um grín að ræða, Anna sótti um og fékk starfið.

> VEGURINN VAR LOKAÐUR OG LÆKNIRINN SAGÐIST EKKI GETA TEKIÐ NEINA ÁHÆTTU OG ÞVÍ VAR SEND SJÚKRAFLUGVÉL EFTIR MÉR Á GJÖGUR.
>
> Anna

Í Trékyllisvík tók Anna við fimm nemenda bekk og var Alma, dóttir hennar, einn þeirra. „Sonur okkar var þá þriggja ára svo ég sinnti honum auk þess að kenna leikfimi og smíði við skólann," segir Óli sem gat jafnframt sinnt gullsmíðinni.

Þau eru sammála um að lífið á Ströndum hafi átt vel við þau. „Búðin var opin þrisvar í viku og það var það eina sem maður gat mögulega stressað sig yfir, að missa af búðinni. Svo var frystikistan og stórt búr fullt af mat og þaðan valdi maður hvað yrði eldað." Óli er áhugasamur veiðimaður og gat sótt bæði fisk og villibráð í matinn. „Að því leyti var þetta bara íslenski draumurinn," segir hann.

Tveimur dögum áður en fjölskyldan flutti á Strandir komst Anna að því að von væri á þriðja barninu.

„Það setti ákveðið strik í reikninginn enda ekki á planinu. En við ákváðum þó að halda okkar striki eftir að hafa rætt málið við skólastjórann," segir Anna, en viðurkennir að fólki í kringum þau hafi fundist ákvörðunin um að flytja svo afskekkt í þeim aðstæðum, undarleg.



Mæðgurnar Anna og Alma á Holtsströnd í Önundarfirði á fögrum júnídegi.

Fjölskyldan bjó í íbúð í skólahúsnæðinu og voru Óli og Anna einu starfsmennirnir utan skólastjórans og matráðs.

### Mætti í vinnuna á sokkunum

„Þetta var ótrúlega kósí og ég hef aldrei áður verið í vinnu þar sem ég get mætt á sokkunum, út um einar dyr og inn um aðrar. Heimamenn eru líka elskulegir og allir vilja allt hver fyrir annan gera," segir Anna og þau eru sammála um að hafa ekki fundið fyrir einangrun, en þau hafi þurft að venjast rokinu enda húsið staðsett við sjóinn og þau varla sofið fyrir veðurlátum fyrstu næturnar.

Anna var sett í apríl en í mars var Óli í burtu og hún ein með börnin tvö þegar hún fór að finna fyrir miklum verkjum.

„Vegurinn var lokaður og læknirinn sagðist ekki geta tekið neina áhættu og því var send sjúkraflugvél eftir mér á Gjögur. Svo um leið og ég settist inn í flugvélina duttu hríðarnar niður," segir Anna og hlær en barnið kom ekki fyrr en sex vikum síðar, tveimur vikum eftir settan dag, þegar það var sótt.

Fjölskyldan fór aftur á Strandir eftir fæðinguna þar sem þau létu skíra nýfædda dóttur sína og kláruðu skólaárið en fluttu svo aftur í bæinn. „Ég gat ekki alveg hugsað mér að vera áfram með smábarn," segir Anna.

### Skildu í annað sinn

Fjölskyldan flutti þá í Hafnarfjörðinn þar sem þau bjuggu öll saman í eitt ár, eða þar til Anna og Óli skildu í annað sinn. Óli flutti í Laugardalinn þar sem hann byggði upp veitingastaðinn Kaffi Laugalæk ásamt

**ÞEGAR ÉG SÁ HÚSIÐ SEM STENDUR UM TVEIMUR METRUM FRÁ SNJÓFLÓÐAVARNARGARÐINUM STÓÐ MÉR EKKI Á SAMA.**

Óli

vini sínum og var við það að kaupa hlut í staðnum þegar hann heyrði af því að Anna fyrirhugaði að flytja á Flateyri ásamt börnunum þremur.

„Það var mikið sjokk, enda minna vesen að skreppa til Köben heldur en þangað," segir Óli sem var hálfpartinn á hliðinni vegna fréttanna, þar til hann áttaði sig á því að hann gæti bara flutt vestur líka. Hann flutti á Ísafjörð þar sem hann opnaði gullsmíðaverkstæði og börnin gátu þá farið á milli og dvalið þannig hjá báðum foreldrum. Óli er gamall skíðamaður sem tók fjallaskíðin fram og naut sín vel fyrir vestan þar sem stutt er í fjöllin.

Ævintýraþráin hafði enn einu sinni dregið Önnu af stað og hún réði sig sem kennslustjóra við Lýðskólann á Flateyri og leigði hús í efri byggðum þorpsins þar sem hún bjó með börnunum þremur.

„Ég þekkti aðeins til á Flateyri og hafði heimsótt þorpið sem krakki. Þarna vorum við að undirbúa opnun skólans og það var ótrúlega spennandi verkefni." Anna segir vel hafa verið tekið á móti fjölskyldunni og að þeim hafi liðið mjög vel.

„Svo er þetta einn fallegasti staður landsins, Önundarfjörðurinn er einstakur og það er varla hægt að ímynda sér betri stað til útivistar," segir Óli sem ber Ísafirði einnig einstaklega vel söguna, þangað sem hann er enn með sterka tengingu og rekur þar enn verslun.

**Leist ekki á staðsetningu hússins**

Anna leigði eins og fyrr segir hús fyrir sig og börnin í efri byggð Flateyrar og segir Óli að sér hafi ekki alveg litist á staðsetninguna.

„Þegar ég sá húsið sem stendur um tveimur metrum frá snjóflóðavarnargarðinum stóð mér ekki á sama. Bróðir minn hafði 19 ára gamall farið sem björgunarsveitarmaður í flóðið sem skall á byggðina 1995 og sú reynsla sat svo í honum að hann hætti sem björgunarsveitarmaður. Maður gat ekki annað en hugsað út í þetta en bægði þeim hugsunum svo frá sér og sagði sjálfum sér að treysta garðinum," útskýrir Óli.

Anna bendir jafnframt á að fyrri veturinn sem hún bjó fyrir vestan hafi lítið snjóað og allar snjóflóðaáhyggjur verið víðs fjarri. „Skíðasvæðið var þá bara opið tvær helgar svo manni fannst maður hálfsvikinn," segir Anna og Óli bætir við að líklega hafi of margir skíðamenn lagst á bæn því síðasti vetur var einn sá snjóþyngsti í manna minnum.

**Snjóaði stanslaust**

En að örlagaríka deginum 14. janúar síðastliðnum. Snjó hafði kyngt niður í fleiri daga og ófært var á milli Flateyrar og Ísafjarðar. Siggi, sonur þeirra Önnu og Óla, hafði dvalist hjá pabba sínum í tíu daga þar til hann fékk far með snjótroðara yfir svo hann var nýkominn til Flateyrar þegar snjóflóðið féll á heimili þeirra.

„Þetta var rosalegasta veður sem maður getur ímyndað sér, snjóaði stanslaust og var mjög hvasst. Mér var farið að líða hálfilla enda veðrið búið að standa yfir lengi og maður sá ekkert út. Það var alltaf óvissustig enda komst enginn til að mæla snjóalög vegna veðurs, en hefði verið lýst yfir hættustigi hefði ég fært okkur neðar í byggðina."

Anna segist hafa verið svolítið óróleg þegar börnin voru að fara að sofa þetta kvöld. „Dóttir okkar var nýbúin að taka upp á því að vilja sofa ber að ofan eins og pabbi hennar og bróðir og ég man að ég hugsaði að það væri kannski ekki rosalega sniðugt ef við þyrftum að hlaupa út mjög skyndilega."

Annað sem var svolítið sérstakt að mati Önnu er að eftir að hafa gengið fram hjá herbergi Ölmu hafi hún bakkað og farið inn til hennar. „Ég kyssti hana þá og bauð henni góða nótt sem ég geri ekkert alltaf við fimmtán ára unglinginn."

**Fylltist á nokkrum sekúndum**

Eftir það gekk Anna inn í eldhús, sá að Helena vinkona hennar og skólastjóri Lýðskólans hafði hringt og reyndi að hringja til baka án árangurs.

„Ég fer svo inn í stofu og hún hringir til baka og segir mér að snjóflóð hafi fallið á höfnina, rétt í þeim töluðu orðum fellur snjóflóð á húsið mitt."

Flóðið gekk inn í húsið sitt hvorum megin við Önnu sem stóð við gluggalausan vegg. „Þetta gerist svo ótrúlega hratt, húsið bara fyllist af snjó á nokkrum sekúndum og rúður sprungu vegna hljóðbylgjunnar," útskýrir Anna.

„Ég segi ítrekað við Helenu sem enn er í símanum að það hafi fallið snjóflóð á húsið mitt en hún náði þessu hreinlega ekki. Ég sé strax



**Félagar í björgunarsveitinni Sæbjörgu, Flateyri, sem komu að björgun Ölmu ásamt Ölmu sjálfri og Bjarnheiði hjúkrunarfræðingi sem hlúði að henni þegar hún fannst. Hús fjölskyldunnar í bakgrunni.** MYND/EYÞÓR JÓVINSSON


# OPNUNARTÍMAR
## UM HÁTÍÐIRNAR

Vínbúðirnar á höfuðborgarsvæðinu, Akureyri, Reykjanesbæ og Selfossi

| | |
|---|---|
| Laugardagur 19. desember | 11.00 - 18.00 |
| Sunnudagur 20. desember | Lokað |
| Mánudagur 21. desember<br>*Skeifan, Dalvegur og Skútuvogur* | 11.00 - 18.00<br>10.00 - 20.00 |
| **Þriðjudagur 22. desember** | **10.00 - 20.00** |
| **Miðvikud. 23. des. – Þorláksmessa** | **10.00 - 22.00** |
| **Fimmtud. 24. des. – aðfangadagur** | **9.00 - 13.00** |
| Föstudagur 25. des. – jóladagur | Lokað |
| Laugardagur 26. des. – annar í jólum | Lokað |
| Sunnudagur 27. desember | Lokað |
| Mánudagur 28. desember<br>*Skeifan, Dalvegur og Skútuvogur* | 11.00 - 18.00<br>10.00 - 20.00 |
| Þriðjudagur 29. desember<br>*Skeifan, Dalvegur og Skútuvogur* | 11.00 - 18.00<br>10.00 - 20.00 |
| **Miðvikudagur 30. desember** | **10.00 - 20.00** |
| **Fimmtud. 31. des. – gamlársdagur** | **9.00 - 14.00** |
| Föstudagur 1. janúar – nýársdagur | Lokað |
| Laugardagur 2. janúar | 11.00 - 18.00 |

Nánari upplýsingar um opnunartíma er að finna á **vinbudin.is**

MUNUM EFTIR GRÍMUNUM

VÍNBÚÐIN

Við minnum á að áfengiskaupaaldurinn á Íslandi er 20 ár og biðjum fólk að hafa skilríki meðferðis.

ENNEMM / SÍA / NM85276



Hús Önnu og barnanna á Flateyri illa farið eftir flóðið sem fór í gegnum það á tveimur stöðum. MYND/ÖNUNDUR PÁLSSON



Alma gáir til veðurs þegar kom til rýmingar í efri hluta þorpsins í kjölfar snjóflóðahættu í mars, en fjölskyldan var þá flutt neðar á eyrina. MYND/AÐSEND

að snjórinn er sirka 10 til 20 sentimetrum frá loftinu báðum megin við mig og að herbergið hennar Ölmu er fullt af snjó. Útidyrahurðin var farin og forstofan full.

Ég átta mig strax á að ég geti ekki grafið Ölmu út með höndunum svo ég klifra yfir skaflinn og sé þá að það er lítill snjór inni hjá hinum börnunum og heyri í þeim. Yngri dóttirin sat þar stjörf í rúmi sínu þangað sem snjórinn hafði náð og var í miklu sjokki.“

Anna heyrði svo síðar að Siggi, níu ára sonur þeirra, var þá þegar búinn að láta Neyðarlínuna vita. „Hann var fyrstur til að láta vita að flóð hefði fallið á efri byggðina en allir voru þá með hugann við flóðið sem rétt áður hafði fallið á höfnina.“

**Hélt fast í vonina**

Anna sendi Sigga út um gluggann, á sokkunum, yfir til nágrannakonu og í sömu andrá sér hún fyrsta björgunarmanninn koma að húsinu.

„Hann hafði verið klár í að fara niður að höfn. Hver mínúta skiptir máli í svona aðstæðum og það bjargaði Ölmu alveg örugglega að björgunarsveitarmennirnir voru tilbúnir í göllunum á leið í hitt flóðið og komu því innan nokkurra mínútna,“ segir Anna og bætir við að hún fái seint fullþakkað björgunarsveitinni Sæbjörgu á Flateyri sem bjargaði lífi dóttur hennar.

Önnu og börnunum tveimur var komið fyrir í bíl í götunni þar sem þau biðu í um hálftíma, fjörutíu mínútur. „Ég hringdi strax í Óla og í pabba hennar Ölmu sem bjó fyrir sunnan.“

Anna hélt ró sinni allan tímann á meðan hún fékk reglulega fréttir af því að ekki hefði enn náðst að finna dóttur hennar. „Þegar aðstæður verða svona alvarlegar kemur yfir mig ró en oft kemur sjokkið svo seinna meir. Ég var líka með svo mikla sannfæringu um að henni yrði bjargað. Það fór ýmislegt í gegnum hugann á þeim tíma sem leið, en ég hélt fast í vonina.“

Óli beið á Ísafirði og átti erfiðara með að halda rónni. „Ég veit alveg hversu hratt líkurnar á að þú lifir af ofan í flóði hrapa og þetta stóð virkilega tæpt. Ég var í raun orðinn viss um að hún væri dáin.“

**Fjögurra tíma sigling til Ísafjarðar**

Um leið og Alma fannst fékk Anna fréttirnar en á þeim tímapunkti var þó ekkert vitað um ástand hennar. Anna segir tilfinninguna þegar hún svo fékk fréttirnar um að dóttir hennar væri á lífi hafa verið ólýsanlega.

„Þá var farið með hana til aðhlynningar í íþróttahúsinu og við sigldum svo með varðskipinu yfir til Ísafjarðar í versta sjóveðri sem ég get ímyndað mér. Ölmu voru gefin róandi lyf og komið í hana hita en ég og læknirinn lágum á gólfinu og

> VIÐ VORUM FLUTT Á MIKIÐ ÖRUGGARI STAÐ NIÐRI Á EYRINNI EN ÉG VARÐ ÓRÓLEG OG FÓR AÐ HUGSA UM HVAR FLÓÐIÐ GÆTI FARIÐ YFIR GARÐANA, HVERJIR VÆRU Í HÆTTU OG SVO FRAMVEGIS.
>
> Anna

ældum til skiptis í þá fjóra tíma sem það tók að sigla þessa stuttu leið. Við vörðum svo nóttinni á sjúkrahúsinu á Ísafirði.“

Anna fór aftur með börnin til Flateyrar þremur dögum eftir flóðið. „Pabbi Ölmu bauð henni að koma suður til hans en við vildum vera áfram og hún klára grunnskólann.“

Anna segir rústabjörgunarsveitina hafa unnið magnað starf og nánast hver einasti litli hlutur fundist. „Þessu var svo öllu raðað á pallettur í frystihúsinu auk þess sem konur um allt þorp voru að þvo af okkur föt og þurrka skó. En þetta eru bara hlutir, eftir svona upplifun er manni sama um þá. Við fundum ótrúlegan samhug og það var magnað að finna andrúmsloftið í þessu þorpi þar sem margir hafa misst nákomna í snjóflóði.“

**Krassaði alveg**

Þær mæðgur vöktu athygli fyrir yfirvegun og æðruleysi í fjölmiðlum eftir áfallið en Anna segir að afleiðingarnar hafi komið síðar í hennar tilfelli.

Í mars, þegar veður fór aftur versnandi, kom bakslag. „Við vorum flutt á mikið öruggari stað niðri á Eyrinni en ég varð óróleg og fór að hugsa um hvar flóðið gæti farið yfir garðana, hverjir væru í hættu og svo framvegis.“

Anna segir dótturina hafa jafnað sig fljótt, þó að vel hafi verið fylgst með líðan hennar og hún sagt: „Mamma, ég held að þetta hafi haft mikið meiri áhrif á þig en mig.“ Hún er ótrúlega jarðbundin týpa eins og pabbi hennar. Sem kom sér vel í þessum aðstæðum.“

Viku eftir flóðið var Anna mætt til vinnu og segir allt hafa gengið ágætlega framan af. „En eftir vonda veðrið í mars varð allt erfiðara. Ég þoldi illa álag í vinnunni og smám saman fann ég að ég var ekki að ráða við aðstæður svo ég minnkaði starfshlutfallið eftir að hafa ráðfært mig við áfallasálfræðing.



Anna Sigga er sambýlismanninum og gullsmiðnum Óla innan handar á verkstæði hans í Íshúsi Hafnarfjarðar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Í lok maí krassaði ég svo alveg. Ég kom heim úr vinnu einn daginn og brotnaði niður og gat ekki hætt að gráta.“

**Ekki meðvitað að flýja hugsanir**

Í framhaldi var tekin ákvörðun um að Anna færi í orlof, sem enn stendur yfir.

„Ég átti að vera heima og æfa mig í að gera ekki neitt, bara leggja mig, fara í göngutúr og horfa á sjónvarpið,“ segir Anna sem þurfti að endurbyggja þanið taugakerfið.

„Ég áttaði mig þá á að ég hafði í raun aldrei slakað á síðan þetta gerðist. Ég var ekki meðvitað að flýja einhverjar hugsanir en þetta var mín leið til að halda dampi.“

Orlofið átti upphaflega að standa fram á haust en að ráði sérfræðings var það framlengt til áramóta. „Ég er fegin að hún tók fram fyrir hendurnar á mér enda er maður sjálfur ekkert endilega bestur til að meta eigið ástand.“

**Erfitt að vera áfram**

Forsendur breyttust eðlilega þegar ákveðið var að Anna hyrfi ekki aftur til starfa um haustið.

„Mér fannst erfið tilhugsun að vera á Flateyri, horfa á skólann byrja og vera sjálf ekkert að gera og ákvað því að flytja í bæinn. Mér fannst líka erfitt að leggja það á alla að vera þarna annan vetur. Á pabba sem er í bænum og krakkana, sérstaklega yngstu dóttur okkar sem var mjög skelkuð eftir veturinn, mátti ekki heyra vindhviður og var alltaf úti í glugga að líta til veðurs,“ útskýrir Anna og Óli rifjar upp þegar hún dvaldi hjá honum á Ísafirði þar sem hann leigði kjallaraíbúð og hún dró upp gardínuna og sá bara snjó: „Hún hreinlega hvítnaði í framan. Þetta hafði mest áhrif á hana.“

**Náðu saman á ný**

Anna segist þó strax hafa fengið samviskubit yfir að flytja aftur í bæinn enda hafði Óli elt fjölskylduna vestur og komið sér vel fyrir.

„Hann studdi mig þó í þessari ákvörðun og á endanum flutti hann líka suður. Við vorum líka aðeins farin að stinga saman nefjum seinnipart sumars,“ segir Anna og Óli bætir við að hann hafi viljað fara varlega í það enda búið að reyna á sambandið áður. „Ég var ákveðinn í því að ef við myndum taka saman aftur yrðu línur að vera skýrar. En það var eitthvað breytt og við náðum vel saman.“

Anna hefur undanfarna mánuði einbeitt sér að sjálfsvinnu og meðal annars sótt námskeið á vegum Virk. Eins hefur hún staðið við hlið Óla á gullsmíðaverkstæði hans í Íshúsinu í Hafnarfirði og er ekki annað að sjá en að parið sé einkar samstíga í lífi og leik.

RAM

# ÍSBAND UMBOÐSAÐILI RAM Á ÍSLANDI

# RAM 3500

**VERÐ FRÁ 7.547.906 KR. ÁN VSK.**
**9.359.403 KR. M/VSK.**

**EIGUM TIL FLESTAR GERÐIR TIL AFGREIÐSLU STRAX!**

**ÖFLUG 6,7 LÍTRA CUMMINS DÍSELVÉL, 370/400* HESTÖFL OG *AISIN SJÁLFSKIPTING. RAM 3500 ER MEÐ MESTA INNRARÝMIÐ (MEGA CAB) Í SÍNUM FLOKKI.**

**ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI ÍSBAND, SMIÐSHÖFÐA 5, SÉRHÆFIR SIG Í BREYTINGUM Á RAM PALLBIFREIÐUM.**

## BJÓÐUM UPP Á 37” - 40” BREYTINGARPAKKA



**RAM 3500**
LIMITED MEGA CAB



**RAM 3500**
37” BREYTTUR



**RAM 3500**
40” BREYTTUR

**EVRÓPUÁBYRGÐ:** BÍLAR SEM EKKI ERU FLUTTIR INN AF UMBOÐI FRÁ USA OG KANADA ERU EKKI Í ÁBYRGÐ FRAMLEIÐANDA. VERKSMIÐJUÁBYRGÐ TRYGGIR AÐ ALLAR INNKALLANIR OG UPPFÆRSLUR SEM KUNNA AÐ BERAST Á LÍFTÍMA BÍLSINS ERU TILKYNNTAR EIGANDA SEM FRAMLENGD ÁBYRGÐ OG FRAMKVÆMDAR EIGANDA AÐ KOSTNAÐARLAUSU.

BÍLL Á MYND RAM 3500 LARAMIE SPORT MEGACAB MEÐ 35” BREYTINGU

ISBAND

UMBOÐSAÐILI JEEP® OG RAM TRUCKS Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16



Edda Björg Eyjólfsdóttir leikkona er einstakur fagurkeri og þegar við báðum hana að vera svolítið snemma í að dekka upp jólaborðið lét hún lítinn draum rætast. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

# Royal jóladraumur í Skerjafirði

**Edda Björg Eyjólfsdóttir** leikkona er mikill fagurkeri og fór alla leið þegar við báðum hana að dekka upp jólaborðið heima fyrir lesendur Fréttablaðsins og er ekki laust við að manni finnist maður kominn til Köben.

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Edda segist hafa gaman af jólahefðum en eftir að hafa haldið jólin síðast erlendis hafi komið í ljós að þó þær væru ljúfar og góðar væru þær kannski ekki ómissandi.

„Ein jólahefðin sem ég elska er að syngja á aðfangadag með Augnablikskórnum uppi á Landspítala, en því miður er það ekki hægt í ár út af dotlu," segir Edda í léttum tón. „Síðan förum við alltaf á Þorláksmessu til vina í smá boð þar sem maður fær heita lifrarkæfu og ýmislegt annað góðgæti áður en maður klárar það síðasta sem þarf að gera."

Fjölskyldan hefur jafnframt farið í messu á jóladag eða miðnæturmessu. „Það þykir mér alltaf svo hátíðlegt, ég fór oft með ömmu í miðnæturmessuna, við fórum bara tvær og það var dásamlegt. Einnig förum við með kerti í kirkjugarðinn til allra englanna okkar. Svo verður maður að horfa á Fawlty Towers, Christmas Vacation, Fanny og Alexander og allar sígildu jólamyndirnar."

Edda byrjar snemma að skreyta heimilið en stjörnur og ljós í gluggana fara yfirleitt upp í nóvember. „Ég skreyti svo aðventukrans fyrir fyrsta sunnudaginn, svo er þetta svona smátt og smátt að detta inn. Ég fæ mér greinar og amaryllis í vasa, set nokkrar jólakúlur í skál, og stilli upp englinum frá ömmu Lóló, kveiki mikið á kertum og set smá púrt í jólakaröfluna."



Elsta mynstrið heitir Musselmalet, síðan eru önnur sem eru inspíreruð eða stækkað brot úr þessu gamla mynstri. Eddu finnst gaman að blanda þessu saman og notaði mikið Element og Mega Mussel með því elsta, Musselmalet. Holmegaard freyðivínsglösin frá Líf og list sóma sér vel með stellinu.



Edda Björg segir það hafa verið svolítið yfirþyrmandi að velja saman í Royal Copenhagen stellið enda sé það allt svo fallegt. Hún hafi þó fengið frábæra aðstoð við samsetninguna hjá sérfræðingunum hjá Líf og list og loks valið að blanda saman öllu því bláa. Útkoman er auðvitað einkar glæsileg.

**ÞAÐ ÞYKIR MÉR ALLTAF SVO HÁTÍÐLEGT, ÉG FÓR OFT MEÐ ÖMMU Í MIÐNÆTURMESSUNA, VIÐ FÓRUM BARA TVÆR OG ÞAÐ VAR DÁSAMLEGT.**

### Jólanótt og jóladagur

Fjölskyldan byrjaði enn fyrr en vanalega að gera notalegt fyrir jólin vegna aðstæðna og er stefnan að búa til litla jólakúlu með nánustu. „Við ætlum að eiga mikið af mat og hafa það náðugt saman. Spila, lesa bækur, horfa á góðar myndir, kúra, fara í göngutúra og líka bara gera ekkert nema bara vera glöð og kát og allir saman. Jólin eru alltaf hlý og góð alveg sama hvað gengur á, jólanótt og jóladagur eru alveg uppáhaldsstundirnar, það er svo mikil værð, svo góð orka sem líður um mann.

Líka nýársdagur, þá er allt svo brakandi ferskt og hressandi. ➔

# FRÍSKANDI BRAGÐ!




WRIGLEY'S Extra®

**TYGGÐU EXTRA EFTIR HVERJA MÁLTÍÐ UM JÓLIN**

Tannlæknafélag Íslands mælir með notkun xylitols sem aðalsætuefnis í tyggigúmmii

Þá förum við eldsnemma út í göngutúr og svo er ég fljót að skipta öllu rauðu út fyrir hvítt, hvítan amaryllis og hvíta túlípana, það er frekar fyndið, en ég verð að gera þetta," segir Edda og hlær.

Aðspurð um bestu jólaminninguna segir Edda það helst snúast um minningarbrot. „Þessi mikla tilhlökkun og bið og undirbúningur jólanna, gera kertaskeytingar á tréplatta með ömmu, síðan máttum við ekki kveikja á þeim því að afi var mjög eldhræddur. Svo var það baksturinn með ömmu og að borða allar þessar 17 sortir og auðvitað stelast í kökuboxið. Hamborgarhryggur með ananas, blanda malti og appelsíni í jólakönnuna en það var mitt verkefni.

Svo þegar maður sjálfur er kominn með fjölskyldu vill maður endurskapa fyrir sín börn hlýjar og góðar minningar frá jólunum."

Edda er gift Stefáni Má Magnússyni tónlistarmanni og segir hún fyrstu jólin þeirra saman vera eftirminnileg. „Við vorum þá saman í litlu íbúðinni hans og fengum fallegt og stórt tré á afslætti því að toppurinn var brotinn af, sem okkur fannst ekkert mál. Svo þegar netið var klippt af fyllti það gjörsamlega út í stofuna svo við þurftum að skáskjóta okkur til að komast inn í svefnherbergið, það var fyndið," rifjar Edda upp hlæjandi og bendir á að atriðið hafi minnt á svipað atriði úr kvikmyndinni Christmas Vacation.

**ÉG VARÐ ALVEG HUGFANGIN OG BYRJAÐI ÞAR OG ÞÁ AÐ SAFNA STELLINU. SVO NÚNA ÞEGAR ENGINN KEMST LÖND NÉ STRÖND HUGSAÐI ÉG HVORT ÉG GÆTI EKKI SKAPAÐ ÞESSA GÓÐU STEMNINGU SJÁLF, FÆRT HANA HINGAÐ HEIM.**

### Varð hugfangin í Köben

Við báðum Eddu að dekka upp jólaborð fyrir lesendur og ákvað hún að nýta tækifærið og láta lítinn jóladraum sinn rætast.

„Við fórum eitt sinn til Köben á aðventunni og borðuðum á svo geggjuðum stað, Sankt Annae. Þar var allt borið fram á hinu fallega Royal Copenhagen stelli. Ég varð alveg hugfangin og byrjaði þar og þá að safna stellinu. Svo núna þegar enginn kemst lönd né strönd hugsaði ég hvort ég gæti ekki skapað þessa góðu stemmingu sjálf, fært hana hingað heim."

Edda hafði samband við Líf og list í Smáralindinni og fékk aðstoð þar enda ekki búin að safna öllu stellinu. „Ég fékk þá að leika mér með þetta æðislega stell," segir Edda en sjón er sögu ríkari. „Það var gaman að dekka þetta borð, grenið og hýasinturnar gera þetta svo jólalegt, svo skreytti ég tauservétturnar með snæri og rósmaríni, þegar allt var komið var borðið ekki bara fallegt heldur ilmaði það undursamlega. Þetta varð einn allsherjar Royal draumur."



Silfurhnífapörin fengu hjónin í brúðkaupsgjöf frá vinum og skreytti Edda hnífapörin og tauservétturnar með snæri og rósmaríni.



Edda heldur mikið upp á Holmegaard jólakaröfluna sem framleidd er árlega og fæst einnig í Líf og list.



Tréð skreyttu mædgurnar með mikið af hvítu skrauti sem Edda hefur safnað í gegnum tíðina en ballerínuna fékk hún frá Bryndísi vinkonu sinni.





Silfurkönnuna fékk Edda frá ömmu sinni og smellpassar hún með stellinu.

Edda skreytir meðal annars með því að setja litríkar jólakúlur í skál.





Fjölskyldan kaupir alltaf jólatré hjá Gróðrarstöðinni Þöll. „Þangað er æðislegt að koma og höfum við farið síðastliðin 15 ár, keypt jólatré og fengið heitt súkkulaði og smákökur, stemningin þar er yndisleg," segir Edda.



Gamli engillinn frá ömmu Lóló. „Í honum er spiladós sem spilar Heims um ból, allir þessir fallegu hlutir sem geyma góðar minningar, oft er þetta ekki ýkja merkilegt skraut en það er búið að fylgja manni lengi og þannig verður það táknrænt fyrir ást og kærleika."



Edda notaði gömlu jólaplattana líka með og kom það vel út. „Ég á svo góðar frænkur sem komu og gáfu okkur Stebba sitt hvorn frá fæðingarárunum okkar."

Stjörnurnar fallegu fara snemma upp,

# GRÆJAÐU
# ALLT FYRIR
# JÓLIN HJÁ OKKUR!

– Lítið stress og rúmur afgreiðslutími –



29% afsláttur
aðeins **1.845** kr/kg

**Hangiframpartur**
Kjötsel - úrbeinaður



50% afsláttur
aðeins **1.030** kr/kg

**Hamborgarhryggur**
Kjötsel




aðeins **799** kr/pk

**Coca Cola**
4×2 ltr - 3 tegundir




40% afsláttur
aðeins **995** kr/pk

**Okkar laufabrauð**
8 stk/pk

## ÞÚ FÆRÐ JÓLATRÉÐ Í ENGIHJALLA

ALLAR STÆRÐIR
**3.890**
KR/STK




## SPILAVIKA
FULLT AF FRÁBÆRUM SPILUM Á GÓÐUM AFSLÆTTI







**Iceland**

# Jóla útsala



## 20-50% afsláttur

Allar jólavörur, seríur, jólaljós og jólaskraut




## Jólagjafahugmyndir

Skoðaðu jólablaðið á **husa.is**

enox enjoy life
Þýskt gæðamerki




**99.990kr**

**Sjónvarp 4K**
CL65S-4K
ENOX Clarity Line 65" snjall-sjónvarp, ný 2021 lína. Metalic Black rammi, frábær mynd, sérstaklega aðlagað NETFLIX.
**1860800**



20%
DOMO
**19.990kr**
~~24.990kr~~
**Klakavél**
Svört. **1841275**



30%
DOMO
**31.490kr**
~~44.990kr~~
**Ryksuguvélmenni**
Með Hepa síu. **1841194**



30%
BerlingerHaus
**18.400kr**
~~26.285kr~~
**Pottasett**
Royal Black, 10 stk. **2002951**



25%
BLACK+DECKER
**19.995kr**
~~26.995kr~~
**Borvél 18V - 80 fylgihlutir**
Tvær rafhlöður, 1.5Ah, hersla 40Nm, hraði 0-360/1400, Led ljós. **5245561**



20%
HiKOKI
HIGH PERFORMANCE POWER TOOLS
**35.995kr**
~~44.995kr~~
**Borvél 18V + 100 fylgihlutir**
2 stk., 1.5Ah Li-ion rafhlöður, 2ja gíra, 13 mm patróna, mótorbremsa, 22 átaksstillingar.
**5247080**

25%
BLACK+DECKER
**6.745kr**
~~8.995kr~~
**Skrúfvél 3,6V**
Hraðhleðsla, 60 mín., kemur í tösku, Led ljós sem auðveldar vinnu, 5.5Nm hersla.
**5246076**



AEG
**79.990kr**
~~89.990kr~~
**Þvottavél AEG 8 kg, 1400 sn.**
Með kolalausum mótor. Prosense tæknin vigtar sjálfkrafa þyngd þvottar, velur ákjósanlegan þvottatíma. Styttir þannig bæði tíma, vatn og orku. **1860502**

20%
Electrolux
**22.395kr**
~~27.995kr~~
**Skaftryksuga**
Þráðlaus, pokalaus, gefur 30 mín., notkun á hleðslu, tekur 4 klst., að hlaða. Rafhlaða 14,4V lithíum.
H:114,5xB:14,5xL:26,5.
**1805317**




**12.990kr**
**Örbylgjuofn**
BERK, 20 ltr., 700W. 5 styrkleikastillingar. 25,5 cm diskur, tímastillir, Smart Clean og Defrost stillingar. 25,7x 44,2x35,8 cm.
**1860504**

**Tilboð á WiZ**
Allar litaðar perur og LED borðar

Vertu WiZ um jólin




**2.691kr**
~~2.990kr~~
**WiZ**
60W, E27, RGB. **6238008**

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

blómaval HÚSASMIÐJAN

# JÓLIN FYRIR ÞIG



**Allar** verslanir opnar laugardag og sunnudag

Sjá husa.is

# Jólatré

## 20% afsláttur

**Gervijólatré**
Margar stærðir og gerðir af fallegum gervijólatrjám.

**Normannsþinur**
Margar stærðir af sérvöldum, fyrsta flokks Normannsþin.

**Íslensk stafafura**
Stærðir: 150-240 cm, beint frá bónda, sérræktuð fyrir Blómaval.




Í samstarfi við Beautybox og Sensai setti Helga saman uppáhaldsvörur sínar í sett sem koma í takmörkuðu upplagi fyrir jólin. Annars vegar er um að ræða sett af vörum fyrir fullkomna augnförðun og hins vegar fyrir ljómandi húð og varir. Vörurnar fást inni á vefversluninni Beautybox.is.

# Rauðar varir eiga alltaf við um jól

Þó það séu bara nánustu í jólakúlunni okkar þetta árið er ekkert vit í öðru en að vera í veislugír, klæða sig upp fyrir sjálfan sig og sitt fólk. Þá er falleg förðun auðvitað lykilatriði .

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Falleg förðun er ómissandi við jólakjólinn og fengum við Helgu Kristjáns förðunarfræðing og ritstjóra tísku- og lífsstílsvefsins Hér er og samfélagsmiðlara Smáralindar, til að gefa lesendum ráð þegar kemur að hátíðaförðuninni.

Aðspurð um trendin í vetur segir Helga: „Þessi vetur hefur augljóslega verið ólíkur öllum öðrum og kannski margir sem hafa látið maskarann duga þegar kemur að förðun. Hins vegar er það óskrifuð regla að rauðar varir og glimmer á alltaf upp á pallborðið í kringum jól og áramót.

Á tískupöllunum sáum við náttúrulega ljómandi húð sem auðvelt er að framkalla með góðu rakakremi eða ljómandi farðagrunni. Skærrauðar varir, ófullkominn eyeliner í rokkarastíl og „fluffy“ augabrúnir voru einnig áberandi.

Eitt stærsta Instagram-trendið sem tröllríður förðunartískunni er svokölluð „foxy eye“-förðun en þá er notaður eyeliner langt niður í augnkrók og upp að augabrún sem framkallar andlitslyftingu. Fyrirsætan Bella Hadid er talskona þessa trends,“ segir Helga en eins og heyra má er ekki komið að tómum kofunum hjá henni þegar kemur að tískutrendum enda býr hún að yfir tíu ára reynslu úr tískuheiminum þar sem hún hefur starfað sem stílisti, förðunarfræðingur og blaðamaður en einnig förðunarritstjóri hjá íslenska Glamour og Nýju lífi.

*Hvað er nauðsynlegt að eiga í snyrtibuddunni?*

„Ég fer ekki langt án Total Finish-púðurfarðans sem ég kalla fótósjopp í dós. Svo er ég líka orðin háð varablýöntum, mínir uppáhalds heita Classy Rose og Stunning Nude frá Sensai. Ég stelst til að teikna örlítið út fyrir línurnar, ég elska næntís-varablýantstískuna eða Astro-stílinn eins og ég hef stundum kallað hann.

*Nýjasta uppgötvunin þín í förðunarvöru?*

„Ég hreinlega verð að segja ykkur frá augnháraserumi sem ég uppgötvaði um daginn. Aumingjalegu augnhárin mín eru í fyrsta sinn á ævinni orðin mjög löng og þétt. Þegar maðurinn minn spurði mig um daginn hvort ég væri ekki með gerviaugnhár, varð ég enn sannfærðari um þessa miklu snilldaruppgötvun. Mæli þúsund prósent með fyrir konur sem vilja lengri og þéttari augnhár. Það heitir Grande Lash MD og er mest selda vara sinnar tegundar í Sephora en það fæst í Hagkaup í Smáralind hér á landi.

*Besta förðunartrikkið?*

„Mikilvægast er að næra húðina vel og preppa fyrir farðaásetningu og svo finnst mér líka algert möst að nota bronserinn til að blanda augnskuggann upp augnlokið í lokin eða jafnvel nota hann einan og sér í kringum augun. Algerlega vert að prófa! Svo er best að nota hyljara eftir að augnförðunin er kláruð, svona til að „hreinsa til“.

*Hvað þarf að eiga fyrir fallega spariförðun?*

„Góður farði er gulls ígildi, fagurrauður varalitur með réttum undirtón fyrir þinn húðlit og ekki er verra að eiga augnskuggapallettu með einum augnskugga sem „poppar“ og er sanseraður eða glitrandi, sem hægt er að nota á miðju augnloksins og gerir förðunina sparilega.

*Hvaða farði er í uppáhaldi?*

Cellular Performance frá Sensai er uppáhalds í augnablikinu, dásamlega kremaður, hylur einstaklega vel og er náttúrulegur á húðinni.




Sparileg gerviaugnhár frá Eyelure eru tilvalin í jólaförðunina.




Cellular Performance-farðinn er í miklu uppáhaldi hjá Helgu.




Heavy Metal-eyelinerarnir frá Urban Decay eru nauðsyn á áramótum.



Hér má sjá dæmi um fagurrauðar varir á fyrirsætu baksviðs á sýningu hjá tískuhúsinu Oscar de la Renta.




Helga mælir heilshugar með Grande Lash-augnháraseruminu en það fæst í Hagkaup, Smáralind.



Þeir sem vilja spreyta sig á þessari fallegu förðun sem Helga skartar hér sjálf geta fundið myndband sem sýnir hana skref fyrir skref undir nafninu Spariförðun inni á Facebook-síðu Sensai Cosmetics. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI




Ruby Woo frá MAC er dásamlega sparilegur varalitur og sívinsæll.




Aura Dew frá Shiseido er krem-púðurkenndur highlighter sem fallegt er að nota til að fá glans á augnlokin.




Falleg augnskuggapalletta frá Dior.




Brow Artist Plumper augabrúnagelið frá Maybelline er gott að nota til að framkalla „fluffy“ augabrúnir.

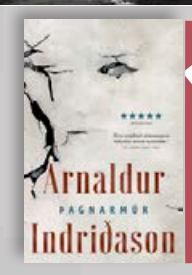



Helga segir nauðsynlegt að eiga augnskuggapallettu með einum lit sem „poppar“ eða er sanseraður og gerir förðunina extra sparilega. Hér má sjá pallettuna sem hún notaði í sína förðun, Petal Dance frá Sensai.




# METSÖLULISTI BÓKABÚÐAR FORLAGSINS

**ALLAR BÆKUR: 10.–16. des.**

1


Þagnarmúr
5.990 kr.

2


Spænska veikin
5.990 kr.

3


Snerting
5.990 kr.

4


Syngdu með Láru og Ljónsa
5.090 kr.

5


Jól í múmíndal
3.190 kr.

6

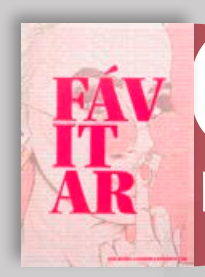

Dýralíf
5.990 kr.

7


Gata mæðranna
5.990 kr.

8


Öflugir strákar: Trúðu á sjálfan þig
3.190 kr.

9


Fávitar
4.890 kr.

10


Bráðin
5.990 kr.

*Hjartanlega velkomin!*

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið 10–19 alla daga fram að jólum | **www.forlagid.is**



Arna Skúladóttir hjúkrunarfræðingur gaf út bókina Draumaland fyrst árið 2006 en nýverið kom út önnur og uppfærð útgáfa bókarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

# Svefnrútína barna í jólafríinu

Fram undan er jólafrí og þekkja flestir foreldrar hvernig það er að koma börnum í rútínu eftir slíkt. **Arna Skúladóttir**, hjúkrunarfræðingur og höfundur bókarinnar Draumalandið, lumar á góðum ráðum fyrir þá foreldra.

**Lovísa Arnardóttir**
lovisaa@frettabladid.is
**Björk Eiðsdóttir**
bjork@frettabladid.is



Ungar fjölskyldur með börn eru oft á ferðinni um jólin. Fara til ömmu og afa eða annarra ættingja. Þá kemur stundum upp smá þrýstingur um að vera ekki að flýta sér heim, vera lengur. Ekki er óalgengt að við sem vinnum með svefnvanda barna séum spurð um hvort þetta sé skynsamlegt," segir Arna og bendir á að svarið sé í raun ekki einfalt þar sem sum börn þoli slíkar breytingar vel á meðan önnur geri það ekki.

„Flest þeirra þola þetta eitt og eitt kvöld en ekki of mörg kvöld í röð. Venjulega hefur maður þá reglu að ef á að snúa svefntímanum í heild, bæði fara seinna að sofa og seinna á fætur, þá sé það ekki gert nema fyrir tveggja til þriggja vikna frí.

En þá þarf líka að gefa sér tíma til að snúa þeim aftur við tímanlega þegar fríið er búið. Þó sum börn geti gert það á einum til tveimur dögum þá þurfa langflest börn fleiri daga til þess. Alltaf að muna að það hvenær dagur byrjar, það er hvenær þau vakna að morgni, er stýripunktur í hvenær þau sofna að kvöldi. Fyrir þau yngri sem sofa daglúr þá er það einnig hvenær síðasta daglúr lýkur," útskýrir Arna.

### Mjög ung börn (á fyrsta ári)

Best er fyrir ungbörnin að halda sínum svefntíma svona að mestu. Foreldrar geta þá látið barnið sofna hjá ömmu og afa á sama eða svipuðum tíma og venjulega. Síðan er annaðhvort gist með barninu hjá ömmu og afa eða farið með barnið heim sofandi, þá er það háttað áður en það sofnar og farið með það heim í náttfötunum.

Passið þá að raska ró barnsins sem minnst. Verið búin að hita bílinn áður en farið er með barnið þangað. Gott er að annað foreldrið sitji aftur í hjá barninu og haldi sænginni upp að andliti, kinn, þess. Hafið svo rólegt og slökkt ljós þegar það er borið sofandi inn og úr bílnum.



Arna segir mikilvægt að ef svefnrútínu er breytt í fríinu þurfi að gefa sér tíma til að snúa henni aftur við að fríi loknu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Næsta morgun þarf að byrja daginn á sama eða svipuðum tíma og venjulega.

Mikilvægt er að muna að sólarhringur byrjar að morgni. Þannig að ekki rugla því klukkan hvað þau vakna morguninn eftir. Þá vaknar einhver með þeim og hefur morguninn góðan, í leik og kúri. Látið barnið svo fara í daglúr á sama tíma og venjulega. Ef nóttin hefur verið eitthvað styttri en venjulega, barnið ef til vill sofnað aðeins seinna, þá er hægt að bæta aðeins við fyrri daglúr, en ekki of mikið. Til dæmis mætti vekja barnið sirka 30 mínútum seinna en það vaknar venjulega úr þeim lúr. Eða ef barn sefur aðeins einn daglúr þá þeim lúr.

### Eldri börn (sirka 2-5 ára)

Oft er erfiðara að flakka með barn sofandi á þessum aldri því þau eru varari um sig en ungbarn.

### Næturgisting

Langbesta staðan fyrir þessi börn ef þau eiga að vaka fram yfir venjulegan háttatíma er að þau fái að gista. Að þau sofni þá hjá ömmu og afa á þeim stað sem þau mega síðan sofa á yfir nóttina.

Að vera lengur í boðinu og láta þau sofna seinna að kvöldinu þola flest börn í eitt og eitt skipti. En þá er gott að hafa fært daglúr, ef barn sefur daglúr, aðeins seinna að deginum þannig að þau séu ekki að vaka allt of lengi fyrir næturs vefn. Ekki samt yfirkeyra þetta, það er að segja, láta þau vaka allt of lengi, því sum börn geta það auðveldlega en þá getur verið erfitt að fá þau til að sofna. Best er oftast að hátta þau áður en farið er í bílinn og leyfa þeim að sofna á leiðinni og bera þau inn heima hjá sér sofandi.

Best er að passa að tíminn sem þau vakna morguninn eftir sé sá sami eða svipaður og venjulega, það er að segja, að honum sé ekki breytt of mikið. Þannig að ruglingurinn sé bara einn og einn dag en ekki of marga daga í röð.

Skólakrakkar eiga oftast mjög auðvelt með að vaka lengur á kvöldin enda flest hin ánægðustu með það. Hjá þessum hóp þarf meira að passa upp á hvenær þau vakna að morgni svo snúningurinn verði ekki of mikill. Mikilvægt er að muna eins og með alla að vera ekki að rugla of oft í svefntímum fram og til baka. Betra er að færa hann til yfir hátíðarnar í til dæmis frá klukkan 22 til 9, ef barnið sefur venjulega 11 tíma nótt, eða frá klukkan 23 til 9 ef barnið sefur venjulega 10 tíma nótt.

Þegar nær dregur því að skólinn byrji aftur, þá þarf að færa svefntímann tímanlega til baka um 30-60 mínútur á nokkurra daga fresti. Þá skiptir öllu að byrja á því hvenær þau vakna að morgni. Það þýðir að það kvöld sem barnið á að fara að sofa klukkan 21 þarf að gæta þess að barnið sé vaknað klukkan átta.

Það skiptir nefnilega öllu máli hvað þau hafa vakað lengi. Barn sem sefur 10 tíma nótt þarf að vaka 14 tíma frá því það vaknar að morgni þangað til það er tilbúið að sofna að kvöldinu.

> VENJULEGA HEFUR MAÐUR ÞÁ REGLU AÐ EF Á AÐ SNÚA SVEFNTÍMANUM Í HEILD, BÆÐI FARA SEINNA AÐ SOFA OG SEINNA Á FÆTUR, ÞÁ SÉ ÞAÐ EKKI GERT NEMA FYRIR TVEGGJA TIL ÞRIGGJA VIKNA FRÍ.

### Sprengjuhávaði um áramót

Sum börn, sérstaklega ungbörn, sem eru það sem kallað er auðtrufluð að upplagi, það er að segja, eru viðkvæm fyrir umhverfistruflunum, þarf að passa upp á varðandi sprengjuhávaða á gamlárskvöld.

Gott ráð er að setja útvarp í gluggann á herbergi inu sem þau sofa í, hafa kveikt á því þegar þau sofna, til dæmis með rólega tónlist á, en hækka síðan í því eftir því sem sprengjuhávaðinn úti hækkar þegar líður á kvöldið.



Þeim allra viðkvæmustu þarf að sitja hjá og halda blíðlega fyrir eyrun á þeim í mesta hávaðanum svo þau vakni ekki.

# FÓLK

LAUGARDAGUR 19. DESEMBER 2020

## Helgin



**Rithöfundurinn Bergljót Arnalds ætlar að klæðast þægilegum jólakjól við eldamennskuna á aðfangadag. Til jóla fer hún um borg og bý á Barnabókabílnum með vinsælar barnabækur sínar.** ↬6

**Mozart við kertaljós**

**Garðakirkju**
**22.des kl.21**

**Í fríu streymi á fésbókarsíðu Garðabæjar**

Camerartica



Þuríður Ottesen, eigandi BÓEL, er stolt af Trippen skónum, enda eru þessir glæsilegu handgerðu skór sannkölluð listaverk. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# Sannkölluð skógerðarlist

Í versluninni BÓEL á Óðinsgötu 1 fást handgerðir skór frá fyrirtækinu Trippen sem svo sannarlega má flokka undir skógerðarlist, en þetta frábæra þýska fyrirtæki hefur haft umhverfissjónarmið í forgangi frá stofnun. ↬2

Framhald af forsíðu

Þuríður Ottesen, eigandi BÓEL, hreifst af Trippen skónum eftir að fjöldi viðskiptavina kom að kaupa fatnað í þessum fallegu skóm. Sum pörin voru komin til ára sinna en þau voru alltaf flott.

„Fatnaðurinn í BÓEL er svolítið öðruvísi og með vísun í Japan og boho og avant garde hönnunarstíl. Það er mikill samhljómur í þessu og skónum frá Trippen og þegar viðskiptavinir tvinna saman fatnaðinn og skóna myndast skemmtileg heild og stundum hreinasti galdur," útskýrir Þuríður.

„Trippen skór eru sannarlega lífsstíll, enda er hvert par listaverk. Skórnir eru handgerðir og framleiddir af mikilli alúð í verksmiðju sem er rétt fyrir utan Berlín," segir Þuríður. „Þar er séð vel um starfsmenn, enda er starfmannavelta lítil og nokkrir starfsmenn búnir að vinna þar í næstum 30 ár."

## Endingargóðir og umhverfisvænir

„Trippen hefur líka unnið til fjölda verðlauna fyrir endingu, sem er eitthvað sem við þurfum öll að huga að í dag, og umhverfissjónarmið eru höfð að leiðarljósi í framleiðslunni," segir Þuríður. „Það er notast við náttúrulega liti og með því að framleiða þá úr besta hráefni sem völ er á í Evrópu er hægt að tryggja einstaklega góða endingu, sem lágmarkar sóun.

Ég er ánægð með að bjóða upp á skó og fatnað sem er gaman að eiga lengi og er alltaf smart og við viljum vera þekkt fyrir það," segir Þuríður. „Það er þessi hugsjón sem drífur mig áfram í rekstri BÓEL.

Mér finnst það einstaklega ánægjulegt þegar viðskiptavinir, sem eru oft í 10-15 ára gömlum skóm, fjárfesta í nýjum Trippen skóm og og segja: „Ég er sko ekki að fara að granda gömlu skónum, af því að það er hægt að gera þá upp." Það býr til vinnu handa skósmiðum, sem geta gert þá næstum eins og nýja," útskýrir Þuríður og heyra má að henni er annt um sjálfbærni og umhverfisvernd.

## Tilboð og kaupaukar í boði

En hvað skyldi vera að seljast mest núna fyrir jólin?

„Það fer mjög mikið af skóm, handtöskum og fatnaði," segir Þuríður. „Svo eru lífrænu snyrtivörurnar frá Antipodes líka mjög vinsælar, en það er 20 prósenta afsláttur af þeim núna fyrir jólin.

Allir sem kaupa Trippen skó fyrir jólin fá líka andlitsgrímu að gjöf. Gríman er með silki næst vitunum sem er mjög gott að anda í gegnum og rannsóknir sýna að silki sé það efni sem helst hrindir frá sér bakteríum og vírusum," útskýrir Þuríður. „Svo er hún geggjað flott og með réttu skilaboðin. Einn viðskiptavinur sem var sérstaklega ánægður með grímuna sagði: „Loksins get ég andað í gegnum grímuna og fæ ekki útbrot í kringum munninn.""

Fyrir hönd BÓEL langar mig svo bara að þakka kærlega fyrir þá uppörvun að heyra margoft nú fyrir jólin frá eiginmönnum og börnum viðskiptavina: „Mamma eða konan mín vill fá jólagjöf úr BÓEL af því það er uppáhaldsbúðin hennar." Mig langar líka að þakka öllum frábæru viðskiptavinunum sem leggja leið sína á Óðinsgötuna til okkar. Gleðilega hátíð!" segir Þuríður að lokum.

Á heimasíðu BÓEL, www.boel.is, er hægt að skoða og panta flest allt það sem er til sölu í búðinni.



**Þuríður segir að Trippen skórnir hafi einstaklega góða endingu og umhverfissjónarmið séu höfð að leiðarljósi í framleiðslunni. Hvert par er listaverk, en skórnir eru handgerðir og framleiddir af mikilli alúð í verksmiðju rétt fyrir utan Berlín.**
FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



**Glæsileg Trippen Seath stígvél. Litur: Steel. Verð: 66.000 kr.**



**Trippen Fuchsia ökklaskór. Litur: Bleikur. Verð: 49.000 kr.**



**Töff Trippen Average uppreimuð leðurstígvél. Verð: 56.000 kr.**

> **Ég er ánægð með að bjóða upp á skó og fatnað sem er gaman að eiga lengi og er alltaf smart og við viljum vera þekkt fyrir það.**



**Antipodes húðvörurnar eru á 20 prósenta afslætti núna fyrir jólin. Þær eru frábær gjöf.**




**Flottu og þægilegu I NEED SPACE grímurnar eru með silki næst vitunum og kosta 3.900 kr.**

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

**Útgefandi:** Torg ehf
**Ábyrgðarmaður:** Björn Víglundsson

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

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



Dóróthea Jóhannesdóttir með dóttur sína, Ellen Ingu, sem er alsæl með Curaprox snudduna sína. Dóróthea segist hafa skoðað allar vörur vandlega áður en hún valdi fyrir barnið. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Snuðin frá Curaprox eru hönnuð af tannréttingasérfræðingum.



Curaprox nag-hringurinn er blanda af nuddbursta, naghring og hringlu.



Curaprox Baby tannburstinn er sérstaklega hannaður fyrir ungbörn og börn upp að 4 ára aldri.

# Viljum bara það besta fyrir barnið

## Dóróthea Jóhannesdóttir og Ari Bragi Kárason eignuðust dóttur fyrir sex mánuðum. Þeim finnst skipta máli að barnið fái aðeins gæðavörur þegar kemur að snuðum, snuðkeðjum og naghringjum.

Dóróthea segir að allir foreldrar hugsi það sama þegar vörur eru valdar fyrir ungbarn: Að velja það besta og öruggasta. „Ellen Inga, dóttir mín, verður sex mánaða eftir nokkra daga. Áður en ég varð ófrísk vissi ég ekki að Curaprox-vörur væru til. Þegar ég fór að kynna mér þær sá ég að Curaprox hafði mun fleiri kosti en margar aðrar vörur, kosti sem ég kýs fyrir mitt barn. Maður kaupir snuð til að róa barnið en vill forðast að það valdi einhverjum langtíma afleiðingum en það gæti verið skakkt bit, yfirbit eða skakkar tennur. Curaprox snuðin eru sérþróuð til að koma í veg fyrir að slíkt gerist," segir Dóróthea. „Maður getur leyft barninu að vera með snuð án þess að hafa áhyggjur af tönnum eða öðru," bætir hún við.

„Mér finnst sömuleiðis frábært að snuðin miðast við þyngd barnsins, ekki aldur. Börn geta nefnilega verið mismunandi þung miðað við aldur. Þetta er stór kostur. Sílikonyfirborðið á snuðinu er mjúkt og sveigjanlegt. Litlar raufar í snuðinu sjálfu líkja eftir geirvörtu og það leggst því betur að munninum og börnin þurfa ekki mikinn ákafa til að sjúga. Þess vegna vilja börn oft taka þessi snuð frekar en mörg önnur. Ég hef heyrt frá vinkonum mínum að þær hafa prófað nokkur snuð sem börnin vilja ekki taka en það breyttist með Curaprox. Það hefur eitthvað með lögunina að gera," segir Dóróthea. „Auk þess eru snuðin flöt, leggjast því vel að munninum sem eykur líkur á eðlilegum málþroska þegar lengra líður. Það eru því alls konar kostir sem ég get nefnt varðandi Curaprox vörurnar," bætir hún við.

Snuðin eru seld bæði stök og tvö í pakka. Umbúðirnar eru fallegar og hægt að nota þær sem geymslu eða box til að sótthreinsa snuðin. „Þau koma í þremur stærðum. Svo er hægt að kaupa snudduband sem einfalt er að hengja á smekkinn eða í fötin þannig að snuðið detti ekki í gólfið eða týnist sem er mjög þægilegt. Böndin eru í stíl við snuðin í fallegum litum. Auk þess vil ég nefna naghringina sem eru einstaklega skemmtileg hönnun. Dóttir mín er komin með pirring í góminn og er sólgin í hringinn, sérstaklega þegar ég hef geymt hann í kæli. Það er tannbursti á naghringnum sem venur börn við tannburstun. Ég hika ekki við að mæla með Curaprox vörum."

Ellen Inga er fyrsta barn Dórótheu og Ara. Þau vilja auðvitað allt það besta fyrir barnið og voru með hana í ungbarnasundi rétt áður en viðtalið var tekið. „Við erum í fæðingarorlofi og það er nóg að gera með svona lítið barn," segir hún.

### Curaprox

Tannvörurnar frá Curaprox hafa verið í þróun í hartnær 50 ár og eru viðurkenndar af tannlæknum og tannfræðingum um heim allan. Curaprox framleiðir tannbursta, tannkrem, tannþráð, munnskol, millitannabursta og aðrar tannvörur í algjörum sérflokki. Þannig skapar fyrirtækið sér einstakan sess á markaði með háþróuðum tannvörum sem tryggja hámarks árangur við notkun, tannheilsu barna til bóta. Nýjasta viðbótin þeirra er snuð, sem hannað er af tannréttingasérfræðingum.

### Snuð

Curaprox snuðið er hannað af tannréttingasérfræðingum og hefur frábæra kosti:

- Róar barnið.
- Kemur í veg fyrir tilfærslu tanna.
- Styður við eðlilega þróun góms og kjálka.
- Styður við eðlilega stöðu tungu sem eykur líkurnar á eðlilegum málþroska.
- Tryggir ákjósanlega öndun.

Snuðið fæst í 4 litum og 3 stærðum.

Litir: bleikt, rautt, blátt og appelsínugult.

Stærðir: 3-7 kg, 7-10 kg og 10-14 kg.

### Naghringir

Curaprox naghringurinn er blanda af nuddbursta, naghring og hringlu. Hann örvar góm og munn og vekur forvitni barnsins með sérhönnuðu útliti og hljóði. Hringirnir henta pirruðum gómum einstaklega vel. Mjúki burstinn á endanum undirbýr börnin fyrir tannburstun.

### Tannburstinn

Curaprox Baby tannburstinn er sérstaklega hannaður fyrir ungbörn og börn upp að 4 ára aldri. Barnatannlæknar mæla með þessum tannbursta eftir að fyrsta tönnin birtist. Við notkun á tannburstanum læra börnin að nota mjúka tannbursta strax frá upphafi, en tannburstinn hefur 4.260 CUREN® hár. Smágerður hausinn er hjúpaður mjúku gúmmí og særir því síður.

Curaprox snuðin, snuðkeðjurnar og naghringirnir fást í Lyfjum & heilsu, Apótekaranum, Fífu barnavöruverslun, Apóteki Garðabæjar og Reykjanesapóteki. Curaprox tannburstarnir fást í öllum helstu apótekum.

# Réð í óskiljanlega jólavísu

Lára Magnúsdóttir tók eftir því að sagan í jólavísunni Jólasveinar einn og átta stemmir við atburði frá 13. öld sem sagt er frá í Árna sögu. Hún telur að vísan fjalli um þá, en ekki neitt jólalegt.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Sagnfræðingurinn Lára Magnúsdóttir, sem hefur fyrst og fremst rannsakað réttarsögu Íslands á miðöldum, gerði skemmtilega uppgötvun við lestur Árna sögu, sem fjallar um biskupstíð hans á 13. öld, sem gefur alveg nýjan og gjörólíkan skilning á jólavísunni um Jólasveina einn og átta. Lára sagði frá þessari uppgötvun sinni í grein sem birtist í Andvara fyrr á þessu ári.

„Mitt sérsvið er réttarsaga á tímabilinu 13. til 15. öld. Ég hef verið að rannsaka dóma fólks sem var dæmt af kirkjunni fyrir trúarlega glæpi og gerði doktorsritgerð um bannfæringu og hef reynt að svara því hvað gerðist eftir að fólk var bannfært.

Flestir sagnfræðingar rannsaka tímann fyrir árið 1300, en það verða gríðarlegar breytingar á þjóðfélaginu þegar kóngs- og kirkjuvaldið kemur til sögunnar í lok 13. aldar," útskýrir Lára. „Það verða skil þegar Ísland gengur Noregskonungi á hönd og Rómarkirkjan tekur völd og ég rannsaka tímann eftir það."

## Átök konungs og kirkju

„Greinin mín í Andvara er um þá uppgötvun að í Árna sögu biskups er frásögn sama efnis og hin þekkta vísa um jólasveina einn og átta og hann Andrés sem stendur utan gátta. Sagan er skrifuð snemma á 14. öld en efni hennar nær í stórum dráttum yfir biskupstíð Árna, 1269 til 1298," segir Lára. „Efni vísunnar er algerlega sambærilegt við það sem sagt er frá í Árna sögu, sem er í stuttu máli átök um það hvort tækist að koma líki hins bannfærða Andrésar Pálssonar ríkisráðsmanns í Noregi í kristilega gröf. Niðurstaðan var að hann var grafinn meðal kristinna manna, en ekki „færður tröllunum", sem vísar til þess að grafa hann með útlögum og öðrum.

Heimildir Árna sögu fyrir þessu eru sendibréf sem Loftur Helgason skrifaði frá Björgvin og vitnað er í orðrétt í Árna sögu. Það er í sjálfu sér merkilegt að svo beinar lýsingar séu til frá átökunum sem þar stóðu yfir veturinn 1282 til 1283," segir Lára. „Mitt í óreiðunni var Loftur í sérlega misheppnaðri tilraun til að ná fundi konungs, en hann ætlaði að tala sínu máli og átta annarra við hann út af deilum á Íslandi."

„Það er auðveldara að sjá tengslin milli frásagnarinnar í Árna sögu og seinna erindis vísunnar. Fyrst er talað um að það hafi verið miklar deilur og átök milli konungs og kirkju og næst sagt að Andrés hafi verið bannfærður, eða í banni erkibiskups, og því megi ekki grafa hann í vígðri mold," útskýrir Lára. „Það að hann hafi „staðið" þýðir að verið er að tala um lík og „utan gátta" vísar til þess að ekki hafi mátt fara með það inn í kirkjuna.



Lára uppgötvaði merkingu vísunnar hálfpartinn fyrir slysni en segir að hún sé fyrir löngu búin að festa sig í sessi sem jólavísa og það sé engin ástæða til að breyta því þrátt fyrir uppgötvunina. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Eins og ég skil þetta eru þetta tvær frásagnir af sömu atburðum frá sitt hvoru sjónarhorninu. Í Árna sögu sést sjónarhorn kirkjunnar, þeim finnst slæmt að það hafi tekist að grafa Andrés þrátt fyrir bannfæringuna. Þegar hringt er á móti líkinu sér maður fyrir sér að það hafi orðið átök þegar það var reynt að koma líkinu inn í kirkjuna og þá hafi stöpullinn brotnað," segir Lára. „Hinum megin er svo andstætt sjónarmið og það hlakkar í þeim sem vildi grafa Andrés í vígðri mold.

Það sem skiptir máli er að þetta endar á átökum vegna Andrésar og „svo var hringt um allan bæinn í banni kennimanna". Báðar frásagnirnar enda því á bjölluhringingum," útskýrir Lára. „Þarna báðum megin er því frásögn af einhverjum Andrési sem er dauður og stendur utan kirkjunnar, svo verða átök og bjöllum er hringt. Þetta er of mikið til að þetta geti verið tilviljun.

Þegar ég skildi þetta áttaði ég mig strax á að það sem kemur á undan í sögunni er sama saga og í fyrsta erindinu. Jón á völlunum kemur í staðinn fyrir Jónsvelli, sem skipta máli í frásögninni, og það stendur að Loftur hafi farið til Noregs að hitta kónginn fyrir hönd sína og átta annarra, sem sagt níu alls, svo þar eru komnir jólasveinar einn og átta," segir Lára. „Andrés kom af fjöllum því hann veit ekkert hvað hann er að gera, sem er líka ástæðan fyrir því að hann er kallaður jólasveinn. Aðstæður höfðu breyst í Noregi vegna uppreisna og hann vissi ekkert hvert hann átti að snúa sér. Ég held að hann hafi þótt kjánalegur. Svo var hann líka að koma frá Íslandi í fína borg og vissi ekkert hvað var að gerast."

## Varð úrelt þekking

„Ég held að ástæðan fyrir því að ég gerði þessa uppgötvun núna sé að lítill áhugi hefur verið á þessu tímabili í Íslandssögunni í langan tíma. Við skiljum þessar heimildir ekki mjög vel, en með betri skilningi held ég að ýmislegt gæti komið í ljós," segir Lára. „En ég hef verið að skoða þessar heimildir í 30 ár, sem verður til að ég finn hluti sem aðrir sjá ekki.

Ég held að þekking um þessa atburði og þessa vísu hafi glatast fyrst og fremst vegna þess að Íslendingar hættu að vera kaþólskir á 16. öld og þá fannst fólki þekkingin um sögu miðaldakirkjunnar verða ómerkileg. Gömlu siðirnir voru bannaðir og áherslan var á að búa til nýja," útskýrir Lára. „Svo á 19. öld verður áherslan á veraldlegt lýðræðisþjóðfélag og þá hættir fólki að finnast trúarleg málefni og kirkjan skipta máli í pólitík og þá gleymist þetta enn frekar. Þetta er orðið mjög fornt, en nútíminn byggir að sjálfsögðu á þessum stoðum engu að síður."

## Allir kunnu vísuna á 19. öld

„Vísan fjallar um augnablik í stórfelldu pólitísku umbreytingaskeiði, þar sem konungs- og kirkjuvald voru að komast til valda á Íslandi, en hvorugt hafði verið til áður. Þarna er tekist á um grundvallaratriði og völd yfir jörðum, svo þetta eru einhverjar stærstu breytingar Íslandssögunnar þar til á 19. öld þegar kóngurinn afsalar sér í raun völdum hér," segir Lára. „En ég veit hvorki hvenær hún var ort né hvenær hún komst í almenna notkun sem jólavísa. Hún var fyrst skrifuð upp snemma á 19. öld og þá var litið á hana sem gamla vísu. Svo kemur hún í Þjóðsögum Jóns Árnasonar og það er ljóst að á seinni hluta 19. aldar er talað um þessa vísu sem eitthvað sem allir kunna.

Eitt helsta vandamálið við mína túlkun á þessari vísu, að mati gagnrýnenda, er að það séu engin dæmi um að orðið jólasveinn sé notað í þeirra merkingu að vera kjáni eða klaufalegur frá miðöldum," segir Lára. „En ég færi rök fyrir því í greininni minni að jólasveinarnir hafi verið eitthvað sem konurnar töluðu um við börnin og þess vegna var ekki sérstaklega líklegt að það rataði í ritmálið, sem fjallaði mestmegnið um formlega hluti. En ég fann dæmi frá miðri 18. öld í vísu eftir Eggert Ólafsson þar sem þetta orð virðist notað til að lýsa ástföngnum sveini, sem gæti samsvarað einfeldningi." Lára leggur áherslu á að þó að raunveruleg merking vísunnar sé kannski komin í ljós sé hún fyrir löngu búin að festa sig í sessi sem jólavísa og hún telji enga ástæðu til að uppgötvun hennar hafi áhrif á það.





# Tilboð

TIMEOUT STÓLL + SKEMILL
412.400 KR.
**VERÐ NÚ: 350.540 KR.**

TIMEOUT XL STÓLL + XL SKEMILL
431.600 KR.
**VERÐ NÚ: 366.860 KR.**

*Nýjar sendingar frá Cozy living, HK living og Hübsch*



Rustic Stone kerti kr. 900 - 1.500



Nickel ljós
kr. 16.700



ÆVINTÝRALEGT ÚRVAL AF
FLOTTUM PÚÐUM



Pico vínrekki fyrir 6 flöskur kr. 15.500



Sam Lounge armstóll kr. 109.000



Mathea teppi
130x140
kr. 17.990



Deer snagi
brass
kr. 9.990



Deer snagi
svartur
kr. 8.900



Christmas t(h)hree
kr. 4.500



Blómapottar kr. 11.100 / 13.600



White Cypress jólailmur
kr. 4.490 / 7.750



Lattebollar 2 saman
kr. 3.200



Spiced Goji
Jólahýbílailmur
kr. 6.100



Tripod gólflampi kr. 42.500



Fenwood borðstofuborð 180/260x90 cm kr. 199.900



Mirror Block hliðarborð 40x40 cm kr. 41.900



Globe veggklukka 40 cm
kr. 15.300

# LÍNAN

BÆJARLIND 14 - 16 | 201 KÓPAVOGI
SÍMI 553 7100 | LINAN.IS / linanehf / linan.is
Opið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16

# Fantasíur ekki bara fyrir börn

## Lavander í vanda er þriðja bók Jóns Páls Björnssonar um fagurkerann, athafnamanninn og svikarann Lavander Petrillots. Hann segir gríðargaman að skrifa um Lavander sem er mikil andhetja.

Maðurinn er snillingur í að koma sér í vanda og enn meiri snillingur í að græða á honum. Hann lendir iðulega í áföllum og vandræðum en í þetta sinn er vandinn næstum óyfirstíganlegur því á fyrstu blaðsíðu kemur í ljós að hann vaknar á ókunnum spítala í ókunnri borg og man ekki neitt, ekki baun. Hann man ekki hver hann er, hvernig hann komst þangað né sitt eigið andlit og þá er spurning hvort svikahrappurinn Lavander komi aftur í ljós eða líf hans muni breytast til batnaðar," segir Jón Páll, um gamanfantasíur sem nú eru orðnar að þríleik.

„Á vegi Lavanders í leit að sjálfum sér mæta honum alls konar erfiðleikar, þar á meðal mislukkaður töframaður, tröll sem tala fornískensku, skrímsli, líka borgarstjórnarkosningar og fjallmyndarlegur sellóleikari. Atburðarásin er því spennandi frá upphafi til enda."

### Hvítur hrafn í bókmenntum

Jón Páll segir hreinræktaðar gamansögur fátíðar á Íslandi í dag.

„Gamanfantasía er hvítur hrafn í íslenskum bókmenntum, en sú tegund bóka hefur notið mikilla vinsælda í útlöndum í meira en fjörutíu ár. Hún hefur í gegnum tíðina verið vettvangur fyrir háðsádeilu á samfélagið og þannig er það í Lavander-bókunum líka; ég pota í það sem er spaugilegt í samtímanum, meðal annars hernaðarbrölt, fjöldamótmæli, borgarstjórnarkosningar, trúmál, samfélagsmiðla og skyndibita," upplýsir Jón Páll sem setur nútímalega hluti inn í miðaldabrag bókanna.

„Þá sér maður hvað samfélagsmiðlar verða fáránlegir í umhverfi miðalda. Á miðju torgi standa stórir tréflekar með löngum pappírsrenningum sem kallast samfélagsmiðar og þar getur fólk skipst á upplýsingum, uppskriftum, lesið fréttir og haft samband við vini og ættingja. Ef því líkar við hlutina teiknar það læk því lækurinn streymir og streymi er svo mikilvægt fyrir samfélagsmiðla og þar eru líka hauspokar fyrir þá sem vilja setja inn nafnlausar athugasemdir. Þegar Lavander spyr svo af hverju fólk sé nú að þessu og tali ekki frekar saman er svarið að það sé svo gamaldags," segir Jón Páll og hlær.

Hann hefur ekki glóru um hvaðan hugmyndir hans um ævintýri Lavanders spretta.

„Sögurnar verða til af sjálfu sér. Lavander er svo lifandi og skemmtileg persóna að þegar maður setur hann í umhverfi er eins og hann taki völdin. Karlinn virðist búa innra með mér en er þó algjör andstæða við sjálfan mig og gerir hluti sem ég mundi aldrei gera. Hann er mikil andhetja, hrikalega óheiðarlegur og nýtir sér allt til að næla sér í peninga."



Jón Páll Björnsson hefur nú skrifað þriðju gamanfantasíuna um svikahrappinn Lavander.
FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

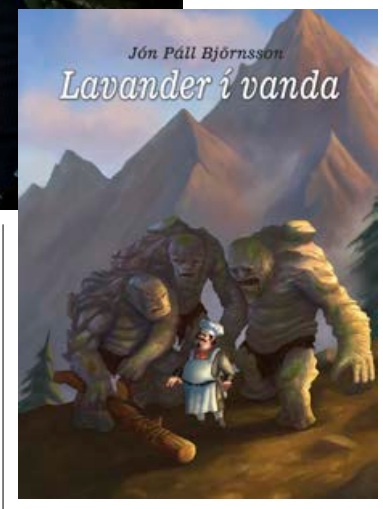
### Hreinræktaðar fantasíur

Bækurnar um Lavander skrifar Jón Páll fyrir fólk allt frá unglingsaldri upp í fullorðna.

„Fantasíur eru ekki bara fyrir börn og ég veit að fullorðnir skemmta sér ekki síður vel yfir Lavander. Mig grunar að flestir brosi í gegnum alla bókina og skelli upp úr af og til," segir Jón Páll sem sjálfur skemmtir sér stórvel við skrifin og hefði tekið Lavander-bókunum fegins hendi á unglingsárunum.

„Næsta bók verður um Lavander ungan því hann byrjaði að svíkja og pretta mjög ungur og því er kjörið að skrifa um hann barnabók þar sem börnum er kennt að svíkja út peninga og leika á samborgarana," segir Jón Páll sposkur.

„Íslendingar er pínulítið alvörugefnir þegar kemur að bókmenntum og skrifa mikið um dramatík og glæpi. Það er ósk mín að á næstu árum muni vegur fantasíunnar aukast því í fortíðinni áttu Íslendingar mjög ríka sagnahefð og ekki síst fantasíur því ein af okkar elstu bókmenntum á miðöldum voru riddarasögur sem voru hreinræktaðar fantasíur."




# Með bókabúð á hjólum fyrir jól

## Rithöfundurinn Bergljót Arnalds ætlar að klæðast þægilegum jólakjól við eldamennskuna á aðfangadag. Til jóla fer hún um borg og bý á Barnabókabílnum með vinsælar barnabækur sínar.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is



Það er allt ágætt að frétta af mér. Maður reynir að leita lausna þessa dagana og ég var að stofna Bókabúð á hjólum fram að jólum, til að koma til móts við ástandið í samfélaginu. Fólk getur núna fengið bækur eins og Stafakarlana og Jólasveinasögu sendar beint heim að dyrum. Það er upplagt fyrir þá sem vilja losna við raðir í búðum og grímustandið. Þetta kóf reynir á alla. Ef fólk vill nýta sér þetta og fá bók getur það sent mér skilaboð á fésbók og ég færi því bókina heim að dyrum," segir rithöfundurinn Bergljót Arnalds, sem þeysir um höfuðstaðinn og nágrenni á Bókabílnum um helgina en líka til kaupenda í nærumhverfi Eyrarbakka þar sem hún hefur verið að gera upp gamalt hús.

„Þetta verður svona pínu eins og ísbíllinn á sumrin, nema ég er að selja fræðandi barnabækur. Þetta er skemmtilegt tilraunaverkefni sem ég vona að heppnist!" segir hún og brosir.

Sjálf er hún að lesa bókina The Artist's Way á aðventunni.

„Sú bók er algjört æði, en svo á eftir að koma í ljós hvað leynist í jólapökkunum og á náttborðinu á jóladag. Íslensku höfundarnir eru á góðum spretti núna og þar á meðal margir vinir mínir. Um jólin les líka dóttir mín fyrir mig barnabækurnar því hún er að æfa sig í lestri," segir Bergljót og hlakkar mikið til jólanna.

„Jólin fyrir mér eru hátíð ljóss og kærleika. Besta jólaminningin er heima hjá ömmu minni Bergljótu að taka upp sameiginlega pakka með bróður mínum. Það var ekki verið að spandera í þá daga og ef pakkarnir voru af stærri gerðinni, eins og fjölskylduspil, þá fengum við það saman. Mér þótt vænt um það að deila gjöf með annarri manneskju. Það tengdi okkur saman og svo var svo gaman að spila með allri fjölskyldunni. Samveran er besta jólaminningin."

### Dreymir um taktmæli

Um þessi jól kemur fjölskyldan heim til Bergljótar á aðfangadagskvöld.

„Ég veit bara að jólin verða yndisleg, hvernig sem þau verða. Það eru kertaljós, góður matur, fólkið sem ég elska og ástin sem fullkomna mín jól. Friðurinn að fá bara að vera og „eiga" ekki að þurfa að gera eitthvað eða fara eitthvert. Bara að vera með sínum nánustu á þessari stundu," segir Bergljót.

Hana dreymir um taktmæli í jólagjöf og kósí föt til að skottast um í heima, en annars bara bros.

„Dóttir mín verður í sanseruðum grænum kjól en ég á eftir að finna minn. Það verður eitthvað sem er þægilegt að vera í því ég elda á aðfangadag. En það tilheyrir jólastemningunni að fara í fallegan kjól."

Uppáhaldsjólamatur Bergljótar er villibráð og heimagerður ís, og súkkulaðibitakökur eru í dálæti.

„Ég laga alltaf jólaísinn sjálf og legg mikinn metnað í hann. Geri fjórfalda uppskrift en hún klárast öll. Ísinn er alltaf mjög vinsæll. Ég baka líka litlar marenskökur með ísnum og set stundum inn í þær súkkulaðibita og það er algjörlega tryllt."



Bergljót Arnalds er í jólaskapi og kemur með bækur sínar heim að dyrum.
MYND/BONNI

### Jólasveinn kemur

Jóladagarnir þrír eru Bergljótu allir hjartfólgnir.

„Á aðfangadag fæ ég fjölskylduna til mín, en jóladagur er rólegur og þá er hægt að spila á píanóið og lesa. Á annan í jólum fæddist frændi minn og mér þykir svo vænt um hann. Þar að auki er uppáhaldsjóladagurinn þegar ég held jólaball fyrir alla fjölskylduna, en það hefur alltaf verið hápunktur jólanna. Þá kemur jólasveininn og við dönsum í kringum jólatréð. Sá dagur verður með einhverju öðru sniði í ár býst ég við," segir Bergljót sem hlakkar til að njóta hátíðarinnar í allri sinni dýrð.

„Uppáhaldsjólabókin mín þegar ég var krakki var Þegar Trölli stal jólunum. Það var því mjög gaman að sjá Grinch á sínum tíma. Mér þykir mjög vænt um myndina Jóladós Önnu Bellu en ég talaði inn fyrir Önnu Bellu og söng. Það er mjög falleg og hugljúf jólamynd sem var sýnd í sjónvarpinu á sínum tíma og síðar gefin út af Bergvík. Hún hefur verið spiluð fyrir hver jól því hún er í uppáhaldi hjá dóttur minni," segir Bergljót.

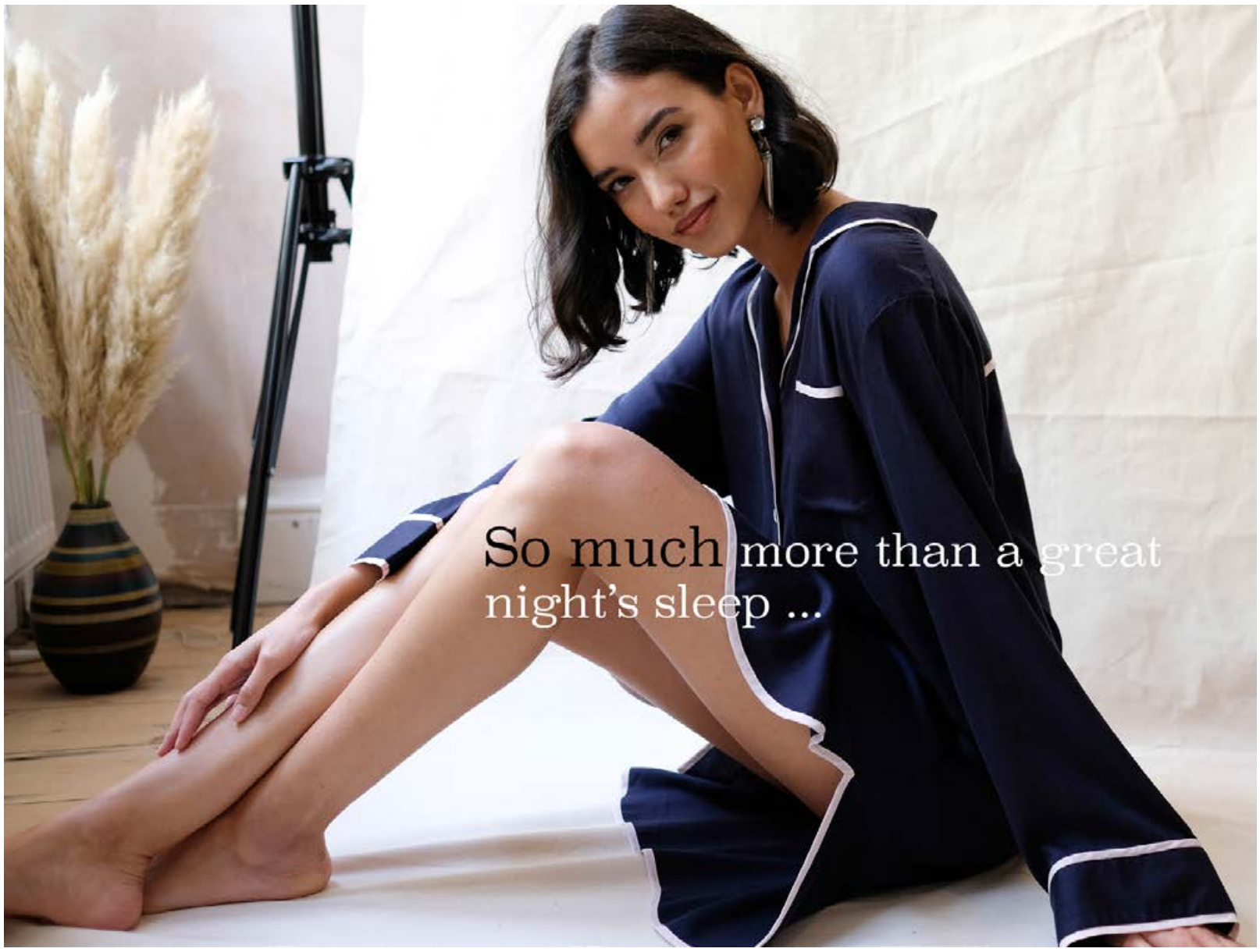
„Uppáhaldsjólalögin eru svo ótal mörg. Mér finnst mjög ljúft þegar ég er beðin um að syngja Ó, helga nótt á jólatónleikum. Það er svo hátíðlegt. En þau eru mörg svo góð og fer eftir stemningunni hverju sinni."

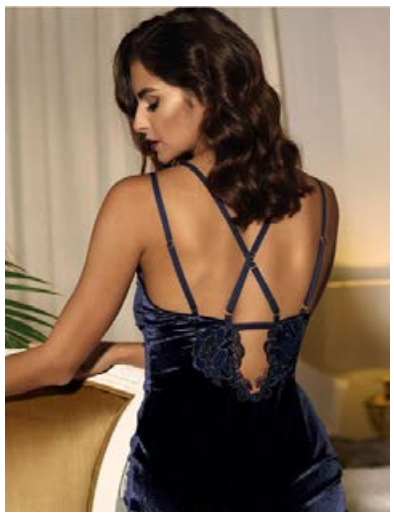
### Lesið í barnalauginni

Bækur Bergljótar hafa verið gífurlega vinsælar en þær þekktustu eru Stafakarlarnir, klukkubókin Tóta og tíminn, Talnapúkinn og bækurnar um Gralla gorm.

„Vinsælasta bókin í bókabílnum er án efa Jólasveinasaga. Hún fjallar um Grýlu og jólasveinana og vesenið á þeim við að komast til byggða. Svo er ég með baðbók fyrir yngstu börnin sem hægt er að taka með sér í sund því nú eru laugarnar opnar. Ekki amalegt að geta lesið í barnalauginni."





# Glæsilegar jólagjafir



Vefverslun
**Selena.is**

Þú pantar og sækir vöruna í verslun, fallega innpakkaða og tilbúna undir jólatréð.



## Jólaopnun

19.des kl: 11-17
20.des kl: 13-17
21.des kl: 11-18
22.des kl: 11-20
23.des kl: 11-20
24.des kl: 10-13



Selena

Selena undirfataverslun • Bláu húsunum við Faxafen • Sími 553 7355

# Þráin til að vera annars staðar

## María Ramos segist hafa skrifað sögur og ljóð frá því hún man eftir sér, og það eru einnig til sögur eftir hana sem fjölskyldumeðlimir skrifuðu upp eftir henni áður en hún lærði að skrifa sjálf.

Jóhanna María Einarsdóttir
johannamaria@frettabladid.is



Havana er ný ljóðabók eftir Maríu Ramos og er hennar fyrsta í fullri lengd. Í tilkynningu um bókina segir: „Hér yrkir María um íverustaði – líkama, heimili og heimalönd. Ljóðmælanda dreymir um að losna undan þyngdarafli fjölskyldunnar og feta sinn eigin veg. En leyndarmál erfast mann fram af manni líkt og búslóðir, og verður hvort tveggja að „annarra manna / drasli / sem má / alls ekki / fleygja“. Það er þetta ósagða sem bergmálar innan veggja bókarinnar á meðan ljóðmælandi leitar svara og að mögulegri leið út og burt – ef slíkur staður er yfir höfuð til.“ María stundar nám í íslensku við HÍ með ritlist sem aukafag. „Þegar ég er búin í náminu langar mig að ferðast fyrir alvöru og halda áfram að skrifa,“ segir María.

### Þráin er þráðurinn

María er 23 ára og má segja að hún eigi ekki langt að sækja hæfileika og hvatningu til að tjá sig í rituðu orði, en hún er barnabarn ljóðskáldsins Ingibjargar Haraldsdóttur. „Áður gaf ég út ljóðakverið Salt sem er 20 síður og kom út í Meðgöngu-ljóðum hjá bókaforlaginu Partusi. Sú bók finnst mér hliðstæð Havana að sumu leyti þó hún sé ekki jafn heildstæð. Þó er töluvert meiri þrá í Salti og það var meira sorgarferli fólgið í að skrifa hana.“

Að sögn Maríu er tónninn í Havana bjartari, sem hefur kannski eitthvað með staðartenginguna að gera. Salt tengist þá köldu og dimmu Íslandi á meðan sólin skín í Havana. „Rauði þráðurinn í Havana er þráin til þess að vera annars staðar og sú tilfinning að finnast maður hvergi komast. Sem tengist furðulega vel þessum tímum sem við lifum núna þegar við bókstaflega komumst hvergi.“ En bókin er ekki skrifuð í COVID-19 faraldrinum, heldur 2018 og 2019. „Bókin átti að koma út í vor en útgáfunni var frestað út af faraldrinum.“

### Havana eða „Havana“

Ljóðabókin segir María að sé ekki beint staðsett í Havana, þó svo hún sé nefnd eftir titilljóði bókarinnar, sem fjallar um veruna í Havana. „Ég valdi Havana sem titil bókarinnar vegna þess að staðsetningin er beintengd þessari þrá að vilja fara annað. Amma mín skrifaði mikið um Havana og Kúbu og öll föðurfjölskylda mín, fyrir utan föður minn, er frá Kúbu. Ég var svo alin upp í því að vilja fara til Havana. Ég veit ekki hvernig ég á að lýsa því, en þegar ég kom þangað þá var stemningin, loftið og lífið allt svo ótrúlega öðruvísi en hér heima. Það er svo heillandi menning þar sem togar í mig.“



María Ramos segir tóninn í nýju ljóðabókinni, Havana, ívið bjartari en í ljóðakverinu Salt sem hún gaf út hjá Partusi árið 2018. MYND/SAGA SIG

María segir fólk tala mikið um kápuna á bókinni, en framan á henni er ung og að því er virðist vel stæð kona sem liggur makindalega á stéttinni í heitu landi og lokkar til sín skjaldböku með kirsuberi. „Fólki finnst kápan tengjast innihaldi bókarinnar vegna þessarar þrár eftir að vera annars staðar og líka þetta aðgerðaleysi og allt að því leti. Miðað við það hvernig konan er klædd virðist hún hafa allt til alls og einnig getuna til þess að gera hvað sem hana langar til. En svipurinn, eða svipbrigðaleysið öllu heldur, tengist því að vilja fara eitthvert, en halda að maður komist hvergi.“





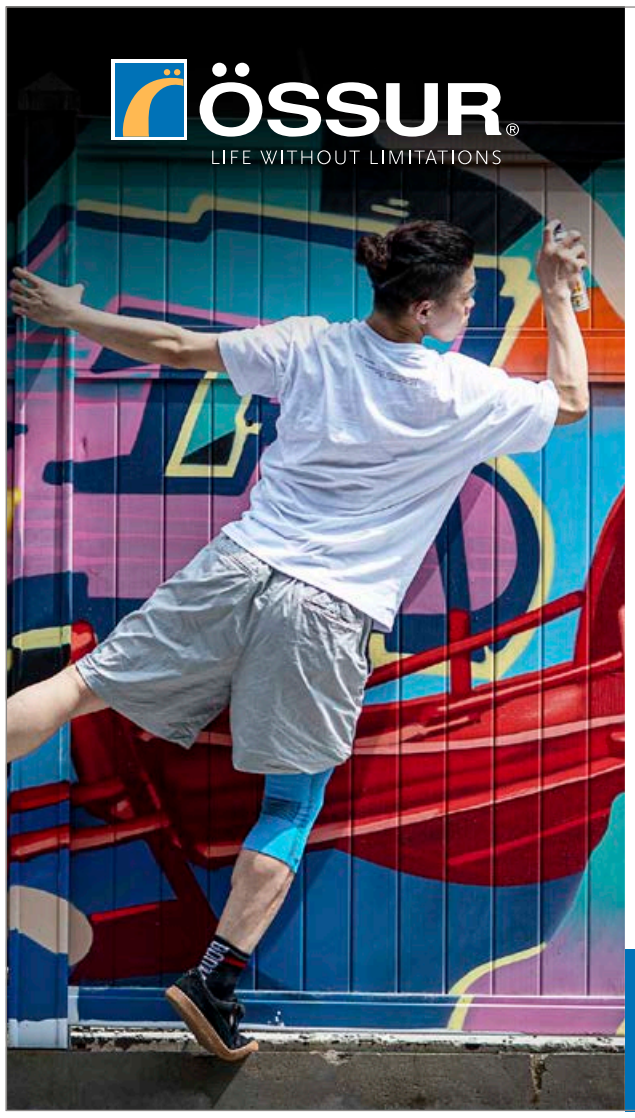

# Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is 550 5621

*Neyslukönnun Gallups 2018, allt land, 18-80 ára

job


## Örtölvuforritari

### (Embedded software developer)

**Össur leitar að starfsmanni til að starfa í vöruþróun.** Um er að ræða starf í Bionic-deild Össurar þar sem unnið er með tölvustýrð stoðtæki. Unnið er í alþjóðlegu teymi sérfræðinga sem vinna við vöruþróun á stoðtækjum sem eru í fremstu röð í heiminum.

**STARFSSVIÐ**

- Þróun á tölvustýrðum stoðtækjum
- Þátttaka í þarfagreiningu með innri og ytri aðilum
- Þátttaka í áhættugreiningu
- Hönnun og útfærsla á skilvirkum prófunaraðferðum
- Hugbúnaðarprófanir samkvæmt alþjóðlegum stöðlum

**HÆFNISKRÖFUR**

- MSc (æskilegt)/BSc próf í tölvunarfræði eða verkfræði
- A.m.k. 1-3 ára starfsreynsla æskileg
- Reynsla af C og C++ forritun
- Reynsla af örtölvuforritun
- Reynsla af rauntímakerfum er kostur
- Reynsla af mótorstýringum er kostur
- Reynsla af þróun lækningatækja er kostur

**Umsóknarfrestur er til og með 30. desember 2020.**

Við hvetjum áhugasama til að sækja um, óháð kyni og uppruna.
Sótt er um starfið á vef Össurar, ossur.is/mannaudur.
Athugið að velja viðeigandi starf. For English version please see the above webpage.

Nánari upplýsingar veitir mannauðsdeild í síma 515 1300.

Össur er leiðandi alþjóðlegt fyrirtæki á sviði stoð- og stuðningstækja.
Hjá félaginu starfa um 3.500 manns í 26 löndum.
Gildi félagsins eru: Heiðarleiki – Hagsýni – Hugrekki.

WWW.OSSUR.IS



# Ertu efni í ráðgjafa?

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

## Nýtur þú þess að leita lausna, vinna að umbótum og framförum?

**Í allri vinnu okkar er leitast við að auka skilvirkni og ná auknum árangri fyrir viðskiptavini okkar með því að hagnýta bæði tækni og ferla. Það er nóg að gera hjá okkur og leitum við að öflugum ráðgjöfum í teymið okkar.**

### Hefur þú reynslu og áhuga á...?

- **Sjálfvirkni**
- **Stefnumótun**
- **Verkefnastjórnun**
- **Skýjalausnum og samþættingu lausna**
- **Stjórnskipulagi**
- **Viðskiptalausnum**

Ef þú vilt horfa fram á við og glíma við innleiðingu nýrra lausna, forgangsraða og skipuleggja verkefni, ásamt því að hafa getu til að stýra þeim, viljum við heyra í þér.

Umsóknarfrestur er til og með 8. janúar 2021. Umsókn óskast fyllt út á **www.intellecta.is** og þarf að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi.
Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

**Nánari upplýsingar veita:** Einar Þór Bjarnason (einar@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is)



matís

Hlutverk Matís er að efla samkeppnishæfni íslenskra afurða og atvinnulífs og tryggja matvælaöryggi, lýðheilsu og sjálfbæra nýtingu umhverfisins með rannsóknum, nýsköpun og þjónustu

Matís leggur áherslu á hagnýtar rannsóknir sem auka verðmæti íslenskrar matvælaframleiðslu, stuðla að öryggi og heilnæmi afurða og sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda.

Hjá Matís starfar um 100 manna kraftmikill hópur sem brennur fyrir því að finna nýjar leiðir til að hámarka nýtingu hráefnis, auka sjálfbærni, tryggja matvælaöryggi og efla lýðheilsu.

JAFNLAUNAVOTTUN

# MANNAUÐSSTJÓRI

**Matís leitar að öflugum og fjölhæfum leiðtoga til að leiða mannauðsmál vinnustaðarins**. Til að hlúa að og efla mannauðinn leitum við að einstaklingi sem hefur áhuga á öllu því sem viðkemur málaflokknum. Mannauðsstjóri heyrir beint undir forstjóra.

**Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:**

- Yfirumsjón með stefnumótun og framkvæmd mannauðsmála
- Stuðningur og ráðgjöf til stjórnenda og starfsfólks í mannauðsmálum
- Þróun ferla og umbóta á sviði mannauðsmála
- Viðhald jafnlaunavottunar
- Umsjón með masters- og doktorsnemum
- Umsjón með ráðningum, móttöku nýrra starfsmanna og starfsþróun
- Upplýsingagjöf og greiningar um rekstur og mannauðsmál
- Ábyrgð á þróun starfsumhverfis m.a. aðbúnaði, öryggi og líðan
- Þátttaka í verkefna- og umbótahópum innan Matís
- Umsjón með launasetningu ásamt miðlun upplýsinga um kjaramál

**Menntunar- og hæfniskröfur:**

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af sem flestum hliðum mannauðsmála
- Skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Umburðarlyndi og lipurð í mannlegum samskiptum
- Þekking á launavinnslu og kjaramálum
- Gott vald á íslensku og ensku, jafnt töluðu sem rituðu máli

Umsóknir með ítarlegri ferilskrá og kynningarbréfi óskast fylltar út á **www.hagvangur.is**
Umsóknarfrestur er til **5. janúar**. Nánari upplýsingar veitir Geirlaug Jóhannsdóttir, **geirlaug@hagvangur.is**

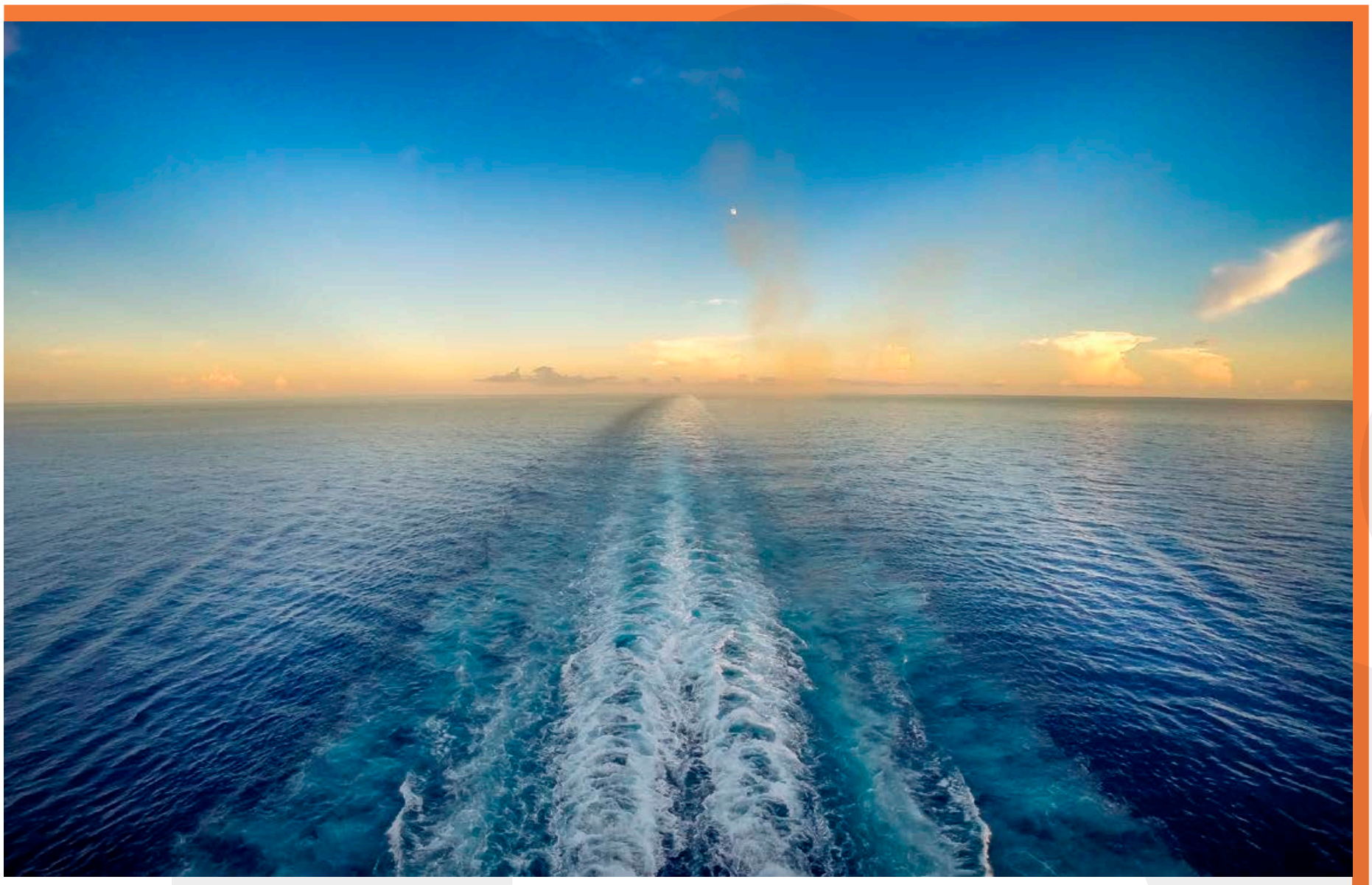
HAGVANGUR

Traust og fagleg þjónusta



hagvangur.is

HAGVANGUR



# Blámi

Blámi er nýtt samstarfsverkefni á Vestfjörðum sem snýr að nýsköpun og þróun tækifæra í vetni, orkuskiptum og grænni verðmætasköpun tengdri starfsemi á svæðinu. Að verkefninu standa Landsvirkjun, Orkubú Vestfjarða og Vestfjarðastofa.

### Markmið samstarfsins:

- Styðja við orkuskipti á svæðinu með áherslu á orkuskipti skipa og báta, í flutningum á landi og sjó
- Skapa vettvang fyrir alþjóðleg tilrauna- og þróunarverkefni á sviði orkuskipta
- Starfa með fyrirtækjum og frumkvöðlum á svæðinu að grænni verðmætasköpun og nýsköpun í iðnaði, samgöngum, flutningi og ferðaþjónustu
- Stuðla að grænni þróun Vestfjarða með því að kortleggja og markaðssetja orkuauðlindir með áherslu á fjölþætta nýtingu og stuðla að bættri nýtingu svæðisbundinna auðlinda
- Stuðla að bættum innviðum sem styðja við orkutengda nýsköpun
- Stuðla að auknum rannsóknum á sviði orkuskipta með öflugu samstarfi við háskóla, rannsóknastofnanir og atvinnulíf
- Vinna að möguleikum Íslands á að verða leiðandi þegar kemur að samspili orku, umhverfis og samfélags

Landsvirkjun

ORKUBÚ VESTFJARÐA

Vestfjarðastofa

## FRAMKVÆMDASTJÓRI

Leitað er að drífandi og jákvæðum leiðtoga til að leiða samstarfsverkefnið Blámа næstu árin. Leitað er að framúrskarandi einstaklingi með brennandi áhuga á sjálfbærnimiðaðri verðmætasköpun og tækifærum í orkuskiptum til að þróa og fylgja eftir markmiðum Blámа. Starfsstöð framkvæmdastjóra er á Vestfjörðum.

**Helstu verkefni:**

- Umsjón með daglegum rekstri Blámа
- Stefnumótun og áætlanagerð
- Koma fram fyrir hönd Blámа og kynna starfsemi verkefnisins
- Samskipti og tengsl við hagaðila
- Halda utan um verkefni innan Blámа
- Leita tækifæra til að efla verkefnið

**Menntunar- og hæfniskröfur:**

- Háskólanám sem nýtist í starfi. Meistaranám æskilegt
- Reynsla af stjórnun og rekstri æskileg
- Leiðtogahæfni og drifkraftur
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og sjálfstæði
- Góð tungumálakunnátta
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

## RANNSÓKNA- OG ÞRÓUNARSTJÓRI

Leitað er að öflugum einstaklingi til að halda utan um þátttöku Blámа í rannsókna- og þróunarverkefnum. Rannsókna- og þróunarstjóri vinnur þétt með framkvæmdastjóra Blámа og hefur frumkvæði að mótun og fjármögnun nýrra verkefna í samstarfi við framkvæmdastjóra, stjórn og hagsmunaaðila. Starfsstöð rannsókna- og þróunarstjóra er á Vestfjörðum.

**Helstu verkefni:**

- Vinna að mótun og þátttöku Blámа í innlendum og erlendum rannsóknaverkefnum
- Þróa öflugt samstarf við mennta- og rannsóknastofnanir
- Aðstoð við að koma verkefnum Blámа á framfæri
- Verkefnastjórn einstakra verkefna
- Samskipti og tengsl við hagsmunaaðila

**Menntunar- og hæfniskröfur:**

- Meistara- eða doktorspróf sem nýtist í starfi
- Starfsreynsla sem nýtist í starfi
- Reynsla af gerð styrkumsókna í innlenda og erlenda sjóði
- Reynsla af rannsókna- og þróunarstarfsemi
- Reynsla af verkefnastjórn
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

Umsóknir með ítarlegri ferilskrá og kynningarbréfi óskast fylltar út á **www.hagvangur.is**
Umsóknarfrestur er til **15. janúar**. Nánari upplýsingar veitir Geirlaug Jóhannsdóttir, **geirlaug@hagvangur.is**

HAGVANGUR

PÓSTURINN

# FRAMKVÆMDASTJÓRI FJÁRMÁLASVIÐS

Íslandspóstur gegnir veigamiklu hlutverki í því að tengja fólk, fyrirtæki og samfélög með því að miðla mikilvægum upplýsingum, gögnum og vörum til allra landsmanna. Íslandspóstur starfar á grundvelli laga um póstþjónustu og er með starfsstöðvar víðsvegar um landið, auk þess að vera í traustri samvinnu við póstfyrirtæki um allan heim.

Íslandspóstur leitar að öflugum og reyndum leiðtoga til að stýra fjármálasviði fyrirtækisins.

Framundan eru spennandi áskoranir í breytilegu og hröðu umhverfi. Starfið er umfangsmikið og krefjandi stjórnunarstarf en framkvæmdastjóri fjármálasviðs ber meðal annars ábyrgð á daglegri fjárstýringu, áætlanagerð og uppgjörum. Hann sér um skýrslugjöf, miðlun stjórnendaupplýsinga og samskipti við viðeigandi opinberar stofnanir. Framkvæmdastjóri heyrir beint undir forstjóra og situr í framkvæmdastjórn Íslandspósts.

**Hæfnikröfur og eiginleikar:**

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Mikil reynsla af endurskoðun og uppgjörum
- Þekking og reynsla af rekstri fyrirtækja
- Greiningarhæfni og framsýni
- Leiðtogahæfni og víðtæk stjórnunarreynsla
- Framúrskarandi færni í mannlegum samskiptum

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf sem greinir frá ástæðu umsóknar og rökstuðningi fyrir hæfni í starfið.

Öllum umsækjendum verður svarað og farið er með umsóknir sem trúnaðarmál.

Umsóknarfrestur er til og með 5. janúar 2021. Umsóknir óskast fylltar út á **hagvangur.is**.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Sverrir Briem í netfanginu **sverrir@hagvangur.is**.

Íslandspóstur er með Jafnlaunavottun og leggur ríka áherslu á samfélagslega ábyrgð.

HAGVANGUR

---

kerecis®

# Hefur þú roð við okkur?

Alþjóðlegt nýsköpunar-fyrirtæki leitar að starfsmanni



# Medical Writer, Reykjavik

**Essential Functions**

- Manage and support new and existing clinical accounts in the use of Kerecis products by supporting Kerecis field personnel.
- Assist with Company-sponsored clinical trials and investigator-initiated trials
- Produce material that is appropriate for abstracts, manuscripts, posters and other content required for clinical marketing.
- Will participate in writing preclinical protocols for preclinical marketing studies on commercial products.

**Education & Experience**

- Bachelor's degree in a related field
- Experience in medical affairs, biology and/or health technology
- Proven success in a medical writing role

Travel: Up to 30%

Kerecis er alþjóðlegt nýsköpunarfyrirtæki sem hagnýtir þorskafurðir til þróunar og framleiðslu á heilbrigðisvörum. Tækni Kerecis er notuð til að verja og endurbyggja líkamsvef. Vörur fyrirtækisins eru t.d. notaðar til meðhöndlunar á húðvandamálum, þrálátum sárum, brunasárum, til enduruppbyggingar brjósta og kviðveggs og til að verja vefi líkamans fyrir smiti. Yfir 50 útgefin einkaleyfi verja tækni Kerecis í fjölmörgum löndum og markaðsleyfi eru til staðar í Evrópu, Bandaríkjunum og Asíu. Í Bandaríkjunum eru vörur Kerecis m.a. notaðar af mörgum stærstu spítölum landsins. Tækni félagsins hefur vakið athygli á heimsvísu og á félagið í samstarfi um þróun og notkun á tækni þess víða um heim m.a. við bandarískar varnarmálastofnanir. Yfir 100 starfsmenn starfa hjá fyrirtækinu á Ísafirði, í Reykjavík, Sviss og í Bandaríkjunum. Á Íslandi, Sviss, Þýskalandi og í Bandaríkjunum selur Kerecis vörur sínar beint til heilbrigðisstofnanna, en á öðrum markaðssvæðum gegnum dreifingaraðila. Árin 2017, 2018 og 2019 hlaut Kerecis viðurkenningu Vaxtarsprotans sem veittur er þeim fyrirtækum á Íslandi sem vaxa hraðast ... og svo unnum við Evrópumeistaramót Mýrarboltans 2018 og 2019!

Kerecis Ísafirði Sundstræti 36, 562 2601
Kerecis Reykjavík Skólavörðustíg 16, 562 2601
Kerecis Bandaríkin 2300 Clarendon Boulevard, Suite 1210, Arlington, Virginia 22201

**kerecis.com**

**To be considered, please apply at https://recruiting.paylocity.com/recruiting/jobs/Apply/401608/Kerecis-LLC/Medical-Writer or e-mail hr@kerecis.com in English before December 31st.**



Vegagerðin er eftirsóknarverður vinnustaður. Áhugasamir einstaklingar eru hvattir til að sækja um óháð kyni.

# Vegagerðin auglýsir fjögur störf laus til umsóknar

**Í boði eru fjölbreytt og krefjandi verkefni á áhugaverðum vinnustað. Vegagerðin leggur áherslu á góðan starfsanda, góð starfsskilyrði og jafnræði kynjanna.**

**Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur um færni viðkomandi til að gegna starfinu.**

## Forstöðumaður hönnunardeildar

Vegagerðin leitar að metnaðarfullum einstaklingi í starf forstöðumanns hönnunardeildar. Áhersla er lögð á að forstöðumaður hafi þekkingu á hlutverki og starfsemi Vegagerðarinnar, búi m.a. yfir þekkingu og reynslu af hönnun samgöngumannvirkja, stjórnun, áætlanagerð og góðri færni í mannlegum samskiptum.

Hönnunardeild hefur yfirumsjón með hönnunarstjórnun og hönnun vega, jarðganga, brúa og annarra vatnavirkja fyrir nýbyggingar og viðhald ásamt gerð verk- og útboðslýsinga. Einnig jarðtæknilega og umferðartæknilega hönnun, mat á umhverfisáhrifum, umferðaröryggismat og umsjón með umferðaröryggisrýni. Deildin hefur jafnframt umsjón með aðkeyptri hönnun frá verkfræðistofum. Hönnunardeild er með starfsemi í Reykjavík og á Akureyri.

**Menntunar- og hæfniskröfur:**
- Háskólapróf í verk- eða tæknifræði, meistarapróf æskilegt
- Reynsla af stjórnun og mannaforráðum
- Marktæk reynsla af stýringu hönnunarverkefna.
- Þekking og reynsla af hönnun samgöngumannvirkja.
- Reynsla af áætlanagerð og verkefnastjórnun.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Skipulagshæfni, frumkvæði og faglegur metnaður
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli.
- Hæfni til að fylgja málum eftir og til að finna bestu lausnir hverju sinni.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Magnús V. Jóhannsson, framkvæmdastjóri mannvirkjasviðs - mvj@vegagerdin.is og í síma 522-1005.

## Deildarstjóri tæknideildar á Suðursvæði

Vegagerðin auglýsir eftir verkfræðingi eða tæknifræðingi til að sinna starfi deildarstjóra tæknideildar á Suðursvæði. Um er að ræða fullt starf og starfsstöðin er á Selfossi.

**Starfssvið**
Leitað er eftir verk- eða tæknifræðingi sem hefur áhuga á að takast á við krefjandi verkefni á sínu fagsviði. Áætlanagerð og tæknilegan undirbúning vegna nýframkvæmda og viðhaldsverka, umferðaröryggisverkefni og umsýsla vegna umsókna um nýja héraðsvegi ásamt umsjón með nýframkvæmdum.

**Menntunar- og hæfniskröfur**
- Verkfræðingur eða tæknifræðingur
- Reynsla af ámóta störfum er kostur
- Reynsla af verkefnastjórnun er kostur
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu
- Frumkvæði og faglegur metnaður
- Skipulögð og ögguð vinnubrögð í starfi
- Góð tölvukunnátta
- Góð íslenskukunnátta
- Kunnátta í ensku og einhverju Norðurlandamáli

Nánari upplýsingar um starfið veitir Svanur Bjarnason svæðisstjóri Suðursvæðis (svanur.g.bjarnason@vegagerdin.is ) og í síma 522 1000.

## Forstöðumaður
### Stafrænir innviðir og ferlaþróun

Vegagerðin leitar að framsýnum og metnaðarfullum einstaklingi í nýtt starf forstöðumanns stafrænna innviða og ferlaþróunar.

Forstöðumaður ber ábyrgð á og hefur umsjón með gæðakerfi Vegagerðarinnar í samráði við forstjóra með áherslu á stafrænar lausnir og ferlaþróun í samstarfi við sérfræðinga og stjórnendur. Auk þess að veita sviðum ráðgjöf við ferlaþróun Vegagerðarinnar. Vinnan á sér stað þvert á starfsemi Vegagerðarinnar. Starfið tilheyrir skrifstofu forstjóra og starfstöðin er í Reykjavík.

**Menntunar- og hæfniskröfur**
- Háskólapróf sem nýtist í starfi. Framhaldspróf æskilegt.
- Marktæk reynsla af stafrænni tækni.
- Reynsla af innleiðingu nýs verklags og ferla.
- Reynsla af stjórnun og verkefnastjórnun.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði, skipulagshæfni og faglegur metnaður.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli.

Nánari upplýsingar um starfið veita Bergþóra Þorkelsdóttir forstjóri (bergthora.thorkelsdottir@vegagerdin.is) eða Sigurbjörg J. Narby Helgadóttir mannauðsstjóri (sigurbjorg.helgadottir@vegagerdin.is) og í síma 522-1000.

## Forstöðumaður stoðdeildar á mannvirkjasviði

Vegagerðin leitar að metnaðarfullum einstaklingi í nýtt starf forstöðumanns stoðdeildar á mannvirkjasviði.

Áhersla er lögð á að forstöðumaður hafi þekkingu á hlutverki og starfsemi Vegagerðarinnar, búi m.a. yfir þekkingu og reynslu á sviði mannvirkjagerðar, stjórnunar og góðri færni í mannlegum samskiptum.

Stoðdeild er ný deild á Mannvirkjasviði. Deildin annast rannsóknir á jarðefnum, efnisleit, námurannsóknir, jarðvegskannanir, jarðvegslýsingar og rekstur rannsóknarstofu. Hefur umsjón með gerð reglna og leiðbeininga um efnisgæði og framkvæmdir og gerð útboðs- og verklýsinga. Einnig eru þar rekin tæki til gagnaöflunar og mælinga ásamt framkvæmd og úrvinnslu mælinga.

Starf forstöðumanns er með starfsstöð í Reykjavík.

**Menntunar- og hæfniskröfur**
- Háskólapróf í verk-, tækni-, eða jarðfræði, meistarapróf æskilegt.
- Reynsla af stjórnun kostur.
- Reynsla af gerð reglna og leiðbeininga.
- Þekking og reynsla á sviði mannvirkjagerðar.
- Frumkvæði, skipulagshæfni og faglegur metnaður.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli.
- Hæfni til að fylgja málum eftir og til að finna bestu lausnir hverju sinni.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Magnús V. Jóhannsson, framkvæmdastjóri mannvirkjasviðs, mvj@vegagerdin.is í síma 522-1005.

**Umsóknarfrestur er til og með 6. janúar 2021.**
**Um 100% störf er að ræða.**

**Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.**

**Öllum umsóknum um störfin verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.**

**Nánari upplýsingar má finna á www.starfatorg.is og www.vegagerdin.is**

**Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.**

**Áhugasamir eru beðnir um að sækja um störfin á www.vegagerdin.is**



# Leikskólastjóri í leikskólann Marbakka

Leikskólinn Marbakki er fimm deilda leikskóli með rými fyrir 98 börn. Leikskólinn tók til starfa árið 1986 og er hann staðsettur í Sæbólshverfi í Kópavogi. Leikskólastarfið er í anda hugmyndafræði Reggio Emilia. Einkunnarorð skólans eru sjálfstæð, glöð og skapandi börn.

Leitað er að stjórnanda sem hefur góða hæfni í mannlegum samskiptum, er skipulagður og umbótadrifinn og hefur metnað til að ná árangri í starfi. Viðkomandi þarf að vera leiðtogi í sínum skóla, veita faglega forystu og búa yfir hæfni og frumkvæði til að skipuleggja skapandi leikskólastarf í samvinnu við starfsmenn, foreldra/forráðamenn og leikskóladeild.

**Menntunar- og hæfniskröfur**

- Kennaramenntun og leyfisbréf kennara
- Reynsla af starfi í leikskóla
- Reynsla af stjórnun í leikskóla
- Framhaldsmenntun (MA, MEd, MBA eða Diplóma að lágmarki) á sviði stjórnunar eða uppeldis- og menntunarfræða
- Forystuhæfileikar og góð færni í mannlegum samskiptum
- Fagleg forysta, sýn og vilji til nýbreytni og þróunar í leikskólastarfi
- Frumkvæði, lausnamiðuð hugsun og metnaður til að ná árangri í starfi
- Góð tölvukunnátta
- Góð íslenskukunnátta

**Umsóknarfrestur er til og með 4. janúar 2021**.

**Allar nánari upplýsingar um starfið má finna á vef Kópavogsbæjar undir auglýst störf**.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar **www.kopavogur.is**

**Kópavogsbær**

kopavogur.is


ETIX EVERYWHERE Borealis

**Tæknimaður í gagnaveri**

**Hlutfall:** Fullt starf **Tegund:** Upplýsingatækni

Leitum að tæknimann (kk/kvk) í viðhald og rekstur á tölvukerfum og innviðum Etix Everywhere Borealis Starfsstaðurinn er á Blönduósi

**Sjá nánar á Job**

job
Finnum draumastarfið saman

job
Finnum draumastarfið saman



Erum við að leita **að þér?**


# Deildarstjóri upplýsingatæknideildar

2000-2020 Lyfjastofnun Icelandic Medicines Agency

Lyfjastofnun óskar eftir að ráða öflugan einstakling til að veita forstöðu deild sem sér um rekstur og uppbyggingu tölvukerfa stofnunarinnar. Leitað er að sveigjanlegum og jákvæðum leiðtoga sem er reiðubúinn að vinna fjölbreytt og krefjandi starf. Starfshlutfall er 100%.

## Helstu verkefni:

- Dagleg stjórnun upplýsingatæknideildar
- Stefnumótun og áætlanagerð upplýsingatæknimála
- Verk- og kostnaðareftirlit, samningagerð og samskipti vegna aðkeyptrar þjónustu
- Verkefnastjórnun hugbúnaðarverkefna, þarfagreining og hönnun sérhæfðra upplýsingakerfa
- Ábyrgð og umsjón með innleiðingu sameiginlegra upplýsingakerfa stofnunarinnar
- Ábyrgð og umsjón með innkaupum á tölvubúnaði
- Ábyrgð og umsjón með fræðslu og þjálfun notenda upplýsingakerfa
- Erlend samskipti við systurstofnanir

## Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf á sviði tölvunar- eða verkfræði skilyrði, framhaldsmenntun er mikill kostur
- Reynsla af rekstri, stjórnun og samningagerð í upplýsingatækni
- Þekking á öryggismálum skilyrði
- Reynsla af verkefnastjórnun í hugbúnaðargerð er kostur
- Þekking á Microsoft Dynamics 365 er mikill kostur
- Mjög gott vald á íslensku og ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Leiðtogahæfni, frumkvæði og faglegur metnaður
- Teymisvitund og lipurð í mannlegum samskiptum
- Nákvæmni, sjálfstæði og skipulögð vinnubrögð

Umsóknarfrestur er til og með 4. janúar 2021. Umsókn óskast fyllt út á **www.intellecta.is** og þarf að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

Lyfjastofnun er ríkisstofnun sem heyrir undir heilbrigðisráðuneytið. Helstu hlutverk stofnunarinnar eru að gefa út markaðsleyfi fyrir lyf í samvinnu við lyfjayfirvöld á Evrópska efnahagssvæðinu, hafa eftirlit með lyfjabúðum, lyfjafyrirtækjum, heilbrigðisstofnunum og söluaðilum lækningatækja á Íslandi, meta gæði og öryggi lyfja og tryggja faglega upplýsingagjöf um lyf og lækningatæki til heilbrigðisstarfsfólks og neytenda. Hjá Lyfjastofnun starfa rúmlega 70 starfsmenn af 6 þjóðernum. Lyfjastofnun leggur áherslu á gott vinnuumhverfi, starfsþróun og framfylgir stefnu um samræmingu fjölskyldulífs og vinnu. Gildi Lyfjastofnunar eru: **gæði – traust – þjónusta**

Nánari upplýsingar um Lyfjastofnun má finna á: **www.lyfjastofnun.is**

Lyfjastofnun hefur hlotið jafnlaunavottun. Laun eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðuneytis og hlutaðeigandi stéttarfélags. Öllum umsóknum verður svarað að ráðningu lokinni. Umsóknir geta gilt í 6 mánuði frá lokum umsóknarfrests.

**Nánari upplýsingar um starfið veita:** Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Hafdís Ósk Pétursdóttir (hafdis@intellecta.is) í síma 511 1225

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir



# Forstjóri
# **Hafrannsóknastofnunar**

**Embætti forstjóra Hafrannsóknastofnunar, rannsókna- og ráðgjafarstofnunar hafs og vatna, laust til umsóknar.**

Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra skipar í embættið til fimm ára frá 1. apríl 2021.

Leitað er eftir einstaklingi sem hefur leiðtogahæfileika, er framsýnn í hugsun, hefur sýnt hæfni í samskiptum og samvinnu og býr yfir metnaði til að ná árangri í þágu almennings og atvinnulífs.

Stofnunin er sjálfstæð rannsókna- og ráðgjafarstofnun sem heyrir undir sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra. Stofnunin á í víðtæku samstarfi við innlendar og erlendar rannsóknastofnanir, atvinnulíf og samfélag. Stofnunin rekur, auk aðalstöðva í Hafnarfirði, starfsstöðvar víða um landið, tilraunaeldisstöð, tvö rannsóknaskip og hefur að jafnaði um 190 starfsmenn í þjónustu sinni. Heildarútgjöld Hafrannsóknastofnunar nema um 4 ma. kr. á ári.

## — MEGIN **STARFSSVIÐ:**

- Stjórnun, leiðsögn og forysta
- Ábyrgð á daglegum rekstri og starfsemi
- Ábyrgð á stefnumótun og áætlanagerð
- Samskipti við stjórnvöld, stofnanir og atvinnulíf
- Forysta um erlent samstarf og samskipti
- Forstjóri er talsmaður stofnunarinnar

## — MENNTUNAR- OG **HÆFNISKRÖFUR:**

- Háskólapróf á verkefnasviði stofnunarinnar
- Árangursrík reynsla af stjórnun og rekstri, þar með talið gerð rekstraráætlana
- Góð hæfni til tjáningar í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Vald á einu Norðurlandamáli er kostur
- Þekking og reynsla af alþjóðasamstarfi er kostur

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur fyrir starfið. Fólk af öllum kynjum er hvatt til að sækja um embættið. Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra mun skipa þriggja manna hæfisnefnd sem metur hæfni umsækjenda og skilar greinargerð til ráðherra.

**Umsóknarfrestur er til og með 19. janúar 2021.**
**Umsóknum skal skila rafrænt á netfangið postur@anr.is.**

**Upplýsingar um starfið veitir Kristján Skarphéðinsson, ráðuneytisstjóri í atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytinu (postur@anr.is).**
**Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun hefur verið tekin.**

**Stjórnarráð Íslands**
Atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið




# ERT ÞÚ TÖLFRÆÐINGUR SEM HEFUR ÁHUGA Á AÐ VINNA Í RANNSÓKN Á HEIMSVÍSU?

Auglýst er eftir tölfræðingi/líftölfræðingi til starfa við vísindarannsóknina **Blóðskimun til bjargar – þjóðarátak gegn mergæxlum**. Markmið hennar er að rannsaka árangur skimunar fyrir forstigi mergæxlis. Rannsóknin er ein stærsta rannsókn sem framkvæmd hefur verið með yfir 80 þúsund þátttakendur og býður upp á gríðarlegan fjölda spennandi úrlausnarefna, sem unnin verða í samstarfi við rannsóknarteymið og fjölda annarra sérfræðinga, tölfræðinga og doktorsnema.

Verkefnið er unnið í samstarfi við Háskóla Íslands, Landspítala, Krabbameinsfélag Íslands, Binding Site í Bretlandi, Memorial Sloan Kettering krabbameinsmiðstöðina í New York og International Myeloma Foundation. Skimað er fyrir forstigi mergæxlis með blóðprufu og þeim einstaklingum sem greinast með forstig mergæxlis fylgt eftir í klínískri rannsókn.

## TÖLFRÆÐINGUR / LÍFTÖLFRÆÐINGUR

**Helstu menntunar- og hæfniskröfur:**

- BS-próf í tölfræði, stærðfræði eða sambærilegur raungreinagrunnur
- Reynsla af úrvinnslu stærri rannsóknarverkefna á sviðum heilbrigðisvísinda er kostur
- Kunnátta á R, Python og reynsla af vinnu á Linux er kostur
- Reynsla af því að vinna í teymi er æskileg
- Sjálfstæð, skipulögð og lausnamiðuð vinnubrögð
- Framúrskarandi samskiptahæfni, nákvæmni, útsjónarsemi og jákvæðni

**Helstu verkefni:**

- Umsjón með tölfræðilegri úrvinnslu gagna rannsóknarinnar
- Tölfræðivinna við fjölda doktorsverkefna

Hægt er að sækja um og fá allar nánari upplýsingar á heimasíðu HÍ: **http://www.hi.is/laus_storf**

**Umsóknarfrestur er til og með 4. janúar 2021**

HÁSKÓLI ÍSLANDS
HEILBRIGÐISVÍSINDASVIÐ



Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi

HAGVANGUR
hagvangur.is




## Slökkvistarf og sjúkraflutningar

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs. vill ráða starfsfólk til að sinna slökkvistarfi og sjúkraflutningum. Við erum að leita að einstaklingum sem vilja láta gott af sér leiða og hafa áhuga á að tilheyra öflugu liði sem hefur það hlutverk að sinna útkallsþjónustu á höfuðborgarsvæðinu.

Þeir sem verða ráðnir hefja þjálfun hjá slökkviliðinu í mars 2021 sem stendur fram í maí þegar vaktavinna hefst. Allir starfsmenn verða að vera reiðubúnir að vinna vaktavinnu. Við hvetjum alla til að sækja um, óháð kyni.

Umsóknarfrestur er til og með 10. janúar 2021. Ítarlegar upplýsingar um hæfniskröfur og umsóknarferlið í heild sinni má finna á heimasíðu SHS (www.shs.is).

Slökkvilið
höfuðborgarsvæðisins

**www.shs.is**

**Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins • Skógarhlíð 14 • S: 528 3000 • www.shs.is**

## VIKING LIFE SAVING EQUIPMENT Á ÍSLANDI

**Óskar eftir að ráða starfsmann á skoðunarsvið fyrirtækisins.**

Við óskum eftir nákvæmum, skipulögðum, heilsuhraustum og jákvæðum einstaklingum til starfa hjá traustu fyrirtæki. Áhugi á björgunarmálum til sjós ásamt ensku- og tölvukunnáttu er kostur.

Nákvæm vinnubrögð og handlægni er skilyrði fyrir starfinu, **Umsóknir ásamt ferilskrá skal senda á eha@viking-life.com eigi síðar en 1. janúar 2021.**



## Byggingarfulltrúi Akureyrarbæjar

Akureyrarbær auglýsir starf byggingarfulltrúa á skipulagssviði laust til umsóknar. Um er að ræða fjölbreytt og áhugavert starf sem krefst góðrar samvinnu og samstarfs við stjórnendur og starfsmenn sveitarfélagsins, stofnanir þess, sem og íbúa, iðnaðarmenn, verktaka, opinbera aðila og aðra er málið varðar.

*Helstu verkefni skipulagssviðs eru skipulagsmál, byggingareftirlit, lóða- og fasteignamál.*

**Helstu verkefni eru:**
- Leyfisveitingar og eftirlit með mannvirkjagerð í samræmi við ákvæði laga og reglugerða
- Yfirferð aðaluppdrátta og annarra hönnunargagna sem fylgja umsóknum um byggingarleyfi
- Almenn ráðgjöf og upplýsingagjöf til hönnuða, byggingaraðila og almennings varðandi byggingarmál
- Umsjón með yfirferð eignaskiptayfirlýsinga og umsókna um rekstrarleyfi
- Ýmiss önnur verkefni á skipulagssviði sem snúa að umsýslu byggingarmála

**Menntunar- og/eða hæfniskröfur:**
- Hafa löggildingu sem hönnuður skv. 25. gr. laga um mannvirki nr. 160/2010
- Að minnsta kosti 5 ára reynsla á sviði byggingarmála og góð þekking á mannvirkjalögum og byggingarreglugerð
- Góð samskipta- og samstarfshæfni
- Skipulagsfærni, nákvæmni og hæfileiki til að vinna sjálfstætt
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er kostur
- Góð almenn tölvukunnátta er nauðsynleg
- Gerð er krafa um vammleysi, s.s. að vera með gott orðspor og að framkoma og athafnir á vinnustað og utan hans samrýmist starfinu

*Nánari upplýsingar um starfið er að finna á heimasíðu Akureyrarbæjar, www.akureyri.is þar sem sótt er um rafrænt.*

**Umsóknarfrestur er til og með 15. janúar 2021**

Akureyrarbær

Geislagata 9 Sími 460 1000 www.akureyri.is akureyri@akureyri.is

ReSource INTERNATIONAL

## Full-stack developer – Full position

ReSource is looking for a positive and open-minded individual that can take part in the development of our platforms which are used to deliver data to our customers. The job requires integrating various data streams and geospatial data into a platform to support analysis and decision making with the aim of increasing **sustainability and efficiency**.
The individual that ReSource is looking for should be willing to work both in teams and be proactive independently.

### About ReSource

**ReSource International** is a company specialised in environmental consulting and services. We provide new concepts in our field of expertize with innovative state of mind. The company is in continuous growth and now is expanding with activities outside Iceland with offices in Sweden and Switzerland.

**Key responsibilities**
- Design, build and maintain our platforms
- Work with engineers and specialists across the company on integrating different types of data
- Improve our internal engineering and software standards, tools and processes

**Key skills and experience**
- Programming experience in Python and JavaScript
- JavaScript frontend frameworks, e.g. React
- Python web frameworks, e.g. Flask
- Building relational databases (SQL/Postgres)
- Working with geodata and spatial databases (Qgis, Postgis)
- Experience with cloud platforms (e.g. AWS, Heroku)
- Ability to lead development at both front and back-end
- English proficiency

More info available at **www.resource.is/company/career/**
Please send us an email/letter of motivation along with your CV, Linkedin or other support materials (portfolio, links, etc.). At **job@resource.is.** The application deadline is till the **8th of January 2021**.



MOSFELLSBÆR

## Verkefnastjóri hjá byggingarfulltrúa

**MOSFELLSBÆR LEITAR AÐ VERKEFNASTJÓRA HJÁ BYGGINGARFULLTRÚA Á UMHVERFISSVIÐI**

Verkefnastjóri starfar undir stjórn byggingarfulltrúa og annast almennt byggingareftirlit og úttektir, skráningu fasteigna sem og yfirferð umsókna og hönnunargagna. Þá veitir hann íbúum og öðrum hagaðilum ráðgjöf í byggingartengdum málefnum og um landupplýsingakerfi.

Starfið felur í sér fjölbreytt verkefni, meðal þeirra er byggingareftirlit á verkstað, úttektir, samskipti og miðlun upplýsinga varðandi byggingarmál, yfirferð uppdrátta, utanumhald rafrænnar byggingargáttar, útgáfu vottorða og skráningu mannvirkja, aðkomu að skipulagsmálum, auk aðstoðar við kortagrunna og fleiri tengd verkefni.

Mosfellsbær er öflugt og framsækið sveitarfélag þar sem gildin virðing, jákvæðni, framsækni og umhyggja eru leiðarljós starfsmanna í daglegu starfi. Þjónustustöð heyrir undir umhverfissvið Mosfellsbæjar.

**Menntunar- og hæfnikröfur:**
- Háskólamenntun í arkitektúr, byggingarverkfræði, byggingartæknifræði eða byggingafræði er skilyrði
- Reynsla á sviði hönnunar- og mannvirkjagerðar er skilyrði
- Löggilding hönnuðar er skilyrði
- Þekking á lagaumgjörð byggingarmála er skilyrði
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu er kostur
- Þekking á verkefnastjórnun er æskileg
- Góð tölvukunnátta er skilyrði
- Góðir samskiptahæfileikar og hæfni til að tjá sig í rituðu og töluðu máli nauðsynleg
- Frumkvæði í starfi og faglegur metnaður
- Góð íslenskukunnátta er skilyrði

**Umsóknarfrestur er til og með 10. janúar 2021.**

Umsóknir skulu innihalda starfsferilsskrá og kynningarbréf sem greinir frá reynslu, menntun og fyrri störfum ásamt rökstuðningi fyrir hæfni í starfið. Nánari upplýsingar um starfið er að finna á ráðningarvef Mosfellsbæjar en auk þess veitir Jóhanna B. Hansen framkvæmdastjóri umhverfissviðs og Árni Jón Sigfússon, byggingarfulltrúi upplýsingar í síma 525 6700. Um framtíðarstarf er að ræða. Öllum umsóknum verður svarað. Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Ráðið er í öll störf óháð kyni.

Þverholt 2 I Mosfellsbær 270 I Sími 525 6700 I mos.is

VIRÐING JÁKVÆÐNI FRAMSÆKNI UMHYGGJA



# Tæknimaður/Verkefnastjóri

Alverk er metnaðarfullt og framsækið stjórnunarfyrirtæki í mannvirkjagerð með megináherslu á framkvæmdir og ráðgjöf. Fyrirtækið starfar að mestu sem stjórnunar, al- og/eða aðalverktaki.

Við horfum bjartsýn til næstu ára, verkefnastaða félagsins er góð, mörg spennandi verkefni í vinnslu og önnur í undirbúningi.

Okkur vantar góðan liðsauka. Umsækjendur þurfa að vera með reynslu af sambærilegum störfum, liprir í mannlegum samskiptum og með ríka þjónustulund.

### Helstu verkefni

- Verkþáttastýring og verkefnastjórn
- Framkvæmdaeftirlit
- Þátttaka í verkfundum
- Þátttaka í gerð verkáætlana
- Þátttaka í rýnifundum tengdum verkefna- og gæðastjórnun

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Prófgráða í byggingaverkfræði, byggingafræði eða byggingatæknifræði
- Iðnmenntun á byggingasviði
- Meistararéttindi eru kostur
- Reynsla af sambærilegum störfum
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Góð tölvukunnátta, gott vald á íslensku í rituðu og töluðu máli, ásamt góðri enskukunnáttu

**Umsóknarfrestur er til og með 8. janúar nk.** Umsóknum um starfið þarf að fylgja kynningarbréf ásamt ferilskrá, þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi í starfið. Umsóknir sendist á *thorleifur@alverk.is*.

Nánari upplýsingar veitir: Þorleifur Kristinn Árnason (*thorleifur@alverk.is*).

ALVERK
FRAMKVÆMDIR OG RÁÐGJÖF




## Teymisstjóri samskiptateymis

Reykjavíkurborg leitar að öflugum einstaklingi til að stýra samskiptateymi Reykjavíkurborgar. Samskiptateymið er staðsett á skrifstofu borgarstjóra og borgarritara og fer með faglega forystu varðandi framsækni og framþróun í upplýsingagjöf, vöktun, miðlun og samskiptum borgarinnar við starfsfólk, íbúa, fjölmiðla og gesti borgarinnar og vinnur að því að Reykjavíkurborg sé í fararbroddi á þessu sviði. Í samskiptateymi starfa sérfræðingar á sviði upplýsingamála.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Innleiðing og eftirfylgni samskipta- og upplýsingastefnu borgarinnar.
- Stjórnun og dagleg ábyrgð á starfsemi og rekstri samskiptateymis.
- Fagleg uppbygging og þróun samskiptateymis.
- Leiða samráðsvettvang upplýsingafulltrúa innan Reykjavíkurborgar.
- Leiða Reykjavíkurborg inn í áskoranir í síbreytilegu og fjölbreyttu fjölmiðlaumhverfi.
- Ráðgjöf á sviði samskipta- og upplýsingamála borgarinnar.
- Yfirumsjón með skipulagi og ráðgjöf hvað varðar samskipti við fjölmiðla og almenning.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólagráða sem nýtist í starfi. Framhaldsmenntun er kostur.
- Leiðtogahæfileikar og farsæl stjórnunarreynsla.
- Víðtæk reynsla af fjölmiðlum og/eða upplýsingamiðlun og notkun og stjórnun samfélagsmiðla og nýmiðla.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu, stefnumótunarvinnu og áætlunargerð er kostur.
- Góð samskiptahæfni.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Framsýni, metnaður, frumkvæði og skipulagshæfileikar.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku. Kunnátta í öðrum tungumálum er kostur.

Starfshlutfall er 100% með starfsstöð í Ráðhúsinu. Umsækjendur eru vinsamlega beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, **www.reykjavik.is/storf**. Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf.

**Umsóknarfrestur er til 31. desember 2020.**

Nánari upplýsingar um starfið veita **Þorsteinn Gunnarsson** borgarritari í gegnum tölvupóstfangið **thorsteinn.gunnarsson@reykjavik.is** og **Lóa Birna Birgisdóttir** sviðsstjóri mannauðs- og starfsumhverfissviðs í gegnum tölvupóstfangið **loa.birna.birgisdottir@reykjavik.is**.


## Jón Stefánsson blómamynd

Traustur viðskiptavinur óskar eftir
að kaupa blómamynd eftir Jón Stefánsson.

**Smiðjan- Listhús Sími 895 0665**


Skipulagssvið Akureyrarbæjar

## Ný íbúðabyggð í Holtahverfi

**Eftirtaldar skipulagstillögur eru auglýstar samhliða:**

### Tillaga að breytingu á Aðalskipulagi Akureyrar 2018-2030 fyrir Holtahverfi

Bæjarstjórn Akureyrarbæjar hefur þann 15. desember 2020 samþykkt að auglýsa breytingu á Aðalskipulagi Akureyrar 2018-2030, skv. 1. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Breyting er gerð á reitum ÍB17 og ÍB18. Helstu breytingar eru að áætlaðri skiptingu íbúðategunda (einbýli, par-/raðhús, fjölbýli) er breytt og gert ráð fyrir fleiri íbúðum í fjölbýli sem aftur felur í sér að heildarfjöldi íbúða eykst nokkuð. Þá er gert ráð fyrir að hámarkshæð fjölbýlishúsa geti verið allt að fjórar hæðir.

### Tillaga að nýju deiliskipulagi fyrir Holtahverfi norður

Bæjarstjórn Akureyrarbæjar auglýsir hér með skv. 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að deiliskipulagi. Skipulagssvæðið afmarkast af Undirhlíð í suðaustri, Hörgárbraut í suðri, Hlíðarbraut og athafnasvæði í Krossaneshaga í vestri, Krossanesbryggju í norðri, ósnertri strandlengjunni að norðan og iðnaðar- og hafnarsvæðinu við Sandgerðisbót að austan,.

Tillagan gerir m.a. ráð fyrir nýrri íbúðabyggð norðaustan við Krossanesbraut með blandaðri byggð fjölbýlishúsa, raðhúsa, parhúsa og einbýlishúsa. Umferðarskipulag verður bætt, nýjir stígar og útivistarsvæði verða í hverfinu og áhersla verður á vistvænt skipulag og umhverfisvænar samgöngur.

Við gildistöku deiliskipulags Holtahverfis fellur deiliskipulag Einholts og deiliskipulag Undirhlíðar-Miðholts úr gildi.

### Tillaga að deiliskipulagsbreytingu fyrir Stórholt – Lyngholt

Bæjarstjórn Akureyrarbæjar auglýsir hér með skv. 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að deiliskipulagsbreytingu.

Tillagan gerir ráð fyrir breytingu á afmörkun skipulagssvæðisins í samræmi við nýtt deiliskipulag Holtahverfis norður.

### Tillaga að deiliskipulagsbreytingu fyrir Sandgerðisbót

Bæjarstjórn Akureyrarbæjar auglýsir hér með skv. 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að deiliskipulagsbreytingu.

Tillagan gerir ráð fyrir breytingu á afmörkun skipulagssvæðisins í samræmi við nýtt deiliskipulag Holtahverfis norður.

Hægt er að skoða tillöguuppdrætti ásamt greinargerðum á heimasíðu bæjarins: www.akureyri.is – neðst á forsíðu undir: Auglýstar skipulagstillögur

Frestur til að gera athugasemdir við tillögurnar rennur út mánudaginn 1. febrúar 2021 og skal athugasemdum skilað skriflega til skipulagssviðs Akureyrarbæjar, Geislagötu 9, 3. hæð eða með tölvupósti (skipulagssvid@akureyri.is) þar sem nafn, kennitala og heimilisfang sendanda kemur fram.

*Persónuupplýsingar sem fylgja athugasemdum við skipulag, s.s. kennitala, nafn og netfang eru aðeins nýttar í þeim tilgangi að vinna úr athugasemdum og auðkenna sendanda. Sjá nánar um meðferð persónuupplýsingar hjá Akureyrarbæ https://www.akureyri.is/is/stjornkerfi/stjornsysla/personuverndarfulltrui*

*Athugasemdir teljast til opinberra gagna. Vakin er athygli á því að nöfn þeirra sem senda athugasemdir koma fram í fundargerðum skipulagsráðs sem eru birtar á heimasíðu Akureyrarbæjar.*

***Sviðsstjóri skipulagssviðs***

Akureyrarbær
Skipulagssvið
Geislagata 9 Sími 460 1000 www.akureyri.is akureyri@akureyri.is




Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík
Sími 552 1212 | vinnvinn@vinnvinn.is | www.vinnvinn.is
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

# ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Skógarhús við Funaborg. Aðkoma á verktíma og stofnlagnir** – Útboð nr. 15069

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

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

Sveitarfélagið ÁRBORG

## AUGLÝSING UM FORVAL

Sveitarfélagið Árborg lýsir eftir áhugasömum aðilum til þess að taka þátt í útboði vegna hönnunar og byggingar færanlegra kennslustofa fyrir Stekkjaskóla á Selfossi.

**Stekkjaskóli – Færanlegar kennslustofur,**
Alútboð nr. 2006052.

**Lauslegt yfirlit yfir verkið:**
Við Stekkjaskóla á að smíða, fullgera og setja niður 10 færanlegar kennslustofur ásamt tengigangi. Heildarstærð kennslustofa og tengigangs er u.þ.b. 1.100 m².

Kennslustofueiningarnar skulu þannig gerðar að hægt sé að fjarlægja einingarnar með krana og setja niður annars staðar, þegar þörf á viðbótar kennsluhúsnæði breytist. Væntanlegur verktaki mun fullhanna einingarnar og afhenda fullbúnar ásamt tengigangi á lóð Stekkjaskóla í Björkurstykki á Selfossi. Gert er ráð fyrir að bjóðandi smíði bæði kennslustofueiningar og tengigang, annars staðar, og komi með þau og setji niður á undirstöður eftir útfærslu bjóðanda. Einnig er mögulegt að byggja einingarnar og tengigang á staðnum. Nánari lýsingu og útskýringar er að finna í útboðsgögnum.

**Lok framkvæmda: 31. júlí 2021.**

Skilyrði þátttöku eru nánar útskýrð í útboðsgögnum sem verða afhent á rafrænu formi frá og með **þriðjudeginum 15. desember 2020.** Þeir sem hyggjast taka þátt í útboðinu skulu hafa samband við Eirík Stein Búason hjá Verkís hf. á Selfossi með tölvupósti í netfangið **verkis.selfoss@verkis.is** og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang sitt og fá útboðsgögnin í kjölfarið send í tölvupósti.

Gögnum þátttakenda skal skila til Verkís hf., **fyrir kl. 14.00 föstudaginn 15. janúar 2021.** Fyrirmælum varðandi skil gagna er nánar lýst í útboðsgögnum.

***Mannvirkja- og umhverfissvið Árborgar***

# Félagsmálaráðuneytið auglýsir **styrki úr þróunarsjóði innflytjendamála** 2020-2021

Félagsmálaráðuneytið og innflytjendaráð auglýsa eftir umsóknum um styrki úr þróunarsjóði innflytjendamála 2020-2021. Hlutverk sjóðsins er að efla rannsóknir og styðja þróunarverkefni á sviði málefna innflytjenda með það að markmiði að auðvelda gagnkvæma aðlögun innflytjenda og íslensks samfélags. Við ákvörðun um styrkveitingar verður lögð áhersla á eftirfarandi:

- **Börn og ungmenni:** Áhersla er lögð á verkefni sem snúa að börnum og ungmennum af erlendum uppruna. Sérstöku fjármagni verður veitt til verkefna sem tengjast ungmennum af erlendum uppruna sem eru hvorki í vinnu né námi.
- **Atvinna og virkni:** Sérstök áhersla er lögð á rannsóknar- og þróunarverkefni sem tengjast innflytjendum á vinnumarkaði og virkniúrræðum fyrir þá sem eru í atvinnuleit.
- **Covid-19:** Rannsóknir og þróunarverkefni sem tengjast áhrifum Covid-19 heimsfaraldursins á innflytjendur á Íslandi.
- **Önnur verkefni** er varða málefni innflytjenda koma einnig til álita.

Styrkir verða veittir félögum, samtökum og opinberum aðilum. Félags- og hagsmunasamtök innflytjenda eru sérstaklega hvött til þess að sækja um. Einstaklingum verður að jafnaði einungis veittir styrkir til rannsókna. Styrkir geta að hámarki numið 75% af áætluðum heildarkostnaði verkefnis. Unnt er að sækja um bæði á íslensku og ensku.

Umsóknarfrestur er til **kl. 16.00** mánudaginn **1. febrúar 2021.**
Umsóknir sem berast eftir að umsóknarfrestur rennur út verða ekki teknar til umfjöllunar.

**Sækja skal um á rafrænu formi á** umsóknarvef Stjórnarráðsins: minarsidur.stjr.is

Undir flipanum **Eyðublöð** eru eyðublöð flokkuð eftir ráðuneytum og stofnunum. Undir félagsmálaráðuneytinu er umsóknareyðublaðið **Þróunarsjóður innflytjendamála 2020-2021.**
Vísað er á nánari upplýsingar um þróunarsjóðinn á vef Stjórnarráðsins, meðal annars reglur þróunarsjóðs innflytjendamála með nánari upplýsingum um skilyrði fyrir styrkveitingum.

Í janúar mun innflytjendaráð standa fyrir opnum kynningarfundi fyrir væntanlega umsækjendur um umsóknarferlið, áherslur ársins og reglur sjóðsins. Fundurinn verður nánar auglýstur síðar.

Frekari upplýsingar fást í félagsmálaráðuneytinu í síma 545 8100 og með tölvupósti á netfangið frn@frn.is.
Trúnaðar er gætt við meðferð allra umsókna.

**Stjórnarráð Íslands**
Félagsmálaráðuneytið

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957
EIGNAMIÐLUN
GRENSÁSVEGUR 11 | SÍMI 588 9090 | WWW.EIGNAMIDLUN.IS



**BÓKIÐ SKOÐUN**
**SÝNUM DAGLEGA**
**AFHENDING 1. MARS**

**FREKARI UPPLÝSINGAR**



**Daði Hafþórsson**
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096
dadi@eignamidlun.is



**Hilmar Þór Hafsteinsson**
Löggiltur fasteignas., lögg. leigumiðlari. Sími 824 9098
hilmar@eignamidlun.is



**Unnar Kjartansson**
Nemi til löggildingar fasteignasala.
Sími 867 0968

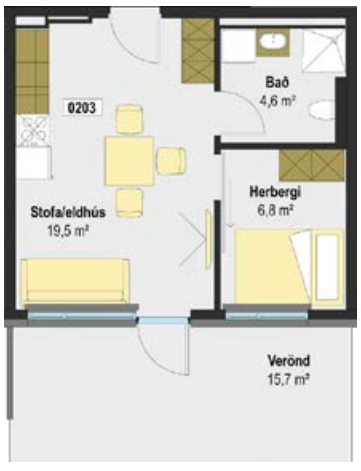


**Ármann Þór Gunnarsson**
Löggiltur fasteignasali
Sími 847 7000
armann@eignamidlun.is

# NÝBÝLAVEGUR 10

**NÝTT Í SÖLU**

Nýjar glæsilegar 2ja-4ra herbegja íbúðir í áklæddu lyftuhúsi við Nýbýlaveg 10. Öllum íbúðum fylgir stæði í lokaðri bílageymslu. Leyfi til að loka svölum. Innréttingar og eldhústæki frá Ormsson. Frábær staðsetning þar sem stutt er í alla þjónustu og almenningssamgöngur. Afhending er áætluð 1. mars 2021.




**Dæmi, íbúð 203**
Verð 32.900.000
Stærð 47,1 fm.
2ja herbergja.




**Dæmi, íbúð 301**
Verð 46.900.000
Stærð 69,2 fm.
3ja herbergja.







# FASTEIGNASALAN TORG

Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

2020 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri — Viðskiptablaðið Keldan

# 520 9595

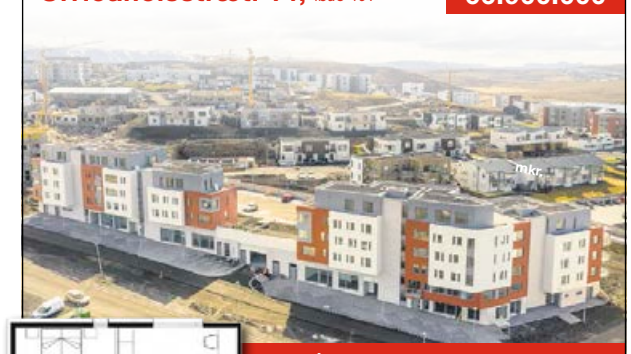
Fasteignasalan TORG Garðatorgi 5 210 Garðabær www.fstorg.is

kraftur • traust • árangur



| Hafdís Fasteignasali | Sigurður Fasteignasali | Dórothea Fasteignasali | Þorsteinn Fasteignasali | Jóhanna Kristín Fasteignasali | Sigríður Fasteignasali | Berglind Fasteignasali | Jón Gunnar Fasteignasali | Helgi Fasteignasali | Hrönn Fasteignasali | Hólmgeir Lögmaður | Þóra Fasteignasali | Þorgeir Fasteignasali | Hafliði Fasteignasali | Ragnar Fasteignasali | Darri Örn Sölufulltrúi | Elka Fasteignasali | Unnur Svava Sölufulltrúi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 820 2222 | 898 6106 | 898 3326 | 694 4700 | 837 8889 | 699 4610 | 694 4000 | 848 7099 | 780 2700 | 692 3344 | 520 9595 | 822 2225 | 696 6580 | 846 4960 | 844 6516 | 767 0000 | 863 8813 | 623 8889 |

## Urriðaholsstræti 14, *íbúð 401* — 66.900.000



OPIÐ HÚS sunnud. 20. des. kl 13:30-14:00

Herbergi: 3 | Stærð: 1271 m² | bílageymsla





Þorsteinn fasteignasali 694 4700



Berglind fasteignasali 694 4000

### GLÆSILEG NÝ ÍBÚÐ VIÐ URRIÐAHOLTSSTRÆTI 14-16 OG 18-20

**Íbúð 401:** Falleg 3ja herbergja íbúð á 4. hæð skráð stærð 127,4 fm þar af geymsla 15,4 fm. Aukin lofthæð er í íbúðinni. Eigninni fylgir stæði í lokaðri bílageymslu.

**Eignin skiptist í:** Forstofu/hol, 2 svefnherbergi, 1 stofu, eldhús ,1 baðherbergi og þvottahús.

## Bæjarlind 5 — 201 Kópavogur — 139.000.000



HRINGDU NÚNA OG BÓKAÐU SKOÐUN.

Herbergi: 3 Stærð: 230,6 m² 2xstæði í bílageymslu

Alvöru penthouse miðsvæðis í kópavogi. Íbúðin er á 11.hæð með stórglæsilegu útsýni til norðurs, austurs og suður. Lyftan gengur beint inn í íbúðina með sér aðgangslykli.

Íbúðin er seld tilbúin til innréttinga til að kaupandi geti sjálfur sett sinn stíl á eignina. Tvö stæði í bílakjallara fylgja íbúðinni og innaf þeim er stór dótakassi. Einnig fylgir geymsla.

**Upplýsingar veitir Berglind fasteignasali í gsm:** 694 4000

## Urriðaholtsstræti 16 — Garðabær — 85.900.000




HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN

Herbergi: 5 Bílageymsla

**GLÆSILEG ÍBÚÐ VIÐ URRIÐAHOLTSSTRÆTI 16 SEM BÝÐUR UPP Á FJÖLMARGA MÖGULEIKA.** Tvær íbúðir eða einn íbúð á tveimur hæðum. Íbúð 204: er 162.9 fm 5 herb. íbúð á tveimur hæðum í lyftuhúsi. Eignin er skráð sem hér segir , nánar tiltekið eign merkt 02-04.

**Upplýsingar veitir Þorsteinn fasteignasali í gsm:** 694 4700

## 102 REYKJAVÍK.IS

### Smyrilshlíð 1og 3

- Öllum íbúðum fylgir uppþvottvél og ísskápur
- Sælureitur þar sem borgarlífið og náttúran mætast
- Öll þjónusta í göngufæri





HRINGIÐ Í SÖLUMENN OG BÓKIÐ SKOÐUN

**SÍÐASTI ÁFANGINN KOMINN Í SÖLU!**

Mjög góðar íbúðir til sölu. Smyrilshlið 1 og Smyrilshlíð 3. Frábærar og vandaðar íbúðir í boði. 3 - 5 herbergja m/stæði í bílageymslu. ***Áætl. afhendingar á íbúðum í síðasta áfanga, er mar/apr 2021.***

## Gautavík 32 — 112 Reykjavík — 57.900.000



OPIÐ HÚS mánudaginn 21.des. kl 17.30-18.00

Herbergi: 4-5 Stærð: 120,7 m²

4-5 herbergja íbúð í góðu fjölbýli með sérinngangi á 2. hæð á mjög eftirsóttum stað í Grafarvoginum. Íbúðin skiptist í anddyri, stofu, borðstofu, sjónvarpsstofu, eldhús, þrjú svefnherbergi, þvottahús og baðherbergi. Þvottahús er innan íbúðar. Tvennar svalir með fallegu útsýni. Sér geymsla og hjóla- og vagnageymsla í sameign.

**Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm:** 696 6580

## Þórsgata 14 — 101 Reykjavík — 97.900.000




BÓKIÐ SKOÐUN!

Herbergi: 4-5 Stærð: 127,1 m²

**GÓÐUR FJÁRFESTINGAKOSTUR.** Þrjár íbúðir á þremur fastanúmerum til sölu við Þórsgötu í miðbæ Reykjavíkur. Þessar þrjár eignir er staðsettar í sama húsi við Þórsgötu 14. Eigandi hefur hug að selja þær allar saman. Í dag eru þessar eignir í langtímaleigu og möguleiki að yfirtaka þá samninga.

**Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm:** 696 6580

## Kópavogsbraut 3 — 200 Kópavogur — 42.900.000



BÓKIÐ SKOÐUN Í GSM: 898-3326!

Herbergi: 2 Stærð: 64,3 m²

*** FRÁBÆR FYRSTU KAUP!*** Björt og rúmgóð tveggja herb. íbúð á fyrstu hæð með suðursvalir í fallegu endurbyggðu fjölbýli í Kópavogi að innan sem utan. Íbúðin skiptist í forstofu, svefnherbergi, rúmgott baðherbergi, aðalrými með stofu, borðstofu, og eldhúsi.

**Upplýsingar veitir Dórothea fasteignasali í gsm:** 898 3326

## Vinastræti 16 — 210 Garðabæ — 61.900.000



BÓKIÐ SKOÐUN Í GSM: 767-0000

Herbergi: 3 Stærð: 113,8 m² 2 x stæði í bílageymslu

Glæsileg þriggja herbergja íbúð á þriðju hæð í nýju lyftuhúsi með austur svalir og tvö stæði í bílageymslu. Íbúðin skilast fullbúin með gólfefnum, innfeldum ísskáp og uppþvottavél. Eignin er alls 113,5fm að stærð en þar af er 11,9fm sérgeymsla í sameign ásamt tveimur bílastæðum í bílakjallara.

**Upplýsingar veitir Darri aðst.maður fasteignasala í gsm:** 767 0000

## Sólheimar 23 — 104 Reykjavík — 49.900.000



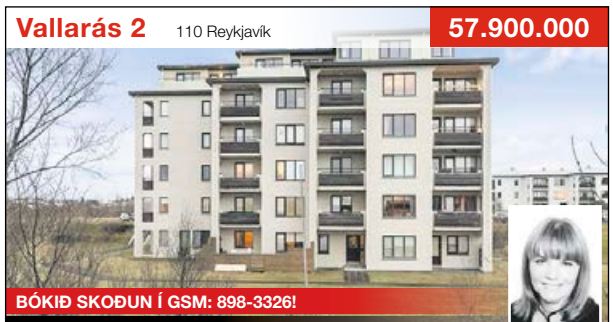
BÓKIÐ SKOÐUN Í GSM: 767-0000

Herbergi: 3-4 Stærð: 107,8 m²

Þriggja til fjögurra herbergja íbúð við Sólheima 23. Íbúðin er 107,8 fm á þriðju hæð og skiptist í anddyri, tvö svefnherbergi, stóra stofu sem auðveldlega er hægt að skipta niður í tvö rými, eldhús, baðherbergi, geymslu ásamt geymslu í sameign. Einnig er íbúðin með yfirbyggðar svalir.

**Upplýsingar veitir Darri aðst.maður fasteignasala í gsm:** 767 0000

## Vallarás 2 — 110 Reykjavík — 57.900.000



BÓKIÐ SKOÐUN Í GSM: 898-3326!

Herbergi: 5 Stærð: 117,4 m²

*** Einstakt útsýni*** Fimm herbergja íbúð á efstu hæð í sex hæða lyftuhúsi við jaðarbyggð við Víðidalinn. Eignin er með fjögur svefnherbergi í dag og eldhús opið við stofu/borðstofu. Góðar suðursvalir. Merkt bílastæði. Flestir gluggar í íbúð endurnýj. og þak að hluta.

**Upplýsingar veitir Dórothea fasteignasali í gsm:** 898 3326

## Efstaleiti 11- *íb 406* — 108 Reykjavík — 77.900.000




HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN 898 6106

Herbergi: 3 Stærð: 106,1 m²

Glæsileg 3ja herbergja íbúð á fjórðu- og næst efstu hæð, með stæði í bílakjallara og með suðursvölum og útsýni í þrjár áttir, norður, norð-vestur og suð-suðvestur! Íbúiðn er ný og hefur verið uppfærð og verður afhent með glæsilegum innréttingum, uppfærð eldhústæki, steinn á borðum o.fl.

**Upplýsingar veitir Sigurður fasteignasali í gsm:** 898 6106

## Hverfisgata 108 — 105 Reykjavík — 31.900.000



BÓKIÐ SKOÐUN Í GSM: 767-0000

Herbergi: 3 Stærð: 52.1 m²

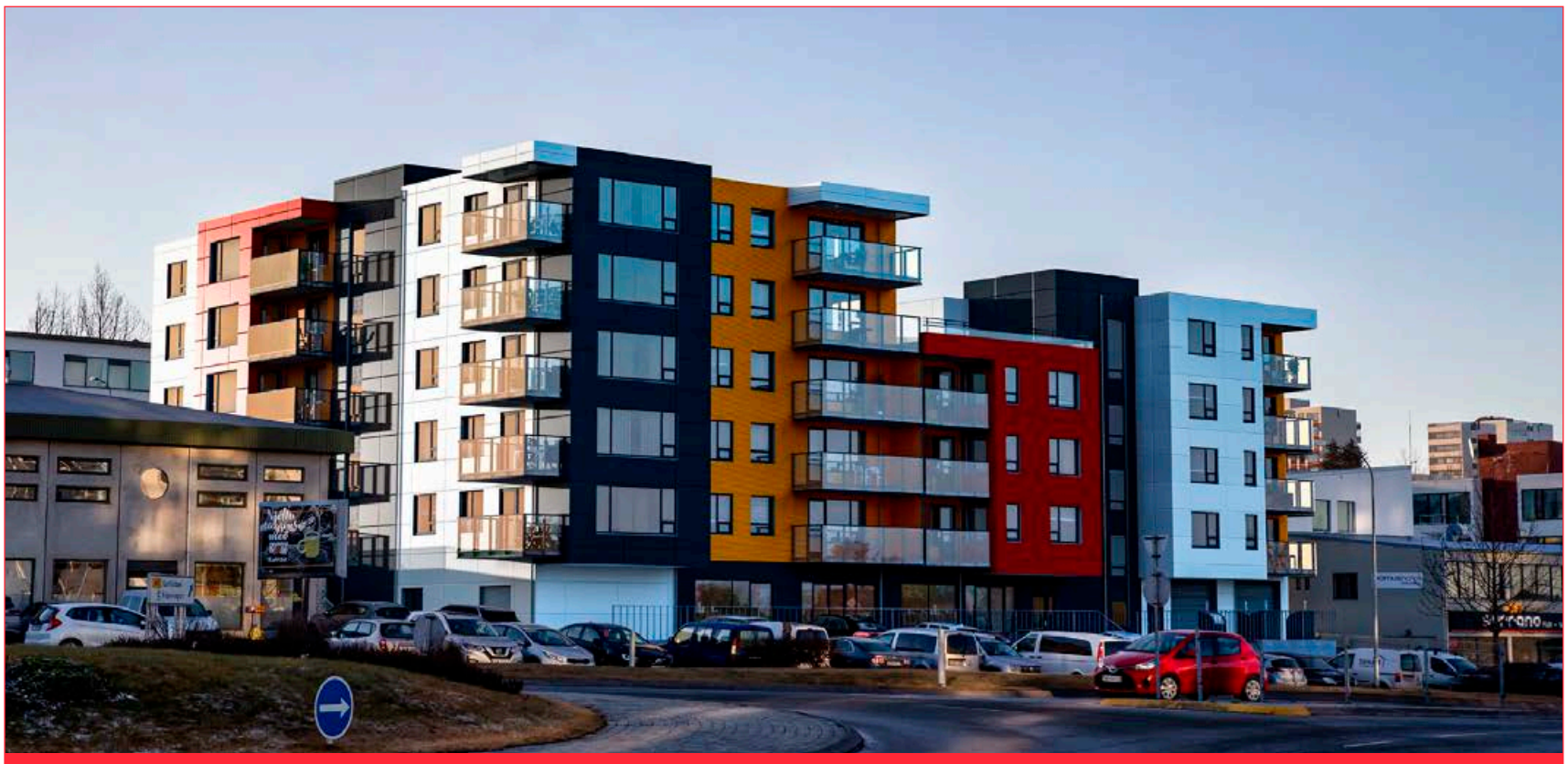
Þriggja herbergja íbúð á fyrstu hæð við Hverfisgötu 108. Eignin er skráð 52,1 fm og skiptist í tvö svefnherbergi, eldhús, baðherbergi og stofu/borðstofu. Eignin er skráð sem verslunarrými.

**Upplýsingar veitir Darri aðst.maður fasteignasala í gsm:** 767 0000

VIÐ KYNNUM

# Nýbýlavegur 10 Kópavogi

LIND FASTEIGNASALA
Bæjarlind 4 / 201 Kópavogur
510 7900 / www.FASTLIND.is



**Sýnum alla daga – bókið skoðun**

## Fallegar og vel skipulagðar nýjar íbúðir, miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu. Frábærar eignir fyrir fyrstu kaupendur.

Íbúðir afhendast fullbúnar án gólfefna og með vönduðum innréttingum frá HTH.

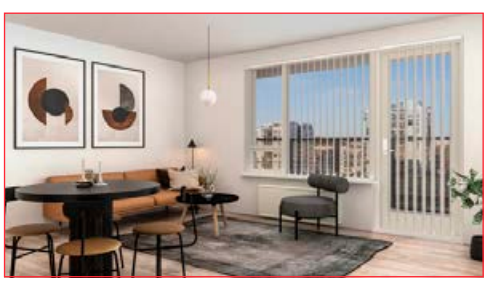
Innbyggð uppþvottavél og stæði í bílageymslu fylgir öllum íbúðum.

2 - 4 herbergja íbúðir, stærðir frá 47 fm - 146,2 fm.

- Afhending eigi síðar en mars 2021.
- Lyfta niður í bílageymslu.
- Fullbúnar íbúðir til sýnis.
- 2 - 4 herbergja, 47 - 146,2 fm.

**Sýnum alla daga – bókið skoðun**








## NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA


Þorsteinn Yngvason
Lögg. fasteignasali
696 0226
thorsteinn@fastlind.is


Magnús Már Lúðvíksson
Lögg. fasteignasali
699 2010
magnus@fastlind.is


Helga Pálsdóttir
Lögg. fasteignasali
822 2123
helga@fastlind.is

JÁVERK

LIND Fasteignasala
**Uppspretta ánægjulegra viðskipta**

LIND FASTEIGNASALA

**510 7900**

Bæjarlind 4 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

# Nýtt og glæsilegt fjölbýlishús á leið í sölu í Lindarhverfi Kópavogi

**FÁÐU FORGANG SENDU PÓST Á GUDRUN@FASTLIND.IS**

## NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA



Guðrún Antonsdóttir
Lögg. fasteignasali
**621 2020**
gudrun@fastlind.is



Heimir Hallgrímsson
Lögg. fasteignasali
Lögmaður
**849 0672**
heimir@fastlind.is



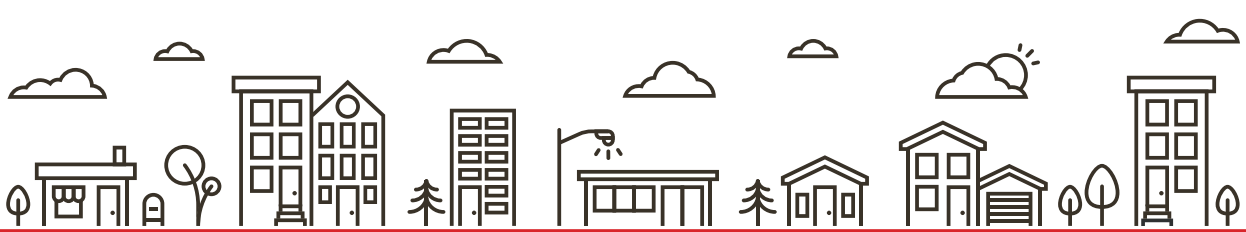
Hannes Steindórsson
Lögg. fasteignasali
**699 5008**
hannes@fastlind.is

- **Stærðir frá 52 fm til 203 fm**
- **Tveggja til fjögurra herbergja**
- **Fullbúið án gólfefna, húsið klætt að utan**
- **Afhending apríl 2021**
- **30 íbúðir undir 70 fm**
- **Einstakar penthouse íbúðir**

VILDARKORT LIND FASTEIGNASALA

Allir kaupendur og seljendur fá
**Vildarkort Lindar**
sem veitir **30% afslátt**
hjá eftirfarandi fyrirtækjum

S:HELGASON · Flügger litir · Betra BAK · ÍSLEIFUR JÓNSSON · DORMA · HÚSGAGNA HÖLLIN · Flísabúðin · PARKET & GÓLF



LIND Fasteignasala
**Uppspretta ánægjulegra viðskipta**

EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

## STAKKHOLT 4A

**77,2 m²**
**105 Reykjavík**
**Verð: 64.800.000 kr.**



**Brynjar Þór Sumarliðason**
Löggiltur fasteignasali
Sími 896 1168
brynjar@eignamidlun.is



**OPIÐ HÚS sunnudaginn 20. desember kl. 13:00 - 13:30**

Alveg frábær 77.2 fm tveggja herbergja útsýnis íbúð á sjöttu hæð við Stakkholt 4a við miðbæ Reykjavíkur. Mikið útsýni yfir Reykjavík og sundin. 25fm þaksvalir með útsýni til suðurs, vestur og norðurs og aðrar svalir með útsýni til norðurs.

EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

## LAUGARNESVEGUR 62

**87.3 m² - 3ja herbergja**
**105 Reykjavík**
**Verð: 52.900.000 kr.**



**Daði Hafþórsson**
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096
dadi@eignamidlun.is



**OPIÐ HÚS sunnudaginn 20. desember kl. 14.30-15.00**

Laugarnesvegur 62, virkilega góð 3ja herbergja 87.3 fm íbúð merkt 02-02. Vel skipulögð eign með þvottahúsi innan íbúðar og fallegu eldhúsi .

búmenn

## Búseturéttir til sölu



### Akurgerði 25

Til sölu er búseturéttur að Akurgerði 25 íbúð 103, 190 Vogum. Eignin er einstaklingsíbúð, 68,9fm að stærð með aðgengi að mötuneyti og þjónustumiðstöð 60 ára og eldri. Þar er skipulögð dagskrá eins og félagsvist, leikfimi, bingó og föndur.

**Ásett verð búseturéttarins er kr.4.000.000,- og mánaðarlegt búsetugjald miðað við 1.desember er kr.103.874.**

Innifalið í mánaðarlegu búsetugjaldi er afborgun skuldabréfa, fasteigna- og holræsagjöld, rekstur húsfélags, tryggingar, viðhaldssjóður og þjónustugjald.



### Stekkjargata 65

Til sölu er búseturéttur að Stekkjargötu 65, 260 Reykjanesbæ. Eignin er í parhúsi á besta stað í Njarðvík með fallegu útsýni. Nýr og stór pallur að framan einnig pallur að aftan sem snýr í suður. Gólfhiti er á öllu húsinu. Nýtt parket og innihurðar, filmur í öllum gluggum sem gert er af fagaðila. Húsið er 4ra herbergja, 105,7 fm að stærð ásamt 29.6 fm innangengnum bílskúr.
Hér er um að ræða sjávarperlu með frábæru útivistarsvæði og upplýstum göngustíg meðfram sjónum. Stutt í alla þjónustu.

**Ásett verð búseturéttarins er kr.14.900.000,- og mánaðarlegt búsetugjald miðað við 1.desember er kr. 202.853.**

Innifalið í mánaðarlegu búsetugjaldi er afborgun skuldabréfa, fasteigna- og holræsagjöld, rekstur húsfélags, tryggingar, viðhaldssjóður og þjónustugjald.

**Þeir sem hafa áhuga á að skoða eignina og/eða gera tilboð í búseturéttinn, vinsamlegast hafið samband við skrifstofu Búmanna í síma 552-5644 eða í gegnum netfangið bumenn@bumenn.is Tilboðsfrestur er til og með 6. janúar 2021 kl.12.00**







**Þú finnur blað dagsins, Markaðinn, Atvinnublaðið sérblöð og safn eldri blaða á frettabladid.is**

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

# ÞÚ FÆRÐ JÓLAFÖTIN Í CURVY

MIKIÐ ÚRVAL Í STÆRÐUM 14-28 EÐA 42-56

Pantaðu í netverslun www.curvy.is eða komdu
í verslun Curvy í Hreyfilshúsinu við Grensásveg

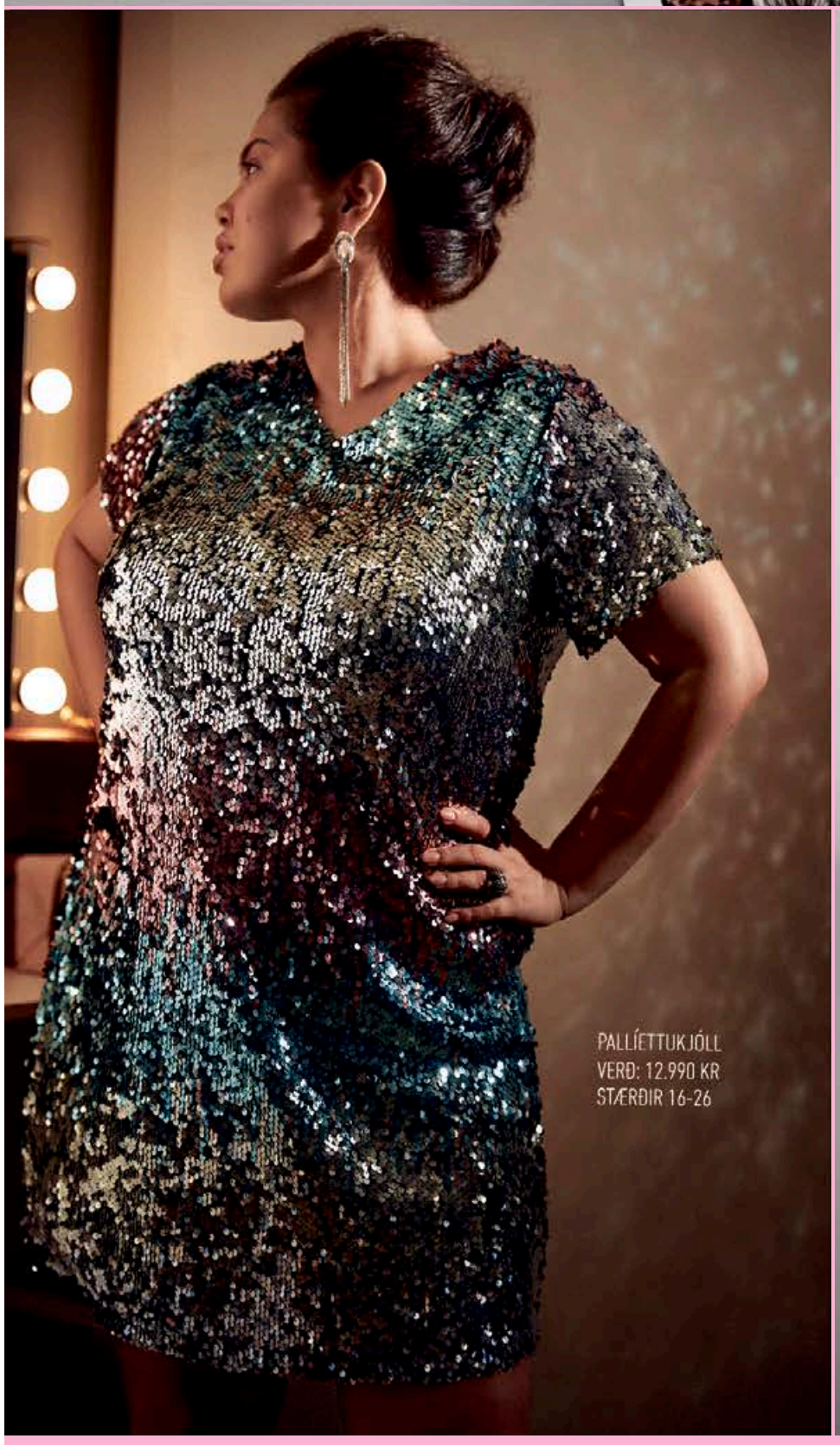
OPIÐ Í VERSLUN CURVY FRÁ KL. 11-20 ALLA DAGA TIL JÓLA
OPIÐ Á ÞORLÁKSMESSU FRÁ KL. 11-21
OPIÐ Á AÐFANGADAG FRÁ KL. 10-13

Curvy

SAMFELLA
VERÐ: 4.990 KR
STÆRÐIR 14-24

PLEÐURBUXUR
VERÐ: 9.990 KR
STÆRÐIR 14-26

FRÍ HEIMSENDING
EF AÐ VERSLAÐ ER FYRIR
5000 KR EÐA MEIRA



PALLÍETTUKJÓLL
VERÐ: 12.990 KR
STÆRÐIR 16-26



LOÐJAKKI
VERÐ: 11.990 KR
STÆRÐIR 14-26

KJÓLL
VERÐ: 9.990 KR
STÆRÐIR 14-26

*Verslunin Curvy * Fellsmúli 26 v/Grensásveg, 108 Reykjavík * sími 581-1552 * www.curvy.is*

# Fótboltaspurningar fyrir unga sem aldna

## Hvað veistu um fótbolta? er stórskemmtileg spurningabók fyrir fótboltaáhugafólk á öllum aldri. Höfundurinn Gauti Eiríksson er einn iðnasti spurningahöfundur landsins og þó víðar væri leitað.

Gauta Eiríksson þekkja líklega flestir sem manninn á bak við YouTube-rásina sem heitir eftir honum, þar sem hann birtir stórskemmtileg og fræðandi kennslu- og orðskýringamyndbönd í náttúrufræði og stærðfræði, kennslumyndbönd í ljósmyndun, myndbönd frá mismunandi stöðum á Íslandi og ýmislegt fleira. Í ár er hann höfundur glæsilegrar spurningabókar um fótbolta sem kemur út á vegum forlagsins Óðinsauga.

„Þetta er ekki fyrsta spurningabókin sem ég gef út og alls ekki fyrstu spurningarnar sem ég hef samið," segir Gauti, sem starfar sem kennari í Álftanesskóla. „Ég hef samið spurningar mjög lengi og haldið spurningakeppni fyrir nemendur í Álftanesskóla í hátt í 13 ár." Þess má geta að þó nokkrir einstaklingar sem hafa tekið þátt í spurningakeppni framhaldsskólanna, Gettu betur, eiga margt að þakka Gauta. „Árið sem MH sigraði í keppninni komu til dæmis tveir af þremur keppendum sigurliðsins frá mér."

### Ekki fyrsta spurningabókin

Gauti er gífurlegur áhugamaður um fótbolta og fylgist sérstaklega með enska boltanum „Mitt lið er Liverpool og hefur verið í hátt í 40 ár allt frá því Kenny Dalglish, Ian Ross og Bruce Grobbelaar voru og hétu. Annars fylgist ég líka með því sem gerist í fleiri deildum og meistaradeildinni, þó svo ég horfi nú kannski ekki á hvern einasta leik."




**Bókin er stórskemmtileg og tilvalin fyrir áhugamenn um fótbolta á öllum aldri.** MYND/AÐSEND

Fyrsta spurningabók Gauta kom út árið 2018 á vegum Óðinsauga. „Sú spurningabók var um fótbolta og samdi ég hana með öðrum höfundi sem hafði áður gefið út svipaðar bækur á vegum forlagsins. Sama ár gaf ég út Stóru spurningabókina hjá Óðinsauga, sem kom út í stóru og veglegu broti. Bókin var tvö ár í vinnslu með 3.000 spurningum um allt og ekkert og líka fótbolta. Næsta bók sem ég gaf út var um enska boltann þar sem ég gerði upp nýyfirstaðið tímabil."



**Gauti Eiríksson hefur safnað spurningum í áraraðir og gefur nú út stórskemmtilega spurningabók um fótbolta sem á eftir að gleðja marga áhugamenn um fótbolta.** FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR.

### Hvað veist þú?

Hvað veistu um fótbolta? kom út í byrjun nóvember og er frábrugðin Enska boltanum að því leyti að hún fjallar vissulega um fótbolta, en á almennari hátt. „Spurningarnar eru ekki háðar útgáfutíma og skiptast í auðveldar, miðlungs og erfiðar spurningar. Þá eru sérkaflar innan bókarinnar þar sem eingöngu er spurt um nýafstaðin tímabil enska boltans og Evrópuboltans."

Bókin er veglega myndskreytt sem að sögn Gauta er sjaldgæft þegar kemur að spurningabókum. „Það eru bæði fallegar ljósmyndir í bókinni og einnig myndaspurningar. Þetta er tilvalin jóla- eða tækifærisgjöf fyrir hvern þann sem hefur áhuga á fótbolta. Það má eyða löngum stundum einn með sjálfum sér að prófa eigin þekkingu. En það er líka stórskemmtilegt að koma nokkur saman og skiptast á að spreyta sig á spurningunum í bókinni."

*Í hvaða landi fer úrslitakeppni heimsmeistaramótsins í knattspyrnu karla fram árið 2022?*

*Hvaða lið í ensku úrvalsdeildinni í knattspyrnu ber viðurnefnið Toon Army?*

*Hvaða lið varð enskur meistari í knattspyrnu karla leiktíðina 2019 til 2020?*

### Ekki sú síðasta

Gauti segist halda úti spurningabanka með tugþúsundum spurninga. „Þetta eru um 900 blaðsíður í Word. Það þarf klárlega að setja sig í ákveðinn gír þegar kemur að því að semja spurningar og að baki liggur gífurleg heimildavinna. Ég bý því að gjöfulum banka þegar ég þarf á að halda. Svo þegar kemur að útgáfu þarf ávallt að sannreyna það að svarið í bókinni sé það eina rétta. Það kemur líka á daginn að það reynist oft langerfiðast að semja auðveldu spurningarnar."

Gauti er hvergi nærri hættur og vonast til þess að gefa út enn fleiri spurningabækur. „Ég held að sjálfsögðu áfram að punkta niður fleiri spurningar til þess að viðhalda spurningabankanum mínum þegar ég þarf að grípa í hann."

Svör: 1. Í Katar, 2. Newcastle, 3. Liverpool.

# Kalkúnn fyrir færri aukakíló

## Það eru ekki ný vísindi að desember er fituríkur mánuður hjá flestum. Þótt þessi aðventa sé ólík öllum öðrum sem við þekkjum þá láta flestir eitthvað virkilega gott eftir sér á þessum árstíma.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Þeir sem hafa áhyggjur af þyngdinni um jólin geta gert ýmislegt til að forðast ofþyngd án þess að sleppa góðgætinu. Best er að einbeita sér að því jákvæða sem hægt er að gera. Hefðbundinn jólamatur eins og feit pörusteik eða feitt hangikjöt getur verið þungur og hitaeiningaríkur matur. Kalkúnn er hins vegar frábær matur sem jafnframt er hitaeiningasnauður. Sömuleiðis jólaskinka og roast beef. Lax, graflax og síld eru hollir forréttir.

Ef maður vill borða minna er um að gera að hafa meira af girnilegu grænmeti og ávöxtum á jólaborðinu. Þar má nefna ferskt heimagert rauðkál, rósakál eða gott eplasalat. Klementínur eru einnig góðar í salöt og appelsínur má nota með önd.

Algengt er að fólk hvíli sig, lesi góðar bækur og hafi það kósí um jólin. Staðreyndin er sú að hægt er að leyfa sér meira góðgæti ef maður tekur góðan göngutúr daglega, kannski bara í hálftíma. Með því að vera líkamlega virkur brennir maður matnum hraðar og verður síður óþægilega saddur. Rösk hreyfing hefur góð áhrif á meltingarkerfið.

Með því að byrja daginn á hollum og næringarríkum morgunverði er minni hætta á að sprengja sig í kvöldmatnum. Taktu tíma í að borða. Ekki spara þig fyrir jólasteikina því þá getur þér liðið verr í maganum eftir þungan mat. Ef þú ætlar að létta þig notaðu þá minni diska til að plata augað. Það getur komið í veg fyrir ofát. Drekktu mikið af vatni eftir saltan mat. Ágætt er að muna að jólabjór og léttvín er fitandi.

Jólasmákökur og tertur eru á borðum á jólum. Það er gott að grípa sér eina piparköku eða vanilluhring. En þeir sem vilja grenna sig ættu að fara varlega í að úða í sig sætindum. Ef hungrið kallar er best að fá sér hnetur eða möndlur til að seðja það. Þótt jólin séu vissulega matargleði þá eru þau fyrst og fremst samvera með fjölskyldu.



**Kalkúnn getur verið betri kostur en feitt svínakjöt ef fólk vill ekki bæta á sig kílóum.** FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

**» Staðreyndin er sú að hægt er að leyfa sér meira góðgæti ef maður tekur góðan göngutúr daglega, kannski bara í hálftíma.**

### Uppskrift að kalkún fyrir átta manns

**1 kalkúnn, um það bil 5 kíló**
**3 dl vatn**
**200 g smjör**
**2 hvítlauksrif, stór**
**Ferskt timían**
**Sítróna**
**1 laukur**

Þegar kalkúnninn hefur þiðnað, hafi hann verið frosinn, er innmaturinn tekinn frá og notaður í sósu. Leggið kalkúninn í stóran pott með 10% saltlegi yfir nótt. Þerrið hann síðan með eldhúspappír.

Setjið í stórt eldfast form og leggið vængina undir fuglinn. Dreifið smjöri, hvítlauk og timían undir skinnið á fuglinum hér og þar. Skerið sítrónuna í fjóra parta ásamt lauknum og setjið inn í fuglinn.

Setjið vatnið í botninn á eldfasta mótinu. Setjið hitamæli í þykkasta hlutann á bringunni og steikið fuglinn á 120 gráðum þar til mælirinn sýnir 64°C. Ausið bráðnu smjöri yfir fuglinn af og til á eldunartímanum.

Takið fuglinn út og látið standa undir álpappír í 20-25 mínútur. Hækkið í ofninum á meðan upp í 210°C. Setjið kalkúninn aftur inn í ofninn og fáið lit á skinnið. Miðað er við eldun hálftíma á hvert kíló sé miðað við 150°C heitan ofn. Fulleldaður kalkúnn á að sýna kjarnhita 71°C.



Hverjar eru þínar ástæður fyrir því að vilja hætta að reykja? Rannsóknir hafa sýnt að samþætting faglegs stuðnings og lyfja gefur góðan árangur fyrir þá sem vilja hætta reykingum.

# Ertu að hugsa um að hætta?

Fólk fer mismunandi leiðir að reyklausu lífi. Til að forðast bakslag er mikilvægt að kynna sér hvaða úrræði og stuðningsmeðferðir eru í boði áður en ákveðið er að hætta að reykja.

Þá er einnig mikilvægt að gera sér grein fyrir hverjar ástæður þínar eru fyrir því að vilja hætta að reykja. Gott er að minna sig á þessar ástæður reglulega, til dæmis þegar reykingalöngun gerir vart við sig.

Ráðgjöf fagaðila í reykleysismeðferð og hjálparlyf, eins og nikótínlyf, eru dæmi um stuðningsmeðferðir. Rannsóknir hafa sýnt að samþætting faglegs stuðnings og lyfja gefur góðan árangur.

## Nikótínlyf

Þegar þú hættir að reykja hættir þú að útvega líkamanum nikótín og þá getur þú fundið fyrir ýmiss konar vanlíðan sem kallast fráhvarfseinkenni. Með notkun nikótínlyfja getur þú komið í veg fyrir eða dregið úr þessari vanlíðan og löngun til að reykja. Það er vegna þess að þú heldur áfram að útvega líkamanum lítið magn af nikótíni í stuttan tíma á meðan hann er að venjast nikótínleysinu.

Nikótínlyf fást án lyfseðils í apótekum. Til eru margar gerðir af nikótínlyfjum svo hver og einn geti fundið nikótínlyf við sitt hæfi.

Það tekur innan við mínútu fyrir nikótínið að frásogast inn í líkamann frá því að maður dregur að sér sígarettureyk. Nikótínið fer upp í heila og losar þar taugaboðefnið dópamín, sem framkallar vellíðan. Það eru þessi áhrif sem reykingamenn sækjast eftir og ánetjast. Í ljósi þess hversu fljótt nikótínið frásogast inn í líkamann telur Sigrún Sif, lyfjafræðingur hjá Icepharma/LYFIS, að skjótvirk hjálp geti verið lykilatriðið í að hætta að reykja.

## Zonnic – taktu stjórnina!

Zonnic pepparmint munnholsúði er skjótvirk hjálp gegn reykingalöngun

„Þegar reykingalöngunin er mikil getur verið gott að fá hjálp sem fyrst. Zonnic nikótínúði er með piparmintubragði og virkar á aðeins einni mínútu," segir Sigrún Sif. „Úðaglasið er með úðastút sem beinir nikótínúðanum á milli kinnar og tanna þar sem nikótínið frásogast hratt inn í líkamann.

Með því að beina úðanum á milli kinnar og tanna frásogast nikótínið í munnholinu, sem lágmarkar það magn nikótíns sem berst niður í háls og maga, þar sem það getur valdið ertingu," upplýsir Sigrún Sif.

### Hvernig á að nota Zonnic pepparmint?

1. Snúið úðastútnum til hliðar. Úðið á milli kinnar og tanna.
2. Notið einn skammt (1-2 úðar) þegar reykingalöngun gerir vart við sig.
3. Finndu þann skammt sem hentar þér. Hámarksskammtur er 64 úðar á dag.



Sigrún Sif Kristjánsdóttir lyfjafræðingur hjá Icepharma/LYFIS.

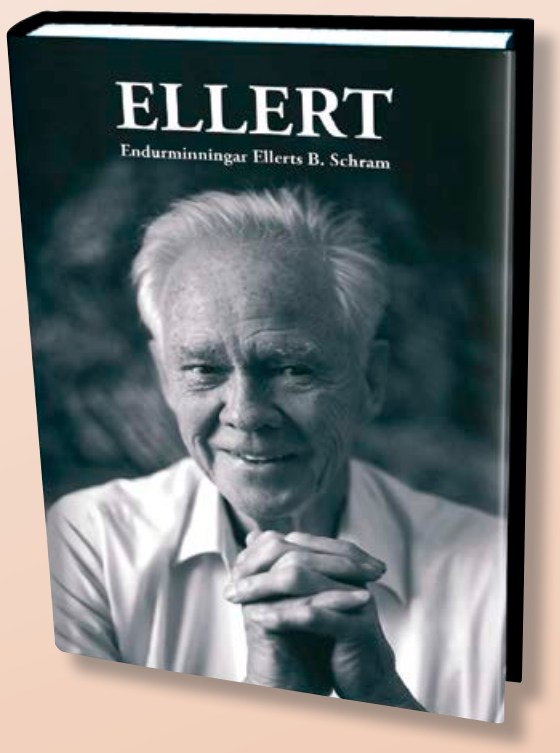


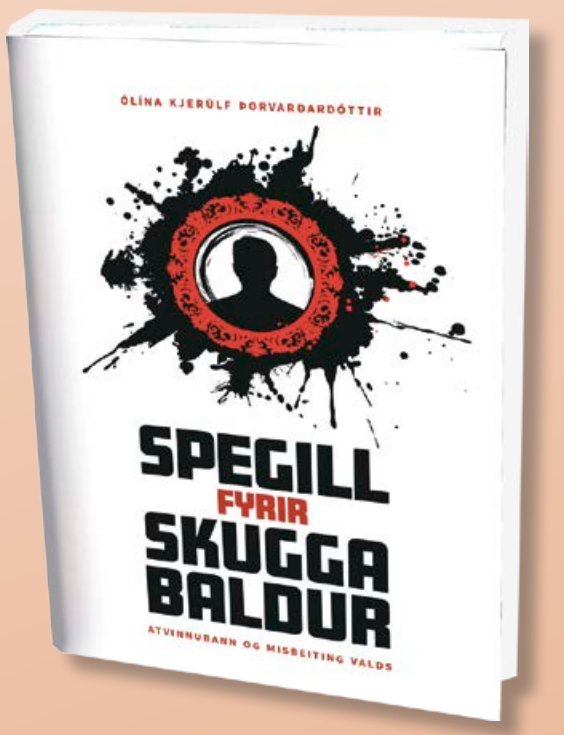

**Zonnic munnholsúði inniheldur 1 mg af nikótíni í hverjum úða og er ætlaður til meðferðar við tóbaksfíkn og auðveldar þannig fólki að draga úr reykingum eða hætta að reykja. Zonnic úðinn fæst í öllum apótekum.**

Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á serlyfjaskra.is. Niconovum AB. NIC201208 – Desember 2020.

# Pottþéttar bækur




SKRUDDA
Hamarshöfða 1 – 110 – Reykjavík
skrudda@skrudda.is – 5528866
www.skrudda.is


# Að eilífu Taylor

## Taylor Swift gaf nýverið út sína níundu plötu, evermore. Hún lýsir henni sem systur folklore sem kom út í sumar.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is




**Taylor Swift varð 31 árs 13. desember síðastliðinn, tveimur dögum eftir að hún gaf út sína níundu plötu. Til samanburðar er gaman að geta þess að Leonard Cohen var 33 ára gamall þegar hann gaf út sína fyrstu plötu.**

Platan hefur hlotið frábærar viðtökur líkt og eldri systirin. Á plötunni eru textarnir í aðalhlutverki og sækir Swift efnivið víða. Líkt og hún gerði á folklore, þá eru mörg lögin skrifuð frá sjónarhorni ímyndaðra og raunverulegra persóna.

### Hjartnæmir hugarórar

Líkt og á folklore er platan að miklu leyti unnin í samstarfi við Aaron Dessner í hljómsveitinni The National. Þá kemur Jack Antonoff, sem Swift hefur unnið mikið með undanfarin ár, einnig við sögu en þó bara í tveimur lögum að þessu sinni, popplaginu gold rush og ivy.

Eftir útgáfu folklore veltu margir vöngum yfir því hver William Bowery væri, en hann var skráður sem einn höfunda laganna betty og exile. Ein algengasta uppástungan var sú að þetta væri kærasti Swift, leikarinn Joe Alwyn, og reyndist það tilfellið. Á evermore snýr hann aftur og er skráður fyrir þremur lögum.

Í gegnum tíðina hefur Swift lagt það að í vana sinn að setja tilfinningaríkustu lögin sem fimmtu lög plötunnar og á evermore er þar engin undantekning. Í laginu segir frá konu í ástarsambandi sem upplifir að ást sín sé ekki endurgoldin. Einhverjir töldu að hún væri mögulega að skrifa út frá sjónarhorni myndlistarkonunnar Fridu Kahlo, þar sem söguhetjan segir elskhuga sinn vera eldri og vitrari en hún og að hún velji bestu litina fyrir portrettmyndina af honum.

### Óður til ömmu

Tilfinningaríkasta lag plötunnar er þó sennilega frekar þrettánda lag plötunnar, marjorie. Lagið er óður Swift til móðurömmu sinnar, óperusöngkonunnar Marjorie Finley, sem lést árið 2003. Í laginu rifjar hún upp hjartfólgnar minningar af ömmu sinni sem augljóslega var mikill áhrifavaldur í lífi hennar. Í textamyndbandinu við lagið má sjá fjölda myndbrota af ömmu hennar og má heyra rödd hennar í bakgrunni.

Rob Sheffield, blaðamaður hjá Rolling Stone, segir lagið vera eitt merkilegasta lag Swift og bendir á að lagið eigi sérstaklega við á þeim tímum sem við nú lifum þegar margir syrgja ástvini sína. Þá er gaman að geta þess að á folklore var lagið epiphany númer þrettán, en þar vísaði hún til afa síns sem barðist í seinni heimsstyrjöldinni og tengdi það við raunir heilbrigðisstarfsfólks á okkar tímum.

Einnig er áhugavert að talan þrettán er Swift afar hugleikin en hún er fædd þann 13. desember árið 1989 og hefur notað töluna þrettán á svo marga og margslungna vegu að ómögulegt er að gera því skil nema með umtalsverðri rannsóknarvinnu.

Fjörugasta lag plötunnar er sennilega lagið long story short þar sem rödd Swift og trommuheili eru í aðalhlutverki. Í laginu, sem er ástaróður til núverandi elskhuga, vísar hún til ævintýra á borð við Lísu í Undralandi þegar hún segist hafa dottið ofan í kanínuholu en þó lifað af.

Óhætt er að fullyrða að árið 2020 hafi verið fullt af myrkri og vonbrigðum, en Taylor Swift tilheyrir þeim ekki.




**Taylor Swift hefur verið afar akastamikil undanfarið ár.** FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY




**Taylor Swift syngur meðal annars um ömmu sína á nýju plötunni.**

# Icebreaker

**Icebreaker Merino ull - fyrir alla þá sem vilja hlýjan ullarfatnað sem stingur ekki og dregur ekki í sig lykt.**



**Zone** ♂
Hálfrennd
**15.990 kr.**



**Oasis** ♀
Hálfrennd
**15.990 kr.**



**Oasis** ♂♀
Síðerma
**14.990 kr.**



**Oasis** ♂
Síðerma
**16.990 kr.**



**Barna bolur**
**7.490 kr.**

**Barna leggins**
**7.490 kr.**



**Tech** ♂
Hálfrennd
**19.990 kr.**



**Zone** ♀
Síðerma
**19.990 kr.**



**Amplify** ♀
Stutterma
**12.990 kr.**



**Elemental** ♂
Heilrennd
**31.990 kr.**



**Oasis** ♂♀
Leggings
**14.990 kr.**



**Helix** ♂
Jakki
**34.990 kr.**



**Hillock Funnel** ♀
Peysa
**33.990 kr.**



**Sprite Racerback** ♀
Toppur
**8.490 kr.**



**Rush** ♂
Léttur jakki
**28.990 kr.**



**Siren Tank** ♀
Hlýrabolur
**8.390 kr.**



**Tech Lite** ♂
Stutterma
**12.990 kr.**



**Vertex** ♀
Hálfrennd
**22.990 kr.**



**Vertex** ♀
Leggings
**17.990 kr.**



**Yanni** ♀
Ermalaus kjóll
**13.590kr.**

## Stingum af ...

GG•SPORT

**Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af öllu sem þarf í ævintýrið þitt!**

@ggsport.is @gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími jóla: Virkir dagar 10:30 – 18, Laugardaga 11-17, Sunnudaga 12-16

# Afatitillinn kveikjan að skrifum

## Aðalsteinn Stefánsson gaf nýverið út sína þriðju bók, Tinna Trítlimús: Háskabrunnurinn. Hann segir afahlutverkið hafa veitt sér innblástur til þess að skeiða fram á ritvöllinn.




Aðalsteinn varð snemma bókhneigður. „Ég er fæddur og uppalinn í Reykjavík, Blesugróf nánar tiltekið. Leiksvæði mitt var Elliðaárdalurinn sem var, og er, mikið ævintýraland. Ég varð snemma læs og undi mér oft við lestur alls konar bóka, las nánast allt sem ég komst yfir. Ég var oft í sveit á sumrin þar sem ég undi mér vel."

Leiðir Aðalsteins lágu víða að loknu skyldunámi. „Eftir skólaskyldu fór ég að vinna ýmis störf, svo sem járnsmíði, sjómennsku, húsaviðgerðir og þess háttar. Síðar hóf ég nám í Iðnskólanum þar sem ég lærði húsasmíði auk þess að nema við Tækniskólann."

Sköpunargáfan var þó aldrei langt undan. „Í gegnum tíðina hef ég fengist við að skrifa texta og ljóð, þýtt dægurlagatexta og þess háttar sem sumir hafa verið fluttir í Mosfellskórnum sem ég hef verið í í allnokkur ár, með hléum þó," skýrir Aðalsteinn frá.

### Hugarheimur barnsins

Eftir að Aðalsteinn eignaðist barnabörn varð ekki aftur snúið. „Það var þó fyrst þegar ég fékk titilinn „afi" sem ég fór að skrifa barnabækur. Það hafði aldrei hvarflað að mér áður að skrifa bækur, en eitthvað í hugarheimi barnsins virðist hafa kveikt þann þráð."

Hann segir hugmyndina að nýju bókinni hafa kviknað fyrir hálfgerða tilviljun. „Hugmyndin að Tinnu trítlimús kviknaði þegar ég var á heimleið, ók framhjá skógræktinni við rætur Úlfarsfells, að mér varð hugsað til dýranna sem þar búa. Mýs, kanínur, þrestir og fuglar af ýmsum gerðum og jafnvel einstaka refur. Nafninu „Tinna trítlimús" skaut upp í hugann. Þegar ég kom heim byrjaði ég að skrifa um þessa Tinnu og má segja að hún hafi leitt mig áfram svo úr varð bók. Alveg óvart í raun og veru. Nú eru komnar út tvær bækur um Tinnu: Vargur í Votadal var sú fyrri, og nú þessi síðari: Háskabrunnurinn. Í millitíðinni skrifaði ég þó einnig bókina Sagan um Ekkert, sem kom út í fyrra, en hún fjallar um dreng sem var skírður „Ekkert" fyrir mistök, og þær skondnu uppákomur sem geta fylgt því að heita slíku nafni."

Bókin sem gefin er út af Óðinsauga, er fjörug og ævintýraleg. „Tinna trítlimús býr í Heiðmörk með Stússu mömmu sinni. Þær búa í notalegri holu en næstu nágrannar þeirra eru kanínufjölskylda og amma hennar Tinnu. Koli kanínustrákur er besti vinur Tinnu. Öll dýrin eru að safna vetrarforða og Kobbi kanínupabbi fer í leiðangur til að finna gómsæta viðbót í forðann. Þegar hann skilar sér ekki aftur taka Tinna og Koli sér ferð á hendur til að finna hann. Leiðin er löng og hættuleg fyrir litla músarstelpu og lítinn kanínustrák og ýmsar hættur sem verða á vegi þeirra. Spurningin er, finna þau Kobba kanínupabba og komast þau aftur heim í dalinn sinn? Tinna og Koli hafa þó sýnt það að með því að standa saman og hjálpast að er hægt að leysa flestan vanda. Þetta er ævintýra-/spennusaga með hugljúfu ívafi."

### Lagasmíðar og glæpasögur

Aðalsteinn segir að það þurfi oft ekki mikið til að hann fái hugmynd. „Það má segja að innblásturinn að sögunum komi úr lausu lofti. Eitt orð eða eitt nafn nægir til að kveikja einhverja hugmynd og svo rekur sagan sig sjálf. Bækurnar sem ég hef skrifað eru fyrir aldur á bilinu 5-12 ára, en ég er líka með í vinnslu handrit fyrir krakka á unglingsaldri. Sjáum til hvernig það æxlast."


Aðalsteinn Stefánsson er höfundur bókarinnar Tinna Trítlimús: Háskabrunnurinn sem kom út á dögunum.

*Nær sköpunargáfan út fyrir skriftirnar? Er eitthvert annað listform sem þú leggur stund á?*

„Ég hef ekki verið mikið í listsköpun, fyrir utan texta- og ljóðagerð, en nýverið fannst mér vanta lög við suma texta mína svo ég tók mig til og samdi nokkur. Það er jú snúið þegar maður spilar ekki á hljóðfæri, en þetta var eitthvað sem þurfti að komast út."

Aðalsteinn les enn mikið og gætir þess að geta valið á milli bóka eftir því hvernig hann er stemmdur hverju sinni. „Ég hef alltaf haft mikla þörf fyrir að lesa og er oftast með nokkrar bækur á náttborðinu um mismunandi efni sem ég grípi í eftir hvernig ég er stemmdur. Glæpa- og spennusögur eru þó oftast efst á baugi, og eru Stefán Máni og Jo Nesbø þar ofarlega á blaði. Þeir eru báðir á náttborðinu hjá mér núna."

# Ljúffeng rjúpusúpa fyrir matgæðinga

## Einar Andri Ólafsson er mikill veiðimaður og áhugakokkur þegar frúin hleypir honum í eldhúsið, eins og hann segir. Hann gefur uppskrift að uppáhaldsjólaréttinum.

Matarást Sjafnar
Sjöfn Þórðardóttir
sjofn@torg.is



Einar Andri er einstaklega fjölhæfur maður og margt til lista lagt. Hann starfar sem iðnaðarmaður og fyrirsæta, er kærasti og gæludýraeigandi.

„Fyrir nokkrum árum fékk ég með nokkrum semingi þó að skipta rækjukokteilnum sem hafði hitað upp fyrir jólasteikina á aðfangadag fram að þessu út fyrir rjúpusúpu sem ég lagaði einu sinni áður og kolféll fyrir þennan sama vetur. Við höfum alltaf frá því að ég man eftir mér verið stór hópur saman á aðfangadag svo núna varð ég heldur betur að skella mér í stórustrákaskóna og sanna fyrir fjölskyldunni ágæti rjúpunnar. Þarna var ég tiltölulega nýbyrjaður að stunda rjúpnaveiði og fannst alveg upplagt að innleiða inn í fjölskylduna þessa hefð svo margra Íslendinga, að borða rjúpu um jólin, enda alveg geggjuð villibráð í alla staði. Ég skellti mér í svuntuna


Rjúpusúpa sem allir eru að missa sig yfir og er í miklu uppáhaldi.

og eyddi svo heilum degi í eldhúsinu að saxa og skera og sjóða og ég veit ekki hvað og viti menn, hún slær svona rækilega í gegn."

Á næstu dögum bauð Einar Andri fleirum upp á súpuna enda hafði veiðst vel hjá honum það árið og ávallt voru góðar undirtektir og á þeim vendipunkti varð matargerðarsögu Einars ekki aftur snúið. „Ég lærði meira að segja í kjölfarið að meta gráðaost sem ég hafði alltaf fúlsað við, en það er dass af þeim bláa í súpunni."

Einar Andri segist halda fast í hefðir og siði og vera mikið jólabarn. „Ég fylgist gjarnan með því þegar amma, og seinna meir með dætrum hennar þegar þær tóku við keflinu, töfraði fram kalkúninn sem var iðulega framreiddur á aðfangadagskvöld. Ég fékk iðulega að hjálpa til við smærri verkefni eins og að leggja á borð. Í seinni tíð hef ég svo séð um forréttinn á aðfangadag, rjúpusúpuna, sem reyndar kom inn sem nýr siður eftir að ég hafði töfrað gestina upp úr skónum eins fram hefur komið."

### Hlusta á marrið í snjónum og niðinn í vindinum

Einar Andri segist elska líka allt umstangið í kringum jólin eins og smákökugerðina, jólalyktina, viðburðina og rólegu kvöldstundirnar. „Frítíminn sem fæst til að eyða með þeim sem mér þykir vænst um er ómetanlegur um jólin og svo auðvitað árlega rjúpnaveiðin sem er svo heilandi og góð hugleiðsla. Að kúpla sig aðeins niður úr öllu borgaramstrinu og hlusta bara á marrið í snjónum og niðinn í vindinum uppi á snævi þöktu hálendinu."

Hér sviptir Einar Andri hulunni af uppskriftinni að rjúpusúpunni sem allir eiga eftir að elska að njóta. „Soðið er tímafrekt svo verið tilbúin til þess að eyða í það um það bil fimm klukkustundum. Ágætt að gera soðið kvöldinu fyrir eldunina ef þið eruð í tímaþröng."


Einar Andri skipti út rækjukokteil fyrir rjúpusúpu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

### Rjúpusúpan ljúfa að hætti Einars

Fyrir 6

- 2 stk. rjúpur (hamflettar)
- 1 lítill laukur
- 1 lítil gulrót
- 1 sellerístilkur
- 4 piparkorn
- 2 lárviðarlauf
- 4 einiber
- ½ tsk. timjan
- 1 msk. sherríedik eða rauðvínsedik
- 1 grænmetisteningur
- 3 súputeningar
- 2 msk. rifsberjahlaup
- 2½ dl rjómi
- 100 g gráðaostur
- 60 g smjör
- 60 g hveiti
- 1 msk. villibráðarkraftur

Fyrst takið þið rjúpurnar og hamflettið. Skerið bringur frá og geymið í bili.

Sjóðið um það bil 2,5 l af vatni.

Höggvið bein, háls og læri smátt og brúnið með olíu á pönnu við háan hita, kryddið með salti og pipar og bætið út í sjóðandi vatnið.

Saxið grænmetið smátt og brúnið á sömu pönnu. Bætið því svo út í sjóðandi vatnið ásamt piparkornum, lárviðarlaufi, einiberjum, timjan, ediki, grænmetiskrafti, kjötkrafti og rifsberjahlaupi.

Látið sjóða og fleytið af froðu, lækkið hitann og látið sjóða við vægan hita í 4-5 tíma.

Sigtið soðið og mælið upp 1,3 l og setjið í annan pott. Bræðið smjörið og lagið smjörbollu með því að bæta hveitinu við. Vinnið smjörbolluna saman við og látið sjóða.

Bætið í rjómanum og gráðaostinum, látið sjóða við vægan hita þar til osturinn er uppleystur. Bragðbætið með salti, pipar, kjötkrafti og smá skvettu af púrtvíni. Skerið bringurnar í strimla og bætið í sjóðandi súpuna rétt áður en hún er borin fram og njótið.

# Hafðu AKU með í valinu!

**AKU skórnir eru framleiddir á Ítalíu úr 100% evrópskum íhlutum og efnum**

## AKU Superalp GTX

**42.990 kr.**



- Aukin mýkt við ökkla
- Gore-Tex filma, 100% vatnsvörn
- 2mm gúmmíborði (grjótvörn) sem hentar vel í íslensku hraunlendi
- Dempun IMS: Kerfi sem gefur auka mýkt niður í sólann
- AKU Exoskeleton, innan- og utanfótarstuðningur
- Mýkra leður til að minnka spennu og auka þægindi
- Reimalæsing, sitthvor stillingin fyrir rist og ökkla
- Rúllukefli til að halda jafnri spennu á reimum
- 2,6mm ekta ítalskt Nubuck leður
- Custom fit innlegg
- Vibram sóli

# Stingum af ...



**AKU Alterra GTX ♂**
Gönguskór með góðan stuðning
**35.990 kr.**



**AKU Alterra GTX ♀**
Gönguskór með góðan stuðning
**35.990 kr.**



**AKU Tengu Low GTX ♂**
Fjölhæfir gönguskór
**29.990 kr.**



**AKU Tengu Low GTX ♀**
Fjölhæfir gönguskór
**29.990 kr.**



**AKU Riva High GTX ♀**
Uppháir borgarskór
**27.990 kr.**



**AKU Tribute II GTX ♂**
Léttir gönguskór
**28.990 kr.**



**AKU Selvatica GTX ♀**
Léttir göngu-/hlaupaskór
**24.990 kr.**



**AKU Climatica Suede GTX ♀**
Lágir göngu- / borgarskór
**26.990 kr.**

AKU trekking & outdoor footwear

**Til að velja rétta gönguskó er nauðsynlegt að bera saman allar helstu gerðir.**

**Best er að gefa sér góðan tíma, fara á alla helstu sölustaði, prófa, máta og taka upplýsta ákvörðun.**

GG • SPORT

**Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af góðum skóm og öllu sem þarf í ævintýrið þitt!**

@ggsport.is @gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími jóla: Virkir dagar 10:30 – 18, Laugardaga 11-17, Sunnudaga 12-16

# Smáauglýsingar

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

## Bílar & Farartæki



Renault Trafic langur 11/2017 Ekinn 107 þús, km. Bakkmyndavél. Þakbogar. Snyrtilegur bíll fyrir lágt verð. 2.490.000 án vsk.

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

## Vörubílar



Iveco 190EL28 árgerð 2014. Ekinn aðeins 161þ. 6,3 m pallur með lyftu. Lítið ekinn snyrtilegur bíll sem hentar vel verktökum. Nánari upplýsingar á finnbogi@stjornublikk.is

## Þjónusta

## Málarar

**REGNBOGALITIR.IS**
Alhliða málningarþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Vönduð vinnubrögð og vanir menn. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

## Búslóðaflutningar

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

## Rafvirkjun

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.**
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Lampa og ljósakrónu viðgerðir & almenn rafvirkja vinna. Jens G. Löggiltur rafvirki s: 778-7171

## Húsaviðhald

**PROSTONE**
» Smíðavinna
» Múrvinna
» Málningarvinna
Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög
519 7780
prostone@prostone.is

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

**FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK**
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

## Nudd

**NUDD NUDD NUDD**
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

## Keypt & Selt

## Til sölu



**TILBOÐ**
Fallegur sófi úr Tekk til sölu með höfuðpúðum og skammel, grár. St. 90X220 og skammel 70X85. Tilboð óskast S. 663 3313

myranaut

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

Gítarinn ehf.
Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Kassagítarar á tilboði
Gítarar í miklu úrvali
Verð við allra hæfi
OPIÐ ALLA DAGA TIL JÓLA
LAUGARDAG OG SUNNUDAG KL. 11 TIL 15



Hjálmar
Mikið úrval hjálma á frábæru verði.
NITRO
Nitró - Urðarhvarfi 4 - 557 4848 - nitro.is
Ný heimasíða!
VERSLAÐU Á NETINU!
NITRO.IS
NITRO.IS
NITRO.IS
NITRO
Nitró - Urðarhvarfi 4 - 557 4848 - nitro.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar




Skemmuvegi 34 - 200 Kóp. Sími 554 0661

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18 og á laugardögum í desember 10-16.

## Óskast keypt

**STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!**
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
**Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105**

**Upplýsingar í síma 782 8800**

## Heimilið

## Barnavörur



**SYSTKINA VAGN/KERRA**
Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

## Húsnæði

## Húsnæði í boði

Til leigu 2ja herb. íbúð með öllu innbúi, á svæði 105 Rvk. Með góðu útsýni yfir sundin og Esjuna. Laus 1. jan. Uppl. í síma 893-3475.

Til leigu fyrir reyklausan einbúa 2. herbergja íbúð með búslóð á Njálsgötu 33. Leiga 170 þús. með rafm./hita. Uppl. 868 2726

## Geymsluhúsnæði

**GEYMSLUR.IS**
**SÍMI 555-3464**
Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

## Tilkynningar

## Einkamál

Makaleit



www.makaleit.is

Vandaður íslenskur stefnumótavefur. Makaleit.is - aðeins 999 kr

DEIT.IS
STEFNUMÓTASÍÐA

Finndu félagsskap fyrir framtíðina. 30 daga áskrift kostar aðeins 999 kr.

GEFÐU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

GLUGGA GERÐIN
Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.
Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

**Til sölu eignir úr þrotabúi B123 ehf., áður Prentsmiðjan Leturprent**

Skiptastjóri þrotabús B123 ehf., áður Prentsmiðjan Leturprent sem lýst var gjaldþrota 2. september sl., auglýsir prentvélar og aðrar eigur félagsins til sölu. Helstu eignir félagsins eru Man Roland prentvél, Heidelberg Quickmaster DI, Polar Mohr hnífar, Horizon Cross folder ásamt öðrum vélum.

Áhugasamir aðilar eru vinsamlegast beðnir um að senda tölvupóst á netfangið: jh@jonatansson.is.

***Fyrir hönd skiptastjóra,***
***Jónatan Hróbjartsson***
***lögfræðingur***

**JÓNATANSSON & CO Lögfræðistofa**
Suðurlandsbraut 6 | 108 Reykjavík
S: 533 34 34 | GSM 6592877
jh@jonatansson.is | www.jonatansson.is

# Þjónustuauglýsingar

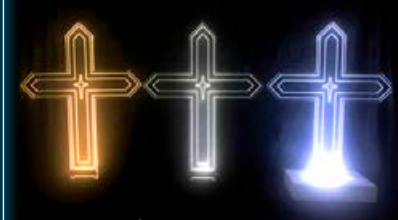
Sími 550 5055

**LOK Á HEITA POTTA**



**Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.**
**Metum ástand og gerum við.**
***www.fjardarbolstrun.is***
**Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com**

**LED leiðiskrossar**



- Gengur fyrir raf-hlöðum eða tengist rafmagni.
- Rafhlaða endist um það bil í einn mánuð.

**Upplýsingar í s. 699 6869 og rafeindir.is**

**Kranar**



Eigum lausa til leigu eða kaups nýlega byggingakrana í nokkrum stærðum. Gott ásigkomuleg og tilbúnir í notkun.

**Nánari upplýsingar í síma 511 6600 og ratio@ratio.is**

RATIO

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is

# NÝBÝLAVEGUR 10A OG 10B

## 2ja-4ra herbergja íbúðir - 47 m²-146 m²






**Agnar Agnarsson**
Löggiltur Fasteignasali
**Sími: 820-1002**
agnar@domusnova.is



**Bergþóra Lárusdóttir**
Löggiltur Fasteignasali
**Sími: 895 3868**
bergthora@domusnova.is



**Snorri Björn Sturluson**
Löggiltur Fasteignasali
**Sími: 699 4407**
snorri@domusnova.is

- Nýbýlavegur 10A og 10B, samtals 47 íbúðir
- Stæði í bílageymslu fylgir öllum íbúðum
- Sérafnotareitir fyrir íbúðir á 2. hæð
- Glæsilegt útsýni frá mörgum íbúðum

Nýtt í sölu
Bókið skoðun

# LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN

# DOMUSNOVA

Fasteignasala

HLÍÐASMÁRA 4 KÓPAVOGI - AUSTURVEGI 6 SELFOSSI & STILLHOLTI 16-18 AKRANESI - SÍMI 527 1717 - WWW.DOMUSNOVA.IS



Helga er mikið jólabarn og nýtur þess að skapa nýjar hefðir með börnum sínum auk þess sem hún heldur í þær gömlu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Helgu finnst gaman að dekka upp borð og ver stórum hluta aðfangadags í að gera borðstofuborðið fallegt.



Matarstellið er Gianni Versace og vínglösin eru frá Ralph Lauren en Helga keypti þau fyrir langalöngu.



Helga leggur mikið upp úr notalegri jólastemningu.



Fallega servíettuhringana keypti Helga í Montréal.

# Aðdragandi jólanna svo fallegur

**Helga Árnadóttir** sem er annálaður fagurkeri segist alltaf hafa verið mikið jólabarn og elskað aðventuna en það hafi aukist eftir að hún sjálf eignaðist börn. Hún hefur sérlega gaman af því að búa til nýjar hefðir með þeim.

Arnar Gauti Sverrisson
arnargauti@sirarnargauti.is
Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Helga er vön að bjóða fólki heim um hátíðirnar og vill hún helst hafa sem flesta í kringum sig. Þó að lítið fari fyrir jóla- og aðventuboðum þetta árið samþykkti Helga að undirbúa jólaborð fyrir sína nánustu og sýna lesendum Fréttablaðsins hvernig jólin verða heima hjá henni á Fjölnisveginum.

„Mér finnst gaman að draga fram skraut sem ég hef notað í áraraðir og blanda inn á milli með nýrra skrauti, að auki hafa börnin glatt mig í gegnum tíðina með heimatilbúnu skrauti sem fær að sjálfsögðu að njóta sín. Góð ilmkerti eru ómissandi eins og reyndar alla aðra daga en jólailmur fær að njóta sín á þessum tíma árs og ilmurinn af hýasintum finnst mér yndislegur og jólalegur.“

Helga segist ekki skreyta um of og halda sig mikið við greni, dempaða liti og gullbrassað. „Það er með jólaskrautið eins og aðra hluti á heimilinu, ég reyni að hafa rauðan þráð í skreytingunum og halda mig við svipaða liti og útlit.“

Jólin eru uppáhaldstími Helgu og er hana farið að lengja eftir þeim í byrjun nóvember. „Því vil ég eðlilega lengja jólahátíðina eins mikið og ég get og mér finnst tilvalið að byrja að skreyta og setja upp seríur þegar dagar eru farnir að styttast. Aðdragandi jólanna er svo fallegur.“



Kransana í gluggunum útbjó Helga sjálf með nýju og notuðu; fallegu flaueli frá mömmu sinni, nýjum borðum og greni og svo skrauti úr jólakassanum.

Helga heldur nokkuð fast í hefðir og segir samveru með sínum nánustu og tilhlökkun barnanna standa upp úr yfir hátíðirnar. „Það er líka gaman að búa til nýjar og skemmtilegar hefðir sem gaman getur verið að halda í. Þegar við fluttum heim frá Kanada fyrir um þremur árum tókum við með okkur heim skemmtilega hefð um kanadíska jólaálfinn, Elf on a shelf.

Kanadísku jólaálfarnir fara á stjá í byrjun desember, þeir eru aðstoðarmenn og -konur jólasveinsins og fylgjast vel með hegðun barnanna yfir daginn. Jólatöfrar álfanna felast í því að þegar heimilisfólkið fer að sofa þá ferðast jólaálfarnir alla leið til Norðurpólsins og færa jólasveininum fréttir af börnunum og hjálpa jólasveininum í annasömum undirbúningi jólanna. Áður en heimilisfólkið vaknar fljúga álfarnir til baka frá pólnum og fela sig á ótrúlegustu stöðum og það er gríðarleg spenna að vakna á morgnana og leita að þeim. Jólaálfarnir öðlast töfra sína með ást barnanna á þeim og það er algjört skilyrði að það má alls ekki snerta þá því þá geta þeir misst töframáttinn og geta ekki flogið til Norðurpólsins á nóttunni til þess að færa jólasveininum fréttir.“

> ÉG REYNI AÐ HAFA RAUÐAN ÞRÁÐ Í SKREYTINGUNUM OG HALDA MIG VIÐ SVIPAÐA LITI OG ÚTLIT.



Helga setur tréð snemma upp og því hentar vel að vera með gervitré. Skrautinu hefur hún safnað í gegnum tíðina en kaupir eitt nýtt ár hvert.

bauhaus.is

# BAUHAUS®




## 50%
## afsláttur
**AF JÓLASKRAUTI, JÓLA-LJÓSUM OG JÓLAVÖRUM**

**Mv. almennt verð**

**Afsláttur gildir ekki af jólatrjám né jólatrésfótum.**



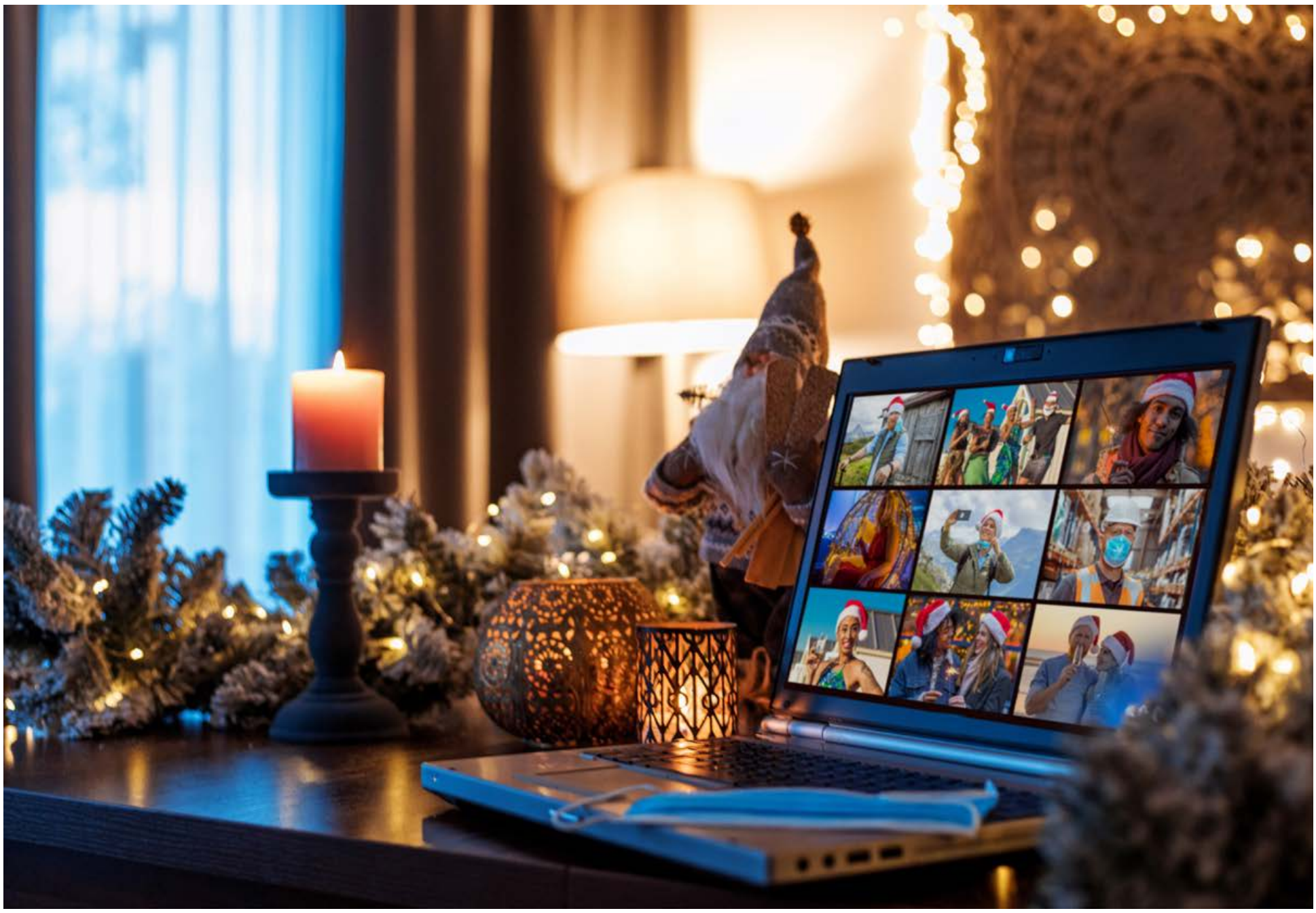

## Opnunartímar um jól og áramót

| | |
|---|---|
| LAUGARDAGUR 19. DESEMBER | 10-21 |
| SUNNUDAGUR 20. DESEMBER | 10-21 |
| MÁNUDAGUR 21. DESEMBER | 8-21 |
| ÞRIÐJUDAGUR 22. DESEMBER | 8-21 |
| MIÐVIKUDAGUR 23. DESEMBER | 8-21 |
| AÐFANGADAGUR 24. DESEMBER | 8-12 |
| JÓLADAGUR | LOKAÐ |
| ANNAR Í JÓLUM | LOKAÐ |
| SUNNUDAGUR 27. DESEMBER | 10-18 |
| MÁNUDAGUR 28. DESEMBER | 8-19 |
| ÞRIÐJUDAGUR 29. DESEMBER | 8-19 |
| MIÐVIKUDAGUR 30. DESEMBER | 8-19 |
| GAMLÁRSDAGUR 31. DESEMBER | 8-12 |
| NÝÁRSDAGUR 01. JANÚAR | LOKAÐ |
| LAUGARDAGUR 02. JANÚAR | 10-18 |
| SUNNUDAGUR 03. JANÚAR | 10-18 |

## VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

Með fyrirvara um myndbrengl, prentvillur, mistök hjá birgjum og uppseldar vörur. Verð er með vsk.
Tilboðin gilda frá 16. desember til og með fimmtudeginum 24. desember, meðan birgðir endast.


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



Það er hætt við að margar fjölskyldur muni einungis sameinast yfir tölvuskjánum þessi jólin. Fjölmargir Íslendingar eru staddir erlendis og komast ekki heim, en halda þó gleðileg jól. MYND/GETTY

# Þau komast ekki heim um jólin

Tæplega fimmtíu þúsund Íslendingar eru búsettir erlendis. Ljóst er að margir þeirra komast ekki heim yfir hátíðirnar vegna kórónaveirunnar. Fréttablaðið náði tali af fjórum Íslendingum búsettum í Danmörku, Belgíu, Bretlandi og Þýskalandi. Þau hafa fengið sendar íslenskar kræsingar yfir hafið og eru spennt fyrir því að halda öðruvísi jól.

Urður Örlygsdóttir
urdur@frettabladid.is



## „Flæskesteg“ og dönsk jól

Hrönn Hafliðadóttir býr ásamt tveimur sonum sínum, Hjörvari og Húgó, í bænum Hinnerup, skammt fyrir utan Árósa í Danmörku. Þau voru lengi vel bjartsýn á að komast heim um jólin en faraldurinn hefur sótt í sig veðrið í Danmörku síðustu vikur og aðgerðir verið hertar en samkomubann þar er miðað við tíu manns.

„Við áttum bókað flug heim 21. desember en fluginu var aflýst fyrir um þremur vikum, við vorum samt búin að taka ákvörðun um að halda jólin hér úti í ár. Það væri bara óábyrgt að vera að fara heim eins og staðan er núna, auk þess eru strákarnir í framhaldsskóla og þyrftu að fara í tveggja vikna sóttkví þegar við kæmum aftur til Danmerkur. Auðvitað er leiðinlegt að komast ekki heim en það verða bara dönsk jól í ár,“ segir Hrönn.

### Öllu flugi aflýst

Þetta er ekki fyrsta flugið sem Hrönn á bókað í ár og er aflýst, en hún hefur fjórum sinnum ætlað að koma heim í ár.

„Amma mín varð 100 ára í mars og ég var fyrir löngu búin að panta miða til Íslands þá. Eins og við var búist var afmælinu aflýst, ég ætlaði þá að reyna að koma heim í brúðkaup systur minnar í maí en sömu sögu var að segja þá og fluginu aflýst. Ég gerði heiðarlega tilraun til að koma í ágúst, þegar til stóð að gera aðra tilraun til að halda upp á 100 ára afmælið en það datt einnig upp fyrir. Ég er kannski bara búin að vera aðeins of bjartsýn í ár,“ segir Hrönn.



Hrönn Hafliðadóttir heldur jólin hátíðleg ásamt Jens, dönskum sambýlismanni sínum og sonum sínum tveimur, Hjörvari og Húgó, í bænum Hinnerup, skammt fyrir utan Árósa í Danmörku. MYND/AÐSEND

Hrönn og strákarnir halda upp á jólin ásamt sambýlismanni Hrannar, Jens, sem er Dani, og foreldrum hans.

„Við erum vön að borða hamborgarhrygg á jólunum en í ár verður það „flæskesteg“ og önd að hætti Dana. Við förum reyndar ekki eftir öðrum dönskum hefðum eins og að dansa í kring um jólatréð og syngja sálma, en þetta verður einhver blanda af íslenskum og dönskum jólum.“

Hún segir að Danir taki reglurnar annars mjög alvarlega og að fólk sé almennt ekki að hittast yfir jólin, fyrir utan sína nánustu fjölskyldu. „Reglurnar voru settar á hér yfir jólin til að koma í veg fyrir mikla hópamyndun yfir hátíðirnar enda hafa smit aldrei verið fleiri. Við hittum því ekkert vinafólk um jólin en nýtum tímann í að slaka á hér heima.“

### Nóg af af íslenskum mat

Hrönn og synir hennar eru sólgin í íslenskan mat, þá sérstaklega sælgæti. Hún var svo heppin að þekkja konu sem kom til Danmerkur frá Íslandi í síðustu viku og tók með sér þónokkuð mikið af mat fyrir þau.

„Ég bað föður minn um að fara í búð og kaupa það helsta fyrir jólin. Hann fór hins vegar offari í búðinni og þetta endaði í bláum IKEA-poka sem aumingja konan þurfti að rogast með til Danmerkur,“ segir Hrönn og hlær og bætir því við að þau hafi að sjálfsögðu borgað yfirvigtina. Þau fengu meðal annars sent hangikjöt, lambahrygg, lambalæri, kleinur, piparost, og sælgæti.

„Við erum því í toppmálum, fáum hangikjöt á jóladag, náum að baka lakkrístoppa og ég fékk mitt uppáhaldssælgæti sent, Rommý. Þetta verða öðruvísi en notaleg jól hér í Hinnerup.“

> ÉG BAÐ FÖÐUR MINN UM AÐ FARA Í BÚÐ OG KAUPA ÞAÐ HELSTA FYRIR JÓLIN. HANN FÓR HINS VEGAR OFFARI Í BÚÐINNI OG ÞETTA ENDAÐI Í BLÁUM IKEA-POKA.



NIVEA

# ENDURNÝJAR
## OG EYKUR TEYGJAN-LEIKA HÚÐARINNAR

**HYALURON CELLULAR FILLER**
**+ELASTICITY RESHAPE**

- eykur teygjanleika húðarinnar um 64%*
- eykur eigin framleiðslu húðarinnar á hýalúronsýru
- minnkar hrukkur á áhrifaríkan hátt
- veitir raka í sólarhring




* Prófun í tilraunaglasi (in-vitro)

NIVEA.com

# Ekkert jólatré en sómakólfurinn skreyttur

Gunnar Atli Thoroddsen og Sigríður Gyða Héðinsdóttir eru búsett í Berlín í Þýskalandi ásamt tæplega sjö mánaða gömlum syni sínum, Héðni Sigríðarsyni Thoroddsen. Þau ákváðu fyrir þónokkru að halda sig í Þýskalandi um jólin.

„Við fórum til Íslands í ágúst þegar seinni COVID-bylgjan var hafin. Við frestuðum heimför til Berlínar þrisvar sinnum í von um að ná beinu flugi en á endanum flugum við í gegnum Amsterdam. Þannig að við erum búin að upplifa hvað það getur verið mikið vesen að ferðast á milli landa núna, sérstaklega með ungan dreng," segir Gunnar.

Litla fjölskyldan ákvað því snemma að jólin skyldu haldin hátíðleg í Berlín í ár. Gunnar segir það vera ákveðinn létti að þurfa ekki að setja ákveðin mörk í kringum hátíðirnar. „Í sumar bjuggum við inni á foreldrum okkar og það er auðvitað alltaf hætta á að maður geti borið veiruna í annað fólk, það væri auðvitað hræðilegt og maður verður að sýna ábyrgð."

Gunnar smitaðist af COVID-19 fyrir um átta vikum en Sigríður og Héðinn sluppu. Þau voru samt sem áður öll í einangrun í sömu íbúðinni



**Gunnar Atli Thoroddsen og Sigríður Gyða Héðinsdóttir halda fyrstu jól sonar síns, Héðins Sigríðarsonar Thoroddsen, í Berlín í Þýskalandi.** MYND/AÐSEND

í tvær vikur. „Þetta sýndi manni bara hvað þessi veira er lúmsk, við fengum vinafólk í heimsókn sem reyndist smitað og ég fékk þetta frá þeim. Sigga og Héðinn sluppu sem betur fer þó svo að við höfum verið í sömu íbúðinni í allan þennan tíma," segir Gunnar.

> SIGGA FANN REYNDAR ÞÝSKA HESTAMANNA-SÍÐU ÞAR SEM ÍSLENSKT JÓLAÖL VAR SELT OG LÉT SLAG STANDA OG KEYPTI KIPPU AF ÞVÍ, MJÖG HANDAHÓFSKENNT.

**Illa klipptur um jólin**

Strangar takmarkanir eru í gildi í Þýskalandi en þær voru hertar enn frekar í vikunni, aðeins fimm frá tveimur heimilum mega koma saman og öllum veitingastöðum og börum hefur verið lokað. Gunnar segir að hertari reglur hafi þó ekki mikil áhrif á daglegt líf þeirra.

„Ég hef verið að vinna heima í sex mánuði og það hefur verið grímuskylda síðan í apríl. Þetta er allt farið að renna saman í eitt og maður er farinn að venjast þessu. Það sem hefur mestu áhrifin á mig í þessari nýju reglugerð er að núna kemst ég ekki í jólaklippinguna, hárgreiðslustofur fá ekki að opna á ný fyrr en í janúar."

Fjölskyldan keypti ekki jólatré an ákvað þess í stað að klæða plöntu, nánar tiltekið sómakólf, sem var nú þegar í stofunni í jólafötin. Þau hafa ekki fengið neinn mat sendan heiman frá Íslandi, en þau ætla að vera með sveppa Wellington á aðfangadag.

„Sigga fann reyndar þýska hestamannasíðu þar sem íslenskt jólaöl var selt og lét slag standa og keypti kippu af því, mjög handahófskennt," segir Gunnar kíminn.

Litla fjölskyldan ætlar annars að njóta þess að vera saman um jólin og ætlar að verja áramótunum með annarri íslenskri fjölskyldu sem einnig er búsett í Berlín.

„2020 er búið að vera óútreiknanlegt ár, það er ekki hægt að plana neitt og maður verður bara að taka því eins og það er. Það þýðir ekkert að sakna jólanna á Íslandi heldur höldum við öðruvísi jól hér," segir Gunnar að lokum.

# Þakklát fyrir að vera öll saman

Strangar reglur eru í gildi í Belgíu en hvert heimili má aðeins bjóða einum utanaðkomandi til sín, sama hversu margir búa á heimilinu. Inga Hanna Guðmundsdóttir hefur verið búsett í Brussel í þrjú ár ásamt eiginmanni sínum, Þorvaldi Henningssyni, en hún starfar sem yfirmaður mannauðsmála hjá EFTA. Þau eiga þrjú börn, dóttur sem býr hjá þeim í Brussel, aðra dóttur sem er í skóla í Mílanó á Ítalíu og son sem er í skóla í Búdapest í Ungverjalandi.

„Það er búið að standa til allt árið að koma heim, en eftir því sem leið á árið kom í ljós að það var ekki hægt að treysta á neitt enda reglurnar sífellt að breytast. Skólinn hjá krökkunum klárast það seint að það var útilokað fyrir okkur að ná þeim heim til Íslands og úr sóttkví fyrir aðfangadag. Það voru meiri líkur á að við næðum þeim hingað til Brussel og við gætum öll haldið ánægjuleg jól saman."

Inga Hanna var harðákveðin í að



**Inga Hanna Guðmundsdóttir heldur jólin í Brussel ásamt eiginmanni sínum, Þorvaldi Henningssyni, og börnunum þeirra þremur.** MYND/AÐSEND

fara heim í sumar en reglurnar um sóttkví voru mun flóknari en hún gerði sér grein fyrir í fyrstu.

„Ég ætlaði að búa heima hjá foreldrum mínum sem hefði þýtt að þau hefðu þurft að finna sér annan samastað á meðan, sem mér fannst ekki alveg ganga upp. Ég var alltaf að bíða eftir að reglurnar breyttust en svona er þetta bara. Krakkarnir voru sem betur fer heima í allt sumar."

Hún hefur verið að vinna heima meira og minna síðan í mars en faraldurinn hefur verið skæður í Belgíu.

„Þetta er orðið rosalega langur tími. Við ætluðum að reyna að hittast nokkrir Íslendingar, skera út laufabrauð og baka en svo áttuðum við okkur á því að það má ekki einu sinni. Reglurnar eru rosalega takmarkaðar og það eru engar samkomur leyfilegar. Það var því ekkert annað í stöðunni en að skera laufabrauðið út sjálfur, baka piparkökuhús og fara alla leið í að finna jólaskapið."

**Malt og appelsín frá Lúxemborg**

Tengdamóðir Ingu Hönnu kom til Brussel fyrir nokkrum dögum, hún ætlar að verja jólunum með fjölskyldunni en fer heim annan í jólum til að ná að halda áramótin heima.

„Tengdamamma kom með hamborgarhrygg og hangikjöt með sér en við létum flytja inn malt og appelsín frá Lúxemborg, það er skandinavísk búð þar sem selur alls konar vörur. Ég gat pantað Mackintosh á netinu þannig að þetta er allt gert með smá krókaleiðum en okkur langar til að gera allt til að jólin verði sem eðlilegust fyrir krakkana."

Hún segir að það verði eitthvað svipað uppi á teningnum um áramótin, það verði bara þau fjölskyldan saman en það er bannað að sprengja flugelda. „Við erum fyrst og fremst bara ánægð með að geta haldið jólin og áramótin öll saman," segir Inga Hanna að lokum.

# Meiri jólagleði en venjulega

Bryndís Silja Pálmadóttir og Óskar Björn Bjarnason búa í London. Bryndís Silja er í meistaranámi í Mið-Austurlandafræðum og arabísku en Óskar starfar sem kokkur. Þau ætla að halda sín fyrstu jól ein í ár og eru spennt fyrir því að skapa nýjar hefðir.

„Auðvitað er maður með heimþrá en aðstæðurnar eru bara eins og þær eru og við ætlum að gera gott úr þessu."

Reglur í London voru hertar enn frekar í vikunni og færðar í svokallað Tier 3. Veitingastöðum og börum var gert að loka og fólk má ekki koma saman innandyra. Bryndís segir að hertar aðgerðir breyti ekki miklu fyrir þau.

„Ég get enn þá farið í skólann að læra, bókasafnið er opið þó svo að allir tímar séu í fjarkennslu og það hefur verið mikið líf í borginni þrátt fyrir harðar aðgerðir."

Bryndís og Óskar verða tvö á aðfangadagskvöld en frá og með 23. desember til 27. desember má fólk af þremur heimilum hittast.

„Það gæti verið að við reynum að hitta einhverja vini þarna á milli jóla og nýárs en annars erum við spennt fyrir því að búa til okkar eigin hefðir um jólin. Okkur langar líka til að taka einhverjar breskar hefðir inn í okkar hátíðahöld, við ætlum líklegast að hafa kalkún á aðfangadag eins og flestir eru með hér en við erum ekki alveg tilbúin að ganga svo langt að opna pakkana á jóladag eins og Bretar gera," segir Bryndís og hlær.

**Jólaundirbúningurinn púsluspil**

Jólaundirbúningurinn hefur verið hálfgert púsluspil fyrir parið en þau hafa verið að senda jólapakka síðustu daga og vonast til að sem flestir skili sér heim á réttum tíma. Þau segja að það hafi verið ákveðinn léttir að taka ákvörðun um að vera úti yfir jólin.

„Við vorum búin að skoða það að koma heim en eftir að við fórum að sjá að staðan væri ekki nógu góð á Íslandi og það leit ekki út fyrir að við gætum hitt þá sem okkur langaði, þá fannst okkur bara betra að vera hér úti um jólin. Við vorum heima í allt sumar sem var yndislegt, þannig að það er ekki allt of langt síðan að við hittum fólkið okkar."

Þau hafa gert jólalegt í kringum sig, keypt jólatré, skraut og dagatal.



**Fyrstu jólin sem þau Bryndís Silja og Óskar Björn halda tvö saman verða í London. Jólin verða bæði íslensk og bresk.** MYND/AÐSEND

> MAMMA SENDI MÉR LAKKRÍSKURL UM LEIÐ OG VIÐ TÓKUM ÁKVÖRÐUNINA UM AÐ KOMA EKKI HEIM, ÞANNIG AÐ ÞAÐ VERÐA LAKKRÍSTOPPAR Á BOÐSTÓLUM.

„Við erum búin að vera að eltast við meiri jólagleði en við hefðum eflaust gert annars og bjuggum meira að segja til okkar eigin jólakrans. Mamma sendi mér lakkrískurl um leið og við tókum ákvörðunina um að koma ekki heim, þannig að það verða lakkrístoppar á boðstólum. Í eðlilegum heimi hefðum við klárlega komið heim en við erum bara nokkuð sátt hér."

ARION BANKI KYNNIR MEÐ STOLTI Í SAMSTARFI VIÐ FJARÐARKAUP, GÓU OG COCA-COLA

WWW.JÓLAGESTIR.IS

*Við komum með jólin heim til þín!*

# Jólagestir Björgvins




ÞÚ FINNUR SVÖRIN Á
WWW.JÓLAGESTIR.IS

**HITAÐU UPP FRÁ KL. 19.30**
KÍKTU BAKSVIÐS Í BORGARLEIKHÚSIÐ 30 MÍNÚTUM FYRIR TÓNLEIKA.
ÚTSENDING HEFST KL. 19.30 OG TÓNLEIKAR HEFJAST KL. 20.00

# STÓRA STUNDIN ER Í KVÖLD!

## RÚMLEGA 10.000 MIÐAR SELDIR Í 23 LÖNDUM

ÍSLAND · NOREGUR · DANMÖRK · SVÍÞJÓÐ · BANDARÍKIN · BRETLAND · ÞÝSKALAND · BELGÍA · KANADA · ÁSTRALÍA · FÆREYJAR · FRAKKLAND
SPÁNN · ÍTALÍA · SVARTFJALLALAND · HOLLAND · AUSTURRÍKI · ALSÍR · SVISS · CHILE · UNGVERJALAND · ÍRLAND · NÝJA – SJÁLAND

## TAKTU ÞÁTT Í SKEMMTILEGUSTU OG GLÆSILEGUSTU TÓNLEIKUM ÁRSINS Í BEINNI!

**VERTU MEÐ OKKUR Á ZOOM**
VERÐUR ÞÚ MEÐ Í BEINNI Í KVÖLD?
NÁNAR Á JÓLAGESTIR.IS

**SYNGDU MEÐ**
TEXTARNIR KOMNIR INN
Á JÓLAGESTIR.IS

**KOSNING Í BEINNI**
HVER Á AÐ SYNGJA „EF ÉG NENNI?“
KOSNING Á JÓLAGESTIR.IS

**VIRKJAÐU KÓÐANN NÚNA**
OPNAÐU JÓLAGESTA RÁSINA NÚNA
SVO ALLT SÉ KLÁRT Í TÍMA

ÖLL MIÐASALA Á EINUM STAÐ Á TIX.IS

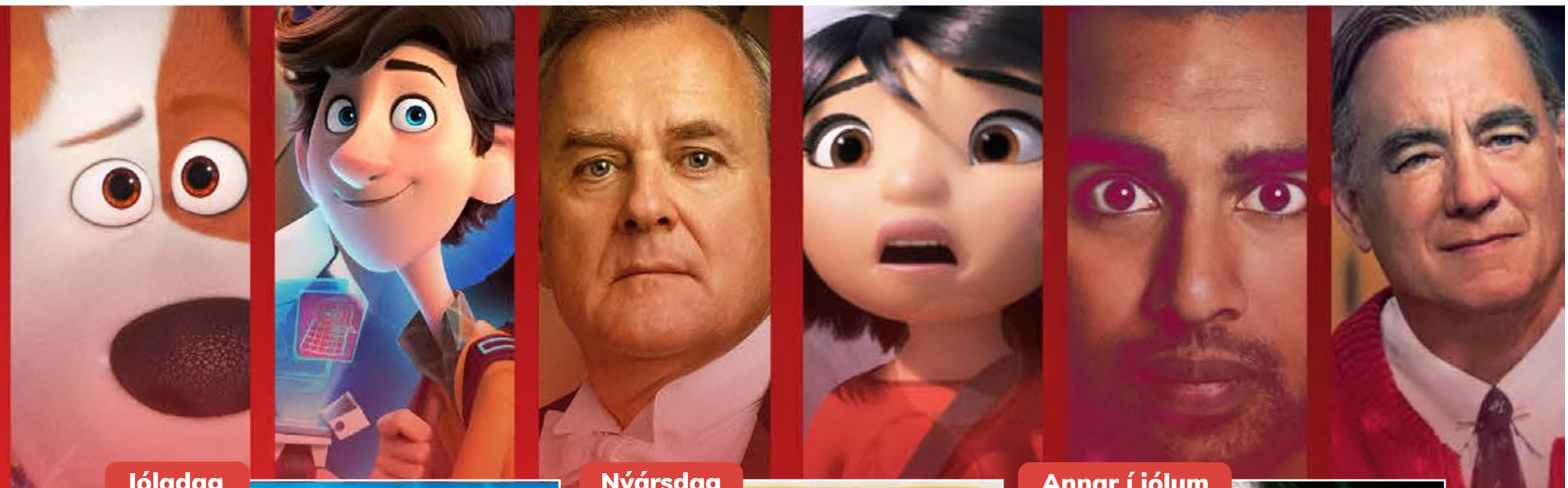
Arion banki · FK Fjarðarkaup · Coca-Cola

HORFÐU Á TÓNLEIKANA ÞAR SEM ÞÉR HENTAR
vodafone PPV · Síminn PPV · tix.is STREYMI

sena LIVE

# Skemmtilegri

## DAGSKRÁ UM JÓLIN



Jóladag




Nýársdag



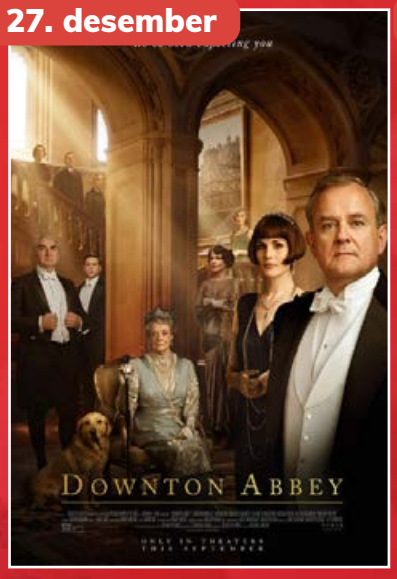

Annar í jólum




Nýársdag




27. desember




Annar í jólum




Jóladag




19. desember



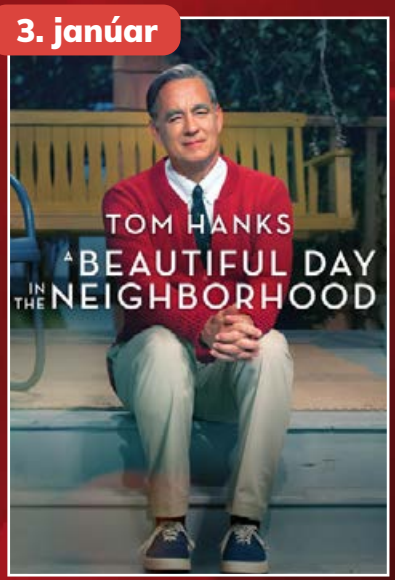

Jóladag




27. desember




3. janúar




Tryggðu þér áskrift

**stod2.is | 1817**



Hátíðleg vanillukaka með kókosblæ og hvítum Lindor-kúlum að hætti Berglindar. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

# Bakstur mikilvæg hefð á jólunum

**Berglind Hreiðarsdóttir** er mikið jólabarn og segir bakstur og góðar samverustundir vera mikilvægustu jólahefðirnar. Við fengum Berglindi til að baka fyrir lesendur og er útkoman sérlega girnileg.

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Segja má að matseld og bakstur sé veigamikill þáttur í lífi Berglindar sem heldur úti vefsíðunni Gotterí og gersemar. Þó að hún segist vera mikið jólabarn er hún ekki mjög fastheldin á hefðir í kringum þennan árstíma.

„Ég elska aðventuna, jólaljós, jólaskraut, kerti og kósí í desember. Ég er ekki svakalega föst í hefðum en mér finnst bakstur og góðar samverustundir mikilvægustu jólahefðirnar. Við gefum okkur meiri tíma til að spila, baka og elda saman á þessum tíma og erum alltaf að vinna með eitt nýtt jólapúsl um hver jól," segir Berglind.

### Möndlugrautur í hádeginu

„Amma Guðrún fór alltaf með okkur systurnar að sjá þegar kveikt var á Oslóartrénu þegar við vorum litlar og mér finnst gaman að gera það ef veður og aðstæður leyfa. Nú til dags er það líka Novasvellið sem hefur verið að toga okkur niður í bæ í jólastemninguna. Einnig finnst mér við alltaf þurfa að gera piparkökur og skreyta með glassúr og ef tími gefst til er æðislegt að útbúa laufabrauð. Tengdamamma býður síðan öllum börnunum sínum og fjölskyldum í möndlugraut í hádeginu á aðfangadag og mér finnst það kósístund og dásamlegt að hitta alla áður en hver heldur til sinna heima að halda jólin hátíðleg," útskýrir Berglind.



Jólabollakökurnar hennar Berglindar með kanilkeim og rjómaostakremi slá í gegn í hvaða jólakaffiboði sem er.

### Tvíréttað á aðfangadag

Það er ekki annað hægt en spyrja matgæðinginn út í jólamatinn en Berglind segir hamborgarhrygg hafa átt vinninginn undanfarin ár.

„Ég eldaði reyndar rjúpur í fyrsta skipti fyrir tveimur árum þegar systir mín var með okkur á aðfangadag og endurtók leikinn í fyrra. Ég hugsa því að það verði tvíréttað héðan í frá þar sem maðurinn minn elskar rjúpurnar. Það er í raun sama meðlæti sem gengur með þeim og hamborgarhryggnum nema við gerum tvær mismunandi sósur."

### Bókaútgefandi á haus fyrir jólin

Berglind segir allan gang á því hvenær jólaundirbúningur hefst á heimilinu. „Í ár var jólatréð fullskreytt 8. nóvember á meðan það gæti verið það á Þorláksmessu á næsta ári," segir hún og hlær. „Jólaundirbúningurinn hefst bara þegar við höfum tíma til hverju sinni. Núna í ár er ég auðvitað á haus sem bókahöfundur, útgefandi, lagerstarfsmaður og sendill samhliða blogginu, en er engu að síður að keppast við að gleyma ekki því sem skiptir máli, skulum sjá hvernig það á eftir að ganga," segir Berglind bjartsýn að lokum en hún gaf sjálf út á dögunum bókina Saumaklúbburinn sem inniheldur 140 uppskriftir. Bókin seldist upp í síðasta mánuði og er nýkomin aftur og fáanleg á gotteri.is.



Glæsilegt jólatré Berglindar fór upp fyrir rúmum mánuði.

## Hátíðleg vanillukaka með kókosblæ

- 1 x Betty Crocker Vanilla Cake Mix
- 3 egg
- 100 ml ljós matarolía
- 100 ml vatn
- 100 ml kókosrjómi
- 100 g kókosmjöl

Hitið ofninn í 160°C og penslið 3 x 15 cm kökuform vel með matarolíu.

Hrærið saman eggjum, matarolíu, vatni og kókosrjóma í hrærivélarskálinni.

Bætið kökuduftinu saman við og hrærið á meðalhraða í nokkrar mínútur, skafið niður á milli.

Bætið að lokum kókosmjölinu í deigið og blandið létt.

Skiptið deiginu jafnt á milli formanna og bakið þar til prjónn kemur hreinn út (um 25 mínútur).

### Vanillu- og kókoskrem

- 80 g smjör við stofuhita
- 100 g rjómaostur við stofuhita
- 1 kg flórsykur
- 100 ml kókosrjómi
- 2 tsk. vanillusykur

Hrærið saman smjör og rjómaost þar til það er létt og ljóst.

Bætið öðrum hráefnum saman við á víxl og skafið niður á milli.

Þeytið þar til létt og ljóst krem hefur myndast.

### Skraut og samsetning

- Gróft kókosmjöl
- 8 stk. hvítar Lindor-kúlur

Smyrjið rúmlega 1 cm af kremi á milli botnanna og hjúpið kökuna með þunnu lagi af kremi, kælið þar til kremið fer að taka sig (um 30 mínútur).

Smyrjið þá næstu umferð af kremi á alla kökuna til að þekja hana vel og sléttið vel úr toppnum og hliðunum.

Takið fulla lúku í senn af kókosmjöli og rennið upp hliðarnar frá botni og upp að toppi.

Gott er að gera þetta yfir bökunarskúffu til þess að umfram kókosmjöl geti hrunið niður í skúffuna.

Þegar hliðarnar eru vel þaktar kókosmjöli má setja krem í sprautupoka með stórum stjörnustút (til dæmis 2D frá Wilton) og sprauta 8 toppa allan hringinn efst á kökunni.

Að lokum má setja Lindor-kúlu á hvern smjörkremstopp og geyma síðan kökuna í kæli.

## Jólabollakökur með kanilkeim

Um 15-17 stykki

- 120 g smjör við stofuhita
- 100 g púðursykur
- 2 egg
- 120 ml nýmjólk
- 150 ml hlynsíróp
- 1 tsk. vanilludropar
- 220 g hveiti
- 1 tsk. lyftiduft
- ½ tsk. matarsódi
- ½ tsk. salt
- 2 tsk. kanill
- ½ tsk. engifer
- ½ tsk. negull

Hitið ofninn í 175°C.

Þeytið smjör og púðursykur þar til það er létt og ljóst.

Bætið eggjunum saman við, einu í einu og skafið niður á milli.

Blandið restinni af þurrefnunum saman í aðra skál.

Næst má setja mjólk og síróp saman við smjörblönduna og loks þurrefnin í nokkrum skömmtum.

Skafið vel niður á milli og hrærið þar til deigið verður slétt og fínt.

Skiptið því niður í bollakökuformin, fyllið um 2/3 af hverju formi.

Bakið í 18-20 mínútur og kælið áður en kremið er sett á.

### Rjómaostakrem

- 190 g rjómaostur við stofuhita
- 75 g smjör við stofuhita
- 590 g flórsykur
- 2 tsk. vanillusykur
- 2 tsk. hlynsíróp

Þeytið saman smjör og rjómaost þar til það er létt og ljóst.

Bætið þá öðrum hráefnum saman við í nokkrum skömmtum, skafið vel niður á milli og hrærið þar til fallegt og slétt krem hefur myndast.

Setjið kremið í sprautupoka með stórum stjörnustút (til dæmis 1M frá Wilton) og sprautið vel af kremi í spíral á hverja köku, skreytið með kókuskrauti áður en kremið storknar að utan.

# Ennþá meira úrval af listavörum



**Listverslun.is**

AMSTERDAM dream • create
van Gogh The Quality Brand
REMBRANDT The Professional Choice
Liquitex
Conté à Paris DEPUIS 1795
LEFRANC BOURGEOIS PARIS
2017 2020 Framúrskarandi fyrirtæki

## Verkfæralagerinn

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



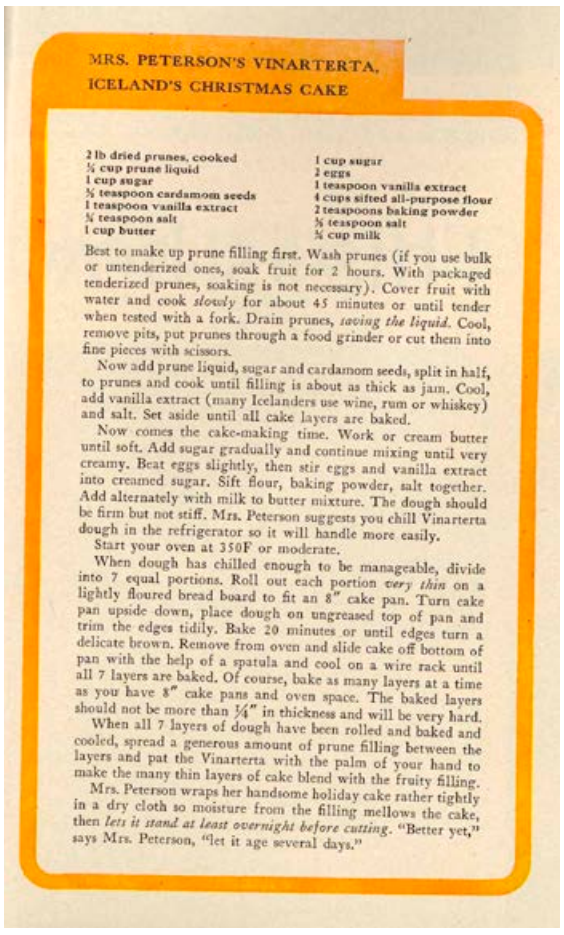
Dr. Laurie Kristine Bertram ólst upp á skosk/íslensku heimili. MYND/AÐSEND




Úr Hnausa General Store í Hnausa, Kanada. MYND/AÐSEND



Siggi, sonur Laurie, býr til sína fyrstu vínartertu. MYND/AÐSEND



MRS. PETERSON'S VINARTERTA,
ICELAND'S CHRISTMAS CAKE

2 lb dried prunes, cooked
½ cup prune liquid
1 cup sugar
½ teaspoon cardamom seeds
1 teaspoon vanilla extract
¼ teaspoon salt
1 cup butter
1 cup sugar
2 eggs
1 teaspoon vanilla extract
4 cups sifted all-purpose flour
2 teaspoons baking powder
½ teaspoon salt
¾ cup milk

Best to make up prune filling first. Wash prunes (if you use bulk or untenderized ones, soak fruit for 2 hours. With packaged tenderized prunes, soaking is not necessary). Cover fruit with water and cook *slowly* for about 45 minutes or until tender when tested with a fork. Drain prunes, *saving the liquid*. Cool, remove pits, put prunes through a food grinder or cut them into fine pieces with scissors.

Now add prune liquid, sugar and cardamom seeds, split in half, to prunes and cook until filling is about as thick as jam. Cool, add vanilla extract (many Icelanders use wine, rum or whiskey) and salt. Set aside until all cake layers are baked.

Now comes the cake-making time. Work or cream butter until soft. Add sugar gradually and continue mixing until very creamy. Beat eggs slightly, then stir eggs and vanilla extract into creamed sugar. Sift flour, baking powder, salt together. Add alternately with milk to butter mixture. The dough should be firm but not stiff. Mrs. Peterson suggests you chill Vinarterta dough in the refrigerator so it will handle more easily.

Start your oven at 350F or moderate.

When dough has chilled enough to be manageable, divide into 7 equal portions. Roll out each portion *very thin* on a lightly floured bread board to fit an 8" cake pan. Turn cake pan upside down, place dough on ungreased top of pan and trim the edges tidily. Bake 20 minutes or until edges turn a delicate brown. Remove from oven and slide cake off bottom of pan with the help of a spatula and cool on a wire rack until all 7 layers are baked. Of course, bake as many layers at a time as you have 8" cake pans and oven space. The baked layers should not be more than ¼" in thickness and will be very hard.

When all 7 layers of dough have been rolled and baked and cooled, spread a generous amount of prune filling between the layers and pat the Vinarterta with the palm of your hand to make the many thin layers of cake blend with the fruity filling.

Mrs. Peterson wraps her handsome holiday cake rather tightly in a dry cloth so moisture from the filling mellows the cake, then *lets it stand at least overnight before cutting*. "Better yet," says Mrs. Peterson, "let it age several days."

Vínartertuuppskrift frá árinu 1949 og er frá Bottineu í Norður-Dakóta. Uppskriftin birtist fyrst í stóru, amerísku kvennablaði, McCall's. MYND/AÐSEND

# Vínartertan sameiningartákn

Nýverið kom út bókin Viking Immigrants: Icelandic North Americans, um mikinn fjölda Íslendinga sem fluttu til Kanada í Norður-Ameríku á 18. og 19. öld. Saga búferlanna er sögð í gegnum augu hins almenna borgara, þá og í dag. Hin íslenska vínarterta gegnir þar lykilhlutverki ásamt draugasögum og íslenskri kaffimenningu.

Lovísa Arnardóttir
lovisaa@frettabladid.is

Þetta er menningarsaga um flutning Íslendinga til Norður-Ameríku, með óvæntum uppákomum," segir dr. Laurie Kristine Bertram sem gaf nýlega út bókina Viking Immigrants: Icelandic North Americans. Bókin er um þann mikla fjölda Íslendinga sem fluttu til Kanada við lok 18. aldar og í upphafi þeirrar 19. Um fjórðungur þjóðarinnar flutti til annaðhvort Bandaríkjanna eða Kanada. Í bókinni er skoðuð saga búferlanna með myndum, viðtölum, munum og uppskriftum.

Hún segir að í bókinni skoði hún hvernig samfélagið hafi breyst í gegnum augu hins almenna borgara.

„Ég ólst upp á skosk-íslensku heimili og í ákveðinni menningu en samt var ég aldrei hluti af neinu sérstöku menningar-samfélagi. Við vorum samt með ýmsa siði sem aðrir voru ekki með og ég tók eftir því að fjölskyldan var frábrugðin öðrum. Þegar ég byrjaði að vinna þetta verkefni ákvað ég því að leggja áherslu á hversdagslífið og hvernig menningin breytist heima hjá fólki," segir Laurie.

Hún segir að því séu í bókinni kaflar um tísku og kaffimenningu. Þá er einnig kafli í bókinni um samband Íslendinga við frumbyggja sem er sögð í gegnum draugasögur, af hverju víkingar eru vinsælir og svo um vínartertu.

„Þegar Íslendingarnir komu til Kanada drukku allir te, en Íslendingarnir vildu ekkert hafa með það. Það var óásættanlegt að mati Íslendinganna og þeir hófu því að drekka kaffi og kenna öðrum það," segir Laurie.

### Tengslin enn sterk

Hún segir að saga búferlaflutninga Íslendinga til Norður-Ameríku sé að mörgu leyti einstök. Tengsl núlifandi Vestur-Íslendinga við Ísland eru að mörgu leyti enn mjög sterk. Í bænum Gimli í miðju Kanada eru öll götuheiti íslensk, þar er lítil bókabúð sem selur íslenskar bækur og fólk nefnir jafnvel enn börnin sín íslenskum nöfnum.

„Ég held að þetta sé skrítna þrjóskan og veggurinn sem fólk setur upp þegar það flytur búferlum. Fólk breytist, aðlagast og gerir það sem það þarf til að ná langt, en sumt er eitthvað sem breytist aldrei. Það er kannski skrítið en þetta er held ég ein af ástæðunum fyrir því að fólk er svo heltekið af vínartertu í þessu samfélagi. Þetta er merki samheldni, samfélags og lífsins á Íslandi á 17., 18. og 19. öld," segir Laurie.

Hún segir að tertan hafi orðið þekkt í samfélagi Vestur-Íslendinga á sama tíma og þeir voru byrjaðir að missa tengsl við tungumálið og voru að flytja í burtu frá innflytjendahverfunum sem byggðust upp þegar Íslendingarnir komu fyrst.

> ÞEGAR ÍSLENDINGARNIR KOMU TIL KANADA DRUKKU ALLIR TE, EN ÍSLENDINGARNIR VILDU EKKERT HAFA MEÐ ÞAÐ.

„Vínartertan kom inn á þessum tíma sem einhvers konar tákn. Þú þurftir ekki að vera í Gimli til að búa til vínartertu, það er hægt hvar sem er. En þetta er eitt af táknunum sem ekki verður breytt," segir Laurie.

Vínarterta en ein tegund lagköku sem var vinsæl á þeim tíma sem Íslendingar voru að flytja til Kanada og hefur lítið breyst þar, en þekkist minna hér á landi.

„Hún er frosin í tíma hér," segir Laurie og bætir við:



Aðalbjörg og Sigríður Jóakimsdætur. Laurie fann myndina á Eyrarbakki Icelandic Heritage Centre í Hnausa í Manitoba. MYND/EYRARBAKKI HERITAGE CENTER

„Lagkakan hefur verið nútímavædd á Íslandi. Það eru færri lög. Það er sulta í stað kryddaðra sveskja. Vínartertan er frænka þessara kaka og sú sem fólk er heltekið af hér enn í dag er sú sem var gerð á þessum heimilum Íslendinga sem komu til Kanada fyrir svo löngu síðan."

Spurð fyrir hvern bókin sé segir Laurie, sem er sagnfræðingur, að hún hafi eftir fremsta megni reynt að hafa hana þannig hún höfði til sem flestra.

„Ég varði löngum tíma í að rannsaka fyrir hana þannig að það er mjög mikið af gögnum í henni. Ég reyndi að skrifa hana þannig að fólk geti tekið hana upp og lesið og tekið það sem það vill," segir Laurie.

### Vínartertuuppskriftir

Í bókinni eru um 30 myndir sem Laurie fann bæði á Þjóðarbókhlöðunni hér á Íslandi, í Bandaríkjunum og í Kanada. Um helmingur myndanna hefur aldrei verið birtur í bók áður. Þá er þar einnig að finna safn vínartertuuppskrifta.

„Það eru nokkrar sögufrægar uppskriftir sem sýna hvernig kakan hefur þróast í gegnum tímann. Þú gætir búið til vínartertu-rannsóknarstofu heima hjá þér ef þú vildir," segir Laurie.

*En hvað er málið með víkinga?*

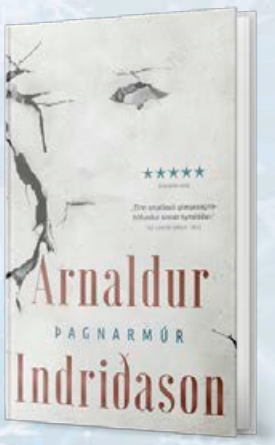
„Þegar Íslendingarnir fluttu til Norður-Ameríku var það vegna ástandsins þar. Enskumælandi Ameríkanar höfðu oft lítið álit á innflytjendum og komu illa fram við þá. Þeir komu sérstaklega illa fram við Íslendinga sem þeim fannst ekki skilja norðrið nægilega vel. Þau kölluðu Íslendinga „eskimóa" og til að bregðast við því ákváðu Íslendingar að kenna sig við „nútíma-víkinga"," segir Laurie.

Hún útskýrir að á Viktoríutímanum hafi fólk verið heltekið af víkingum. Það hafi verið búið til víkingaskip á heimssýningunni í Chicago, fólk hafi lesið Íslendingasögurnar og Íslendingar hafi ákveðið að nýta sér það.

„Víkingarnir eru flókið tákn. Þeir vísa bæði í að búferlaflutningar eru eldri og í bókmenntamenningu Íslendinga," segir Laurie.

Bókin er gefin út af háskólanum í Toronto þar sem hún kennir og er að hennar sögn 25 prósenta afsláttur af bókinni sem ætti að koma í stað flutningsgjaldanna. Hægt er að nálgast hana hér í vefsölu háskólans.

# BÓKAÐU GLEÐILEG JÓL




**Þagnarmúr**
Arnaldur Indriðason hefur um langt árabil verið vinsælasti höfundur landsins og nýtur hylli langt út fyrir landsteinana. Bækur hans eru nú orðnar tuttugu og fjórar talsins. Þær hafa verið þýddar á yfir fjörutíu tungumál, selst í tugmilljónum eintaka og hafa fært höfundinum ótal verðlaun og viðurkenningar.

4.589 kr.




**Yfir bænum heima**
Kristín Steinsdóttir hefur einstakt lag á að skapa trúverðugar og skemmtilegar sögupersónur og skrifar af hlýju og næmni um örlög þeirra og daglegt líf. Kristín er geysivinsæll verðlaunahöfundur og bækur hennar hafa hlotið mikið lof heima og erlendis.

4.699 kr.




**Barnaræninginn**
Fyndin og æsispennandi, rétt eins og Draumaþjófurinn, fyrri bókin um rotturnar í Hafnarlandi sem naut mikilla vinsælda og var tilnefnd til Barnabókaverðlauna Reykjavíkur.
Myndir gerir Linda Ólafsdóttir sem hefur unnið til fjölda verðlauna fyrir myndlýsingar sínar, hér heima og erlendis.

3.299 kr.




**Hetja**
Hetja er æsispennandi saga um vináttu stúlku og hryssu og baráttu þeirra fyrir að finna hvor aðra aftur.
Hetja og Björg eru bestu vinkonur og vilja helst alltaf vera saman. Þess vegna verður Hetja skelfingu lostin þegar svarta hyldýpið flytur hana á brott.

3.299 kr.



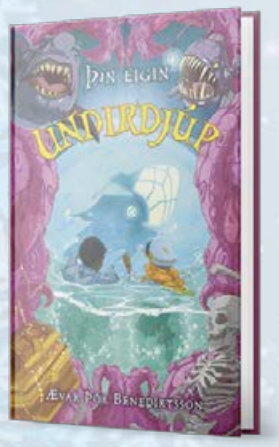

**Nærbuxnavélmennið**
Nærbuxnavélmennið er sjálfstætt framhald Nærbuxnaverksmiðjunnar og Nærbuxnanjósnaranna sem tilnefnd var til Íslensku bókmenntaverðlaunanna. Sprenghlægilegur bókaflokkur eftir Arndísi Þórarinsdóttur með myndum eftir Sigmund Breiðfjörð Þorgeirsson.

3.299 kr.



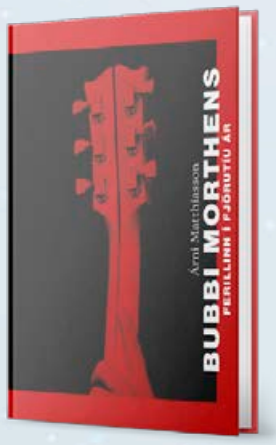

**Syngdu með Láru og Ljónsa**
Stórskemmtileg bók með fjölbreyttum lögum sem henta hvort sem er í fjörugu ferðalagi eða á rólegum stundum fyrir háttinn. Krakkar geta bæði hlustað á lögin með söng Birgittu og spreytt sig á að syngja þau sjálf með undirspili. Bókin er skreytt litríkum og fallegum myndum sem gaman er að skoða.

3.999 kr.




**Þín eigin undirdjúp**
Ævar Þór Benediktsson er margverðlaunaður höfundur. Hann hefur hlotið Bókaverðlaun barnanna og Bóksalaverðlaunin, verið tilnefndur til Íslensku bókmenntaverðlaunanna og Barnabókaverðlauna Reykjavíkur og valinn einn af bestu yngri barnabókahöfundum Evrópu og í hóp framúrskarandi ungra Íslendinga.

3.299 kr.




**Bubbi – Ferillinn í fjörutíu ár**
Tónlistarblaðamaðurinn Árni Matthíasson rekur tónlistarsögu Bubba frá því hann kom fyrst fram með kassagítarinn og fram á þetta ár.

4.599 kr.




**Dóttir**
Ótrúlegur árangur íslenskra kvenna á heimsleikunum í CrossFit hefur vakið mikla athygli og gert að verkum að „DÓTTIR" má heita gæðastimpill á afrekskonur þar. Hér segir Katrín Tanja Davíðsdóttir, tvöfaldur heimsmeistari í CrossFit, baráttusögu sína og rekur leiðina sem hún fór á hæstu tinda.

3.299 kr.




**Pottur, panna og Nanna**
Nanna Rögnvaldardóttir hefur lengi haft dálæti á pottum og pönnum úr steypujárni. Í þeim er hægt að elda næstum hvað sem er eins og sést á ótrúlega fjölbreyttum uppskriftum í þessari bók, sem hefur að geyma ýmsa af uppáhaldsréttum hennar – en það er líka hægt að elda þá í öðrum pottum, pönnum og ílátum.

2.699 kr.



**Gildistími:** 19.– 20. desember

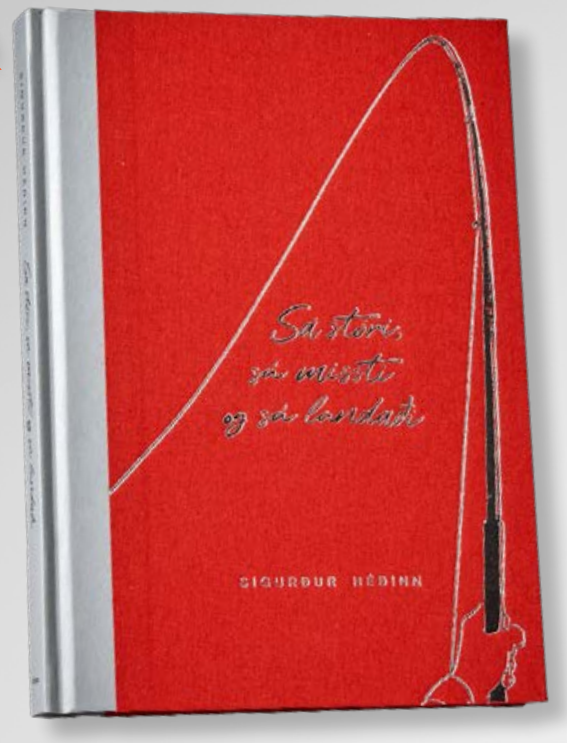
## JÓLAINNKAUPIN

hafa aldrei verið eins leikandi létt.
Þú færð jólabækurnar á **netto.is**

Með því að nýta þér netverslun Nettó sparar þú þér tíma í jólaamstrinu. Nýttu tímann frekar í að lesa góða bók.

nettó

**Lægra verð – léttari innkaup**



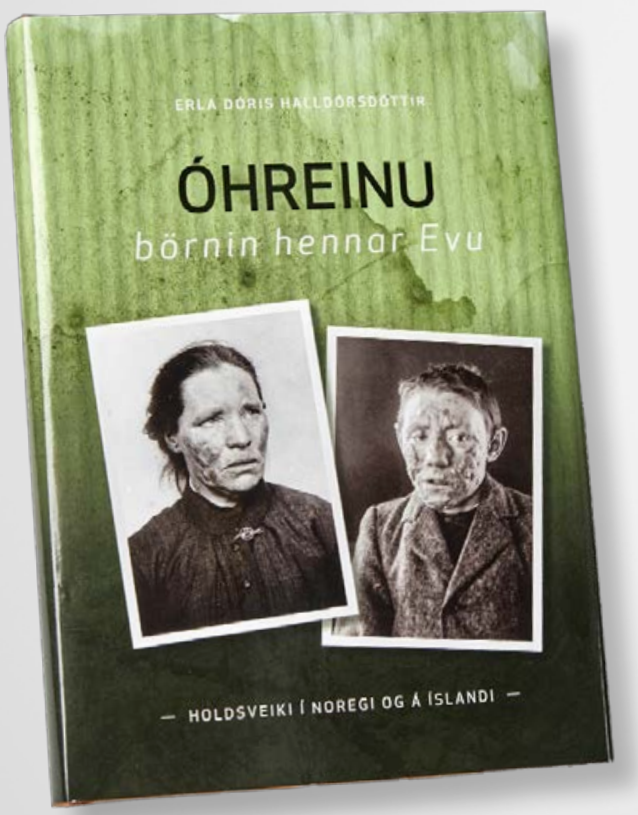

**Sá stóri, sá missti og sá landaði**

**7.399 kr**



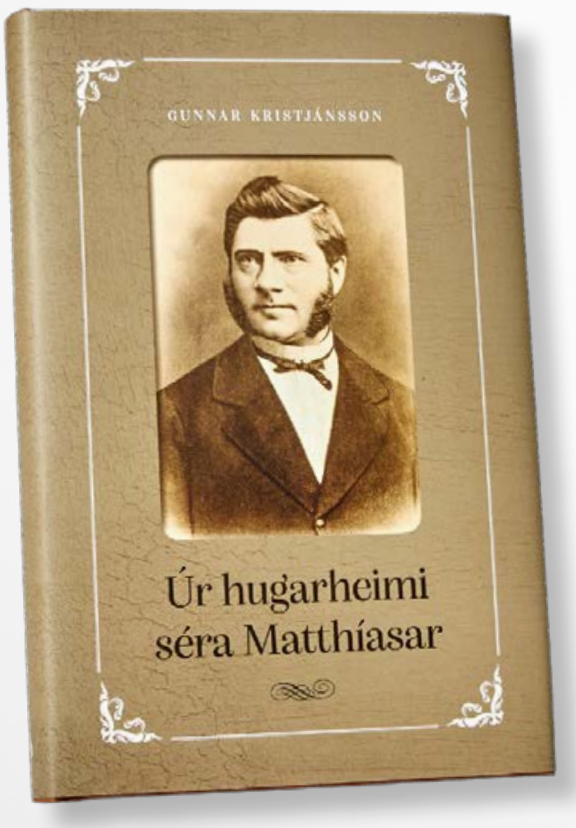

**Martröð í Mykinesi**

**6.299 kr**




**Óhreinu börnin hennar Evu**

**6.299 kr**



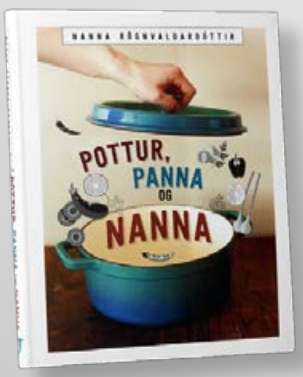

**Úr hugarheimi séra Matthíasar**

**5.399 kr**




**Gullfossinn**

**3.699 kr**




**Pottur, panna og Nanna**

**2.899 kr**




**Systkinabókin**

**2.899 kr**




**Aprílsólarkuldi**

**4.399 kr**




**Klækjabrögð**

**2.999 kr**

Gildir út 6. desember. Með fyrirvara um prentvillur og myndbrengl. Mesta bókaúrvalið er í Skeifu, Smáralind og Garðabæ. Minna úrval í öðrum verslunum.

**Hagkaup.is**
*heim að dyrum*

**Bækurnar fást í netverslun Hagkaups.**



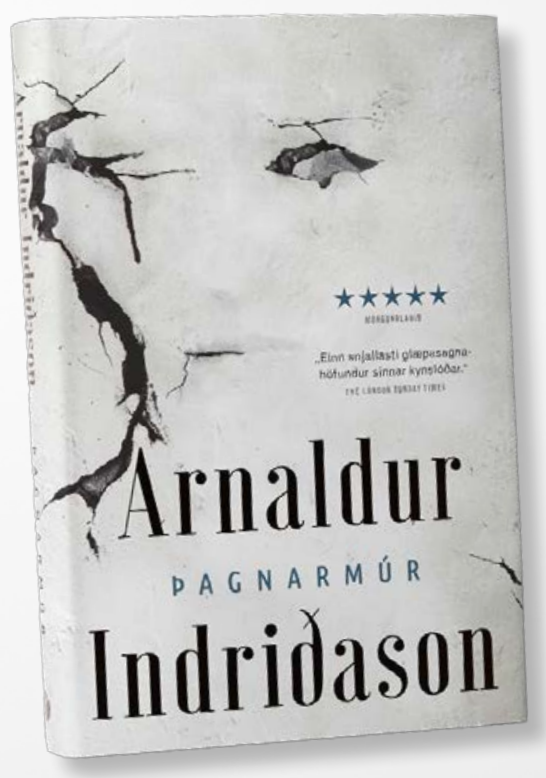

**Herra Hnetusmjör - Hingað til**

**4.699 kr**



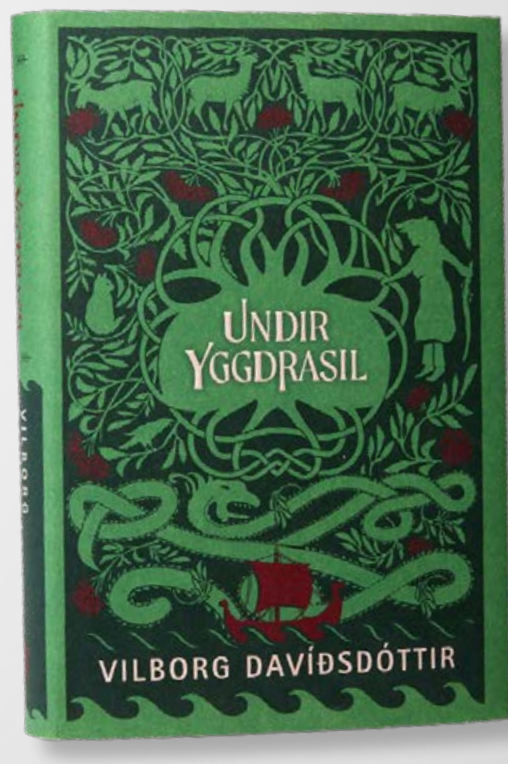

**Bráðin**

**4.599 kr**




**Þagnarmúr**

**4.699 kr**



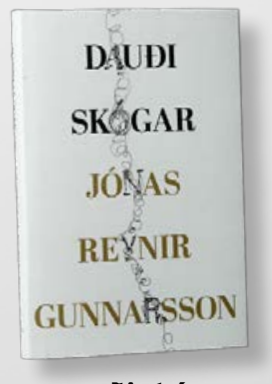

**Undir Yggdrasil**

**4.999 kr**



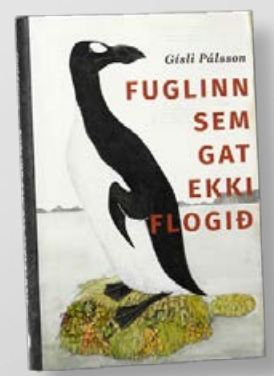

**Blokkin á heimsenda**

**3.299 kr**




**Dauði skógar**

**5.099 kr**




**Fuglinn sem gat ekki flogið**

**4.499 kr**




**Bróðir**

**5.099 kr**

HAGKAUP
Meira svona alla daga



†

Okkar ástkæri

**Davíð V. Árnason**

til heimilis að dvalarheimilinu Brákarhlíð, Borgarnesi,

lést þann 14. desember.
Útför hans fer fram frá Borgarneskirkju þann 22. desember kl. 14.
Fjölskyldan vill koma á framfæri kærum þökkum til starfsfólks dvalarheimilisins Brákarhlíðar fyrir alúðlega umhyggju og umönnun. Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu verða eingöngu nánustu aðstandendur viðstaddir útförina en athöfninni verður streymt á kvikborg.is

**Elín Davíðsdóttir**
**Unnur Davíðsdóttir**
**Sigurbjörn J. Grétarsson**
**Guðjón Leifsson**
**barnabörn og barnabarnabörn.**



†

Elsku besti faðir okkar, tengdafaðir, afi, bróðir og mágur,

**Bjarni Kristjánsson**

fyrrverandi bóndi, Þorláksstöðum í Kjós,

lést 13. desember á Landspítalanum.
Útför hans fer fram í Grafarvogskirkju 22. desember kl. 13. Jarðsett verður í Reynivallakirkjugarði í Kjós. Í ljósi aðstæðna verða aðeins nánustu ættingjar viðstaddir. Streymi frá athöfninni má finna á slóðinni: youtu.be/H7w-t_YGlT8

**Kristján Bjarnason**
**Jón Bjarnason**
**Runólfur Bjarnason**
**Þórunn Björk Jónsdóttir**
**Guðrún Bjarnadóttir**
**Ágúst Bjarnason**
**Christina Miller**
**Inga Rún og Runólfur**
**Kristófer Logi og Kolbrún Lind**
**systkin og fjölskyldur.**

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA
Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er
www.utforin.is
SÍÐAN 1996
Sverrir Einarsson

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

HjartaHeill
Minningarkort á hjartaheill.is
eða í síma 552 5744


ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Útfararþjónusta í yfir 70 ár
Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN



Skyldu Bjarni og Guðrún Lilja vera að skoða kökuuppskriftir? Þau hafa tvo bakaraofna í eldhúsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

# Fá sér heitt súkkulaði og kökur á jóladagsmorgun

**Bændur með skepnur á fóðrum liggja ekki með tærnar upp í loft um jólin og þeir sem eiga kýr þurfa að sinna mjöltum. Þetta þekkja hjónin á Eiði í Grundarfirði, Guðrún Lilja Arnórsdóttir og Bjarni Snæbjörnsson. En þau eru þakklát fyrir að hafa vinnuna sína heima.**

Guðrún Lilja Arnórsdóttir býr á Eiði í Grundarfirði, ásamt manni sínum Bjarna Snæbjörnssyni. Á þeirra landsvæði getur hvesst hressilega í suðaustanátt, en þegar ég slæ á þráðinn til hennar er hún nýkomin frá því að hengja rúmföt út á snúru því veðrið er svo gott. Ekki er um stórþvott að ræða því þau hjónin eru ein á bænum að hennar sögn. „Börnin tvö eru flogin úr hreiðrinu, faðir minn er dáinn og mamma komin á dvalarheimili í Grundarfirði. Þetta gerðist dálítið skarpt. Allt í einu vorum við Bjarni bara orðin tvö eftir," segir hún. „En maður aðlagar sig lífinu og þeim breytingum sem verða. Tíminn hefur þær í för með sér. Við höldum okkar striki með búskapinn og bættum meira að segja við okkur vinnu, því við opnuðum gistingu í nýlegu húsi sem foreldrar mínir höfðu búið í. Auðvitað hefur verið hlé á gististarfseminni þetta árið og ég var ekkert að ergja mig yfir því, bara glöð að fá smá pásu."

**Við byrjum eiginlega ekki hátíðahald á aðfangadagskvöld fyrr en klukkan átta þegar við erum búin að mjólka kýrnar.**

### Eru dálítið mikil jólabörn

Nú víkjum við talinu að jólahaldinu á Eiði og undirbúningi stórhátíðarinnar. Verða þau hjónin bara tvö um jólin líka?

„Nei, dóttirin Lilja Björk ætlar að koma heim með sinn kærasta á aðfangadag, hún er hjúkrunarfræðingur og er að vinna í nýju hjúkrunarrými fyrir eldra fólk á Sléttuveginum. Sonurinn, Sigurbjörn, er búinn að ná sér í kærustu frá Akureyri og hann ætlar að fylgja henni þangað."

Guðrún Lilja segir þau Bjarna vera dálítið mikil jólabörn. „Við setjum upp fullt af ljósum hér heima, bökum mömmukökur og fleiri smákökur enda fáum við okkur alltaf heitt súkkulaði og smákökur á jóladagsmorgun þegar við komum heim úr fjósinu. Erum búin að gera það alla okkar búskapartíð. Það er fastur punktur. En við byrjum eiginlega ekki hátíðahald á aðfangadagskvöld fyrr en klukkan átta þegar við erum búin að mjólka kýrnar. Svo er alltaf falleg messa í sjónvarpinu klukkan tíu um kvöldið og við fylgjumst mjög oft með henni. Það er hefð sem ég erfði frá foreldrum mínum sem bjuggu hér, þau horfðu alltaf á þessa messu. Jólahaldið gekk svona fyrir sig hjá þeim líka, þau voru hér með stórt bú. Þetta fylgir því að sinna því lífi sem er hér í húsunum í kring. Nú er náttúrlega fengitími hjá ánum, jólarúnturinn hjá hrútunum, svo það er að ýmsu að huga."

### Gott að heimsækja mömmu

Ekki hvarflar að Guðrúnu Lilju að kvarta þó hún fái ekki jólafrí í vinnunni sinni. „Við erum bara óskaplega þakklát á þessum tíma að hafa vinnuna hér við hliðina á okkur. Auðvitað reynum við að passa okkur á veirunni og höfum áhyggjur af henni. En ég fór þó einu sinni til Reykjavíkur í haust og hitti krakkana. Var svo alveg heima í fimm daga á eftir og fór ekkert á Grundarfjörð til mömmu þá vikuna. Ætlaði nú ekki að vera sú sem kæmi með COVID úr Reykjavík og flytti það inn á hjúkrunarheimili. Annars má ég heimsækja mömmu tvisvar í viku og mér finnst alveg óskaplega gott að geta farið til hennar, læt það alveg ganga fyrir."

gun@frettabladid.is



†

Þökkum innilega samkennd og hlýhug við andlát og útför föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

**Jóhanns Óskars Hólmgrímssonar**

fv. bónda í Vogi, Hvassaleiti 56,

sem lést 31. október.

**Sigríður Jóhannsdóttir**
**Hólmgrímur Jóhannsson**
**Svanhvít Jóhannsdóttir**
**Ragnar Axel Jóhannsson**
**Ingvaldur Jóhannsson**
**Jón Skúli Indriðason**
**Olga Friðriksdóttir**
**Ásdís Hallgrímsdóttir**
**barnabörn og barnabarnabörn.**



†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Sigríður Magnúsdóttir**

Grænuhlíð 12,

lést á Landspítalanum í Fossvogi 15. desember. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík 23. desember kl. 11. Vegna aðstæðna verða einungis nánustu aðstandendur viðstaddir en streymt verður frá athöfninni. Sjá mbl.is/andlat/minningar/utfarastreymi/

**Gunnar Á. Harðarson**
**Steinunn Harðardóttir**
**Guðrún Harðardóttir**
**Guðbjörg E. Benjamínsdóttir**
**Árni Tryggvason**
**og fjölskyldur.**



„Mér var, eins og mörgum íslenskum börnum, hótað því að Grýla kæmi ef við værum ekki þæg og góð," segir Kristín. Mynd/aðsend

# Notar gömul íslensk orð

**Kristín Heimisdóttir fléttar saman sálfræði og ævintýrablæ í nýrri bók sem bregður ljósi á bakgrunn Grýlu og skýrir hví hún varð jafn illskeytt og fornar sögur herma.**

Bókin um Grýlu er sjálfstætt framhald bókar sem ég gaf út í fyrra og heitir Sagan af því hvers vegna jólasveinarnir hættu að vera vondir. Grýla kom þar fyrir sem stjórnsöm, örg og frek. Þess vegna fannst mér ég verða að komast að því af hverju hún varð eins og hún varð – eitthvað hlaut að hafa gerst," segir Kristín Heimisdóttir sálfræðingur um nýja bók sína: Sagan af því þegar Grýla var ung og hvers vegna hún varð illskeytt og vond.

Sjálf kveðst Kristín hafa alist upp við Grýlusögur. „Mér var, eins og mörgum íslenskum börnum, hótað því að Grýla kæmi ef við værum ekki þæg og góð, þannig að ég bar óttablandna virðingu fyrir henni. Þótti hún alltaf áhugaverð og bók með kápumynd af henni með pokann sinn var hálfgerð biblía á heimilinu."

Kristín býr á Þórshöfn og starfar sem sálfræðingur hjá Virk. „Ég hef búið hér frá árinu 2004, kom þá úr Reykjavík en er uppalin á Akureyri og Dalvík, kynntist svo manni á Þórshöfn og elti ástina. En var ákveðin í að láta ekki búsetuna stoppa mig í að sinna faginu og hef haft nóg að gera í fjarþjónustu. Í haust var ég að kenna sálfræði við Þekkingarnet Þingeyinga, það var skemmtilegt."

Svo eru það ritstörfin. Kristín segist óhikað nota gömul íslensk orð í sínar sögur enda fjalli þær um þjóðlegt efni. „Ég vil að við verndum tungumálið okkar og því þarf að vera auðugt málfar á barnabókum. Svo var ég svo heppin að komast í samband við bráðflinkan myndskreyti á Ítalíu sem heitir Cecilia Latella. Við höfum samskipti á ensku gegnum tölvupóst. Hún var í útgöngubanni í Napólí þegar hún teiknaði í þessa bók, algerlega innilokuð með Grýlu!"

Kristín tekur fram að Grýlubókin sé fyrst og fremst skemmtileg. „Bókin ber líka þann boðskap að allir geti breytt hegðun sinni og bætt framkomuna, jafnvel Grýla, sem á endanum viðurkennir að hafa hagað sér eins og fífl í 300 ár."

**gun@frettabladid.is**




Það pirraði Kristínu að lesa fyrir börnin sín um jólasveina sem birtast sem illmenni í gömlum sögum en eru á seinni árum orðnir góðir.

---



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir og amma,

**Kristín Guðmundsdóttir**

Lynggötu 3, Garðabæ,

lést á hjúkrunarheimilinu Ísafold, Garðabæ, miðvikudaginn 16. desember. Útförin fer fram frá Garðakirkju þriðjudaginn 22. desember kl. 13. Vegna aðstæðna munu eingöngu nánustu aðstandendur vera viðstaddir, streymi verður á Facebook-síðunni, Útför-Kristín Guðmundsdóttir

**William Þór Dison**
**Eðvarð Þór Williamsson** **Sigurbjörg Sigurðardóttir**
**Stefanía Sif Williamsdóttir** **Óskar Þór Gunnarsson**
**William Þór, Snædís Líf, Nökkvi Þór, Hrannar Þór, Elísa**

---



Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Júlíu Kristínar Adolfsdóttur**

Furubyggð 16, Mosfellsbæ.

Sérstakar þakkir til starfsfólks líknardeildar Landspítalans fyrir hlýju og góða umönnun.

**Kolbeinn Guðmannsson**
**Sigurbjörn Ragnarsson** **Hlín Gunnarsdóttir**
**Gunnsteinn Adolf Ragnarsson**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

---



Innilegar þakkir sendum við öllum þeim sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður og ömmu,

**Gunnhildar Júlíu Júlíusdóttur**

Vesturgötu 43, Akranesi.

Guð blessi ykkur öll.

**Smári Hannesson**
**Ásdís Elín Smáradóttir** **Birgir Örn Hansen**
**Gunnhildur Priyani Hansen**

---



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar móður okkar, tengdamömmu, ömmu og langömmu,

**Margaretar Ross Scheving Thorsteinsson**

hjúkrunarfræðings.

**Gunnar Bent Scheving Thorsteinsson**
**Carole Ann Scheving Thorsteinsson**
**Guðrún M. Scheving Thorsteinsson**
**Ósk S. Scheving Thorsteinsson**
**Þorsteinn Scheving Thorsteinsson**
**Ástríður Scheving Thorsteinsson** **Karl Trausti Einarsson**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

---



Ástkær eiginmaður minn, faðir, sonur, tengdafaðir, afi og bróðir,

**Ólafur Þór Jónsson**

pípulagningameistari,

lést á heimili sínu þann 10. desember. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju þann 28. desember kl. 13.00. Vegna aðstæðna verða aðeins nánustu aðstandendur viðstaddir. Útförinni verður streymt á slóðinni facebook.com/groups/390725862179919

**Guðrún Guðmundsdóttir**
**Arndís Helga Ólafsdóttir** **Gunnbjörn Viðar Sigfússon**
**Magnús Einar Ólafsson** **Helga María Guðmundsdóttir**
**Jón Berg Halldórsson** **Helga Sigurgeirsdóttir**
**barnabörn, systkin og fjölskyldur.**

---



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar okkar ástkæru eiginkonu, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Þórgunnar Rögnvaldsdóttur**

Ægisgötu 1, Ólafsfirði.

**Ármann Þórðarson**
**Rögnvaldur Ingólfsson** **Jörgína Ólafsdóttir**
**Auður Guðrún Ármannsdóttir** **Sveinn E. Jakobsson**
**Þórður Ármannsson** **Ester Jónasdóttir**
**Sigrún Eva Ármannsdóttir** **Andri Dan Róbertsson**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

---



Hugheilar þakkir til allra sem sýndu fjölskyldunni hlýhug og samkennd við andlát okkar ástkæra

**Pálmars Vígmundssonar**

Hlaðhömrum 2, Mosfellsbæ, áður Árholti.

Sérstakar þakkir til þeirra sem önnuðust Pálmar í veikindum hans. Guð blessi ykkur öll.

**Ragnheiður Jónasdóttir**
**Ingi Ragnar Pálmarsson** **Guðrún Ólafsdóttir**
**Vígmundur Pálmarsson** **Anna Hansdóttir**
**Sigrún Pálmarsdóttir** **Þröstur Þorgeirsson**
**og barnabörn.**

---



Elskuleg eiginkona mín, mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

**Guðrún Lára Hraunfjörð**

fædd í Reykjavík 23. júlí 1938, Sjávargötu 7, Álftanesi,

lést í faðmi fjölskyldu sinnar þann 5. desember síðastliðinn. Að eigin ósk hefur bálför farið fram í kyrrþey. Við þökkum auðsýnda samúð og hlýju í okkar garð á þessum erfiða tíma. Blessuð sé minning hennar.

**Gunnar Eyjólfsson frá Lambavatni og fjölskylda.**

---



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæru móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Öldu Vilhjálmsdóttur**

Bárustíg 1, Sauðárkróki.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Dvalarheimilis aldraðra á Sauðárkróki fyrir alúð og umhyggju.

**Vilhjálmur Egilsson** **Ragnhildur Pála Ófeigsdóttir**
**Ásta Egilsdóttir** **Lárus Sighvatsson**
**Bjarni Egilsson** **Elín Petra Guðbrandsdóttir**
**Árni Egilsson** **Þórdís Sif Þórisdóttir**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

---



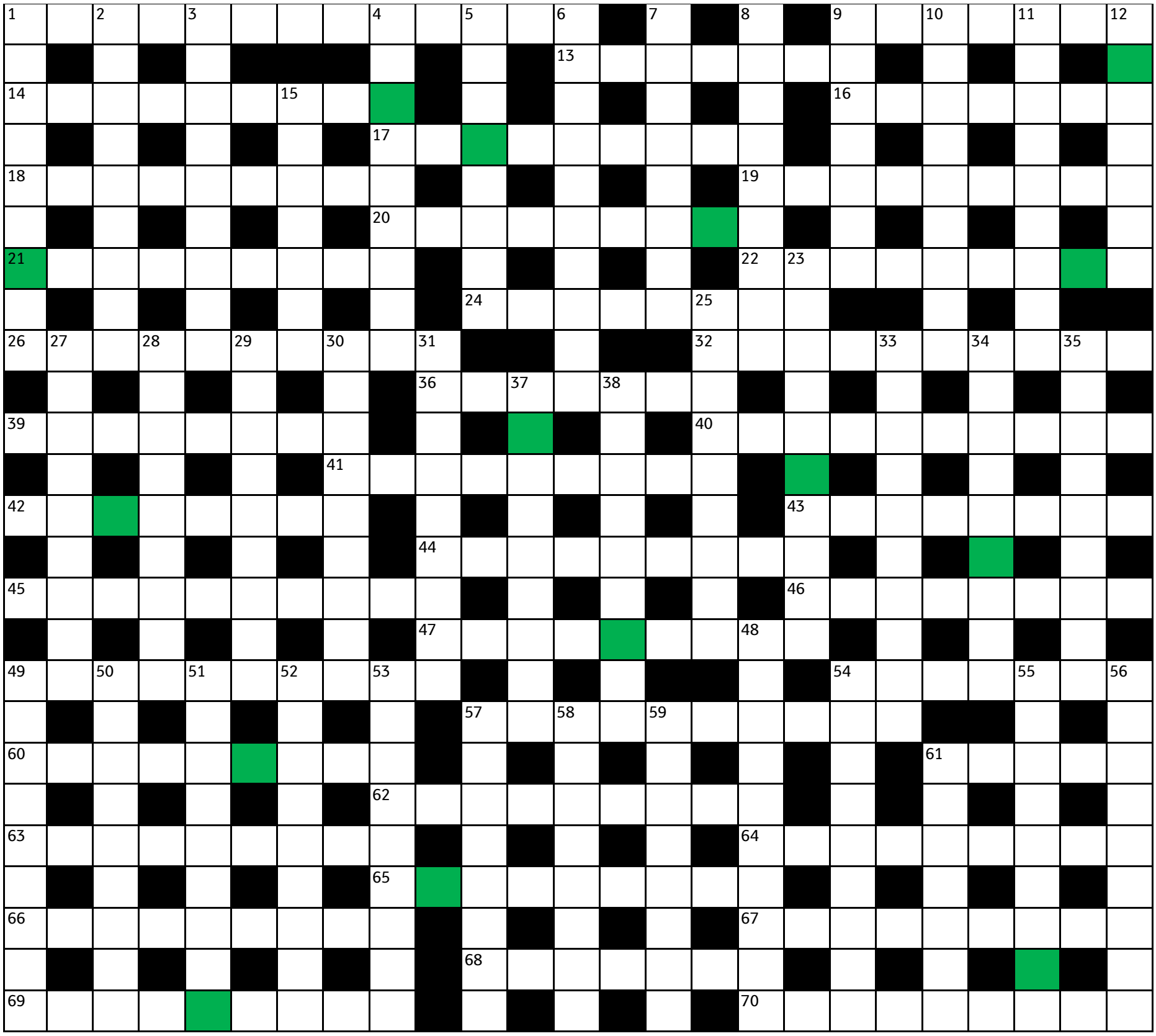
Elskulegur faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

**Sveinn Yngvason**

lést á Landspítalanum, sunnudaginn 13. desember. Útförin fór fram í Fossvogskirkju þann 18. desember.

**Súsanna Sveinsdóttir Kosicki**
**Sigurður Yngvi Sveinsson** **Guðveig Elísdóttir**
**Anton Sveinsson** **Jody Towson**
**Sveinn Júlían Sveinsson** **Kristín Guðmundsdóttir**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

# JÓLAKROSSGÁTA FRÉTTABLAÐSINS



**LAUSNARORÐ**: Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist verkfæri sem er víða mundað þessa dagana. (15) Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 30. desember næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „Jólakrossgáta“.

**LÁRÉTT**

**1** Það er ekkert grín að leika tvíliðaleik með svona kúlu (13)
**9** Þetta ku hamla köplum og hömrum (7)
**13** Tvöföld kaka er góð kaka, verst hvað hún er þurr (7)
**14** Gefa í fyrir umframmagnið (9)
**16** Skref í eðju er bara byrjun og varla það (7)
**17** Jól eru tími betri bakka og búninga (9)
**18** Vel hana þótt vond sé, því hin eru öllu verri (9)
**19** Lykta og skil að ráðning kallar á tölu sem öllu skiptir í þessu mengjarugli (9)
**20** Án þessara tilteknu módela kikkar allt, þ.á.m. Forsetamóðirin (9)
**21** Heyrði af spilun einhvers lags í fraktflugi (9)
**22** Ræs, jólasveinn! Nú er það sósa! (9)
**24** Bogvið finn brúða/og beð valkyrja (7)
**26** Skrif manna í skjóli óbreytanlegra gagna (10)
**32** „Drengjaþvengur“ er stærsti smellurinn sem þessi grúppa hefur sent frá sér (10)
**36** Heimili setur vatn í veraldarhöf (7)
**39** Hvort kom á undan, upprisan eða dauðinn? (8)
**40** Ódaunn markar endalok nirfils (10)
**41** Farsæld eltir hreinsunarorm (9)
**42** Víst eru skjaldbökur hraðskreiðar skepnur (8)
**43** Um dúó sem dreypir úr einu í annað en getur ekki unnið (8)
**44** Sutta skelin svíður þeim sem sveiað er (9)
**45** Um hrakninga seggja og sukkara (10)
**46** Maður dregur ekki úr ef rófur eru í boði (8)
**47** Humall og þumall, hvutti og putti, segið mér hvenær er dagurinn stutti? (9)
**49** Sá Fréttablaðið og N4 heimta leyfi fyrir Láru og Hafstein (10)
**54** Móta flatkjöftu fisks úr málmstykki (7)
**57** Þær hvika ekki frá höfuðatriði hindúisma (10)
**60** Túlka tökuna á sviði eins og listalærið býður (9)
**61** Heldur vörð um gjöful göt (5)
**62** Rauð þekkir þig og merkir (9)
**63** Flekar fjölmennt partí eins og illgresi (9)
**64** Sjá hvorki eftir staupi né mælitæki (9)
**65** Hver er munurinn á merki og ráði? Er þar munurinn á? (9)
**66** Margrengi að þessir horgemlingar séu óruglaðir (9)
**67** Hnoða þrumufleyg í von um ferskmeti og feitt soð (9)
**68** Báru kostnað af öllu sem þau útheimtu (7)
**69** Gröfum hnullunga í grjótskriðum (9)
**70** Þurfum meðal annars loft til að lifa af, segir sú digra (9)

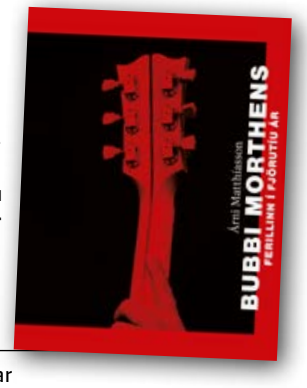
**LÓÐRÉTT**

**1** For geymir fótspor eftir slark manna (9)
**2** Heyrði af átaki fyrir frjálst en örmagna fólk (9)
**3** Er ekki rétt að skoða áætlun þessara tilteknu rafta? (9)
**4** Þegar þessi selur drátt flykkist fólk í dvalarskálann (9)
**5** Kveikja saman læsingu og lista (8)
**6** Jú víst er það skítverk er við verkum svona fisk, en ræðum nú frekar verk og verkleysi almennt (10)
**7** Alltaf með marbletti, þessir vesalings gemsar (8)
**8** Dreg frjálst, íslenskt sauðfé í dilka með sína nettu dindla (9)
**9** Vert þú bara með þinn bát, ég kýs dreka (7)
**10** Sá lá ljóma í bjarma skrautlegra ljósa (9)
**11** Bækur stemma bókaflóð ef orðin flæða ekki (9)
**12** Blundur á kviðnum slær á kveisu (7)
**15** Geð gullufsa gefur góða mynd af þessu máli (7)
**23** Þessi skötuhjú halda tvíbýlinu í heljargreipum (10)
**25** En reyki svo kvensamur karl má ætla að hann hafi ekki verið lagður enn (9)
**27** Atvinna kennir ýmislegt sem lærdómssetur leyna (9)
**28** Hún bylti gjarnan bölvöldum í góðærum (9)
**29** Passið upp á óhlutdrægnina er þið metið ábæti (9)
**30** Vamm ergir voða knappa (9)
**31** Sæki uppáhaldsdrykk gamals ættarhöfðingja (9)
**33** Öflugur hængur þolir öll veður (10)
**34** Nælon í nabba en fjöletýlen í verndarvoð? (9)
**35** Þetta hljóðfæri flýði eigandann (9)
**37** Rásirnar hlykkjast sem bráðræðisvil (9)
**38** Uppræti skil skóga og sanda (9)
**48** Leyni eftirréttunum í rófunum (10)
**49** Rekja hrun kletta til þungra tóla (9)
**50** Mitt starf snýst um sérlega sjálega il (9)
**51** Utan við flest það sem tímans í talinu leynist/tryggust er kunnátta Frímanns í líkingu hljóða (9)
**52** Alltaf sami söngurinn um útlitið og vöxtinn (9)
**53** Prestsekkjur njóta verndar frá andskotum sínum á sorgartímum (9)
**54** Arka fram veginn, enda harðdugleg sál (9)
**55** Ösla mjöll á mörkum dálks og ristar (9)
**56** Fölsk uppspretta getur litið vel út en getur samt ekki litið út (9)
**57** Hvernig geturðu svælt þennan skít og mengað svo með honum matinn? (8)
**58** Eftir því sem úr gengur lengur, styttist þá ekki í að það verði úr sér gengið? (8)
**59** Múgurinn ruglaðist á klippingum (8)
**61** Þessi baukur geymir ekki garð heldur geymir garður bauk (7)

## VEGLEG VERÐLAUN

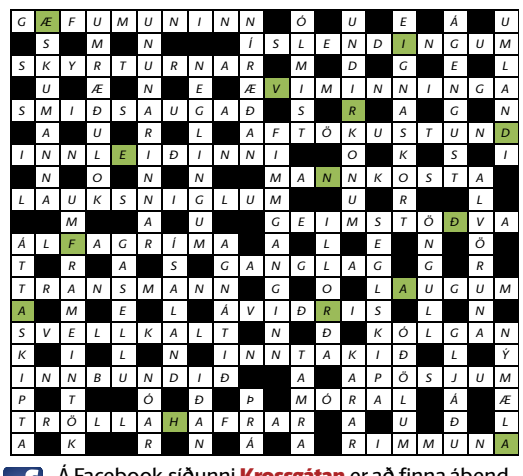
Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og í þetta sinn fær vinningshafi eintak af **Bubbi Morthens – ferillinn í fjörutíu ár** eftir **Árna Matthíasson** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Valborg Þorleifsdóttir, Garðabæ.**

FORLAGIÐ




Lausnarorð síðustu viku var

**HANDFÆRAVEIÐAR**



Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

# ÞRJÁR ÓMISSANDI!




VERÐ: 4.499.-

**Fjarvera þín er myrkur**
Verð: 4.499.-




VERÐ: 4.499.-

**Dýralíf**
Verð: 4.499.-

„... lestrarleg ánægja og nautn, jafnt fyrir vitsmunina og tilfinningalífið."
Viðsjá

## FRÍ HEIMSENDING*

**EF PANTAÐ ER FYRIR 5.000 KR. EÐA MEIRA Á VEFNUM OKKAR.**



Þú færð SMS og símtal áður en við mætum.
Við gætum fyllsta hreinlætis og fylgjum ráðleggingum um sóttvarnir í öllum okkar afhendingum.
*á ekki við um húsgögn.




VERÐ: 4.499.-

**Eldarnir**
Verð: 4.499.-

Framúrskarandi fyrirtæki

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

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

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

PENNINN Eymundsson

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

*Frí heimsending á ekki við um húsgögn eða pantanir fyrirtækja. Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildir til og með 19. desember eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

# KRAKKAR

## Konráð og félagar á ferð og flugi

434

Lísaloppa og Róbert voru að skreyta jólatréið og skemmtu sér konunglega við það. Hlóðu á það öllu því fallega sem þeim langaði til „Þetta finnst mér nú allt of skreytt jólatré,“ sagði Kata. „Ég meina, hvað eru eiginlega margar rauðar kúlur á þessu tré? Eða kerti?“ Konráð byrjaði að telja og varð að viðurkenna að þær væru ansi margar kúlurnar og kertin. „Að ekki sé minnst á brosandi stjörnurnar,“ bætti Kata við.

„Svona, svona,“ sagði Lísaloppa. „Hvar er jólaandinn Kata mín. Þú þarft ekki alltaf að hafa allt á hornum þér. Reyndu frekar að njóta jólanna.“ Kata horfði smástund þögul á tréð. „Já, kannski, en þið verðið að viðurkenna að þið vitið ekkert hvað þið eruð búin að setja margar rauðar kúlur á tréð.“ Það urðu þau að viðurkenna. Þær voru jú orðnar ansi margar.

**Getur þú talið allar rauðu jólakúlurnar, kertin og brosandi stjörnurnar?**



## Listaverkið

Þessa mynd fengum við frá **Natanas Leskys**. Þarna er sólin lágt á lofti eins hún er í skammdeginu.





Matthildur er að byrja í jólafríi og hlakkar til jóla. FRÉTTABLAÐIÐ/VALGARÐUR

# Jólastærðfræðin skemmtilegust í skólanum

Matthildur Saga er sex ára og þegar þetta viðtal birtist þá er hún akkúrat að byrja í jólafríi. Ég ætla samt að hefja það á að spyrja hana aðeins um skólann.

**Matthildur, hvað heitir skólinn þinn?** Álftamýrarskóli.

**Hvað finnst þér mest gaman að læra þar?** Mér finnst skemmtilegast í stærðfræði. Sérstaklega jólastærðfræði.

**Ég er nefnilega bæði íslenskur og bandarískur ríkisborgari en ég hef aldrei komið til Ameríku.**

**Ég hef aldrei heyrt um hana. Hvernig er hún?** Jólastærðfræði er þegar maður gerir jólaleg stærðfræðidæmi og kennari gerir jólahefti.

**Já, svoleiðis. En æfir þú eitthvað... á hljóðfæri, íþróttir eða annað?** Ég æfi fimleika hjá Ármanni.

**Hvað er skemmtilegast við fimleikana?** Að læra eitthvað nýtt eins og að sveifla sér á tvíslá.

**Snúum okkur að jólunum. Hvert er uppáhalds jólalagið þitt?** Uppáhalds jólalagið mitt er Þú komst með jólin til mín.

**Hver er uppáhalds jólasveinninn þinn?** Það eru tveir. Stúfur því að hann er lítill og Kertasníkir því að ég held að hann gefi mér oftast bók í skóinn.

**Hvaða bók finnst þér best?** Bókin sem ég er að lesa núna. Hún heitir Stúfur hættir að vera jólasveinn.

**Það hlýtur nú að vera skrítin bók?** Já, hinir jólasveinarnir voru svo stressaðir að hann Stúfur vildi ekki vera með þeim í liði.

**Úbbs. En hvernig leikur þú þér helst þegar þú ert heima?** Ég er oft að teikna og lita.

**Eru gæludýr heima hjá þér?** Nei, en kannski fáum við hund eftir fjögur ár. Hundar eru uppáhalds dýrin mín.

**Hefur þú einhvern tíma farið upp í sveit?** Já, ég hef farið á Snæfellsnes. Þar eru margir selir. Snæfellsnes er uppáhaldssveitin mín. Svo á ég uppáhaldsstað í útlöndum sem ég hef aldrei komið á. Það er Ameríka. Ég er nefnilega bæði íslenskur og bandarískur ríkisborgari en ég hef aldrei komið til Ameríku. Mig langar samt að fara þangað, sérstaklega til Washington DC og að fara í heimsókn til frændfólks míns í Kaliforníu.

**En hvað langar þig að verða þegar þú verður stór?** Fimleikastjarna.

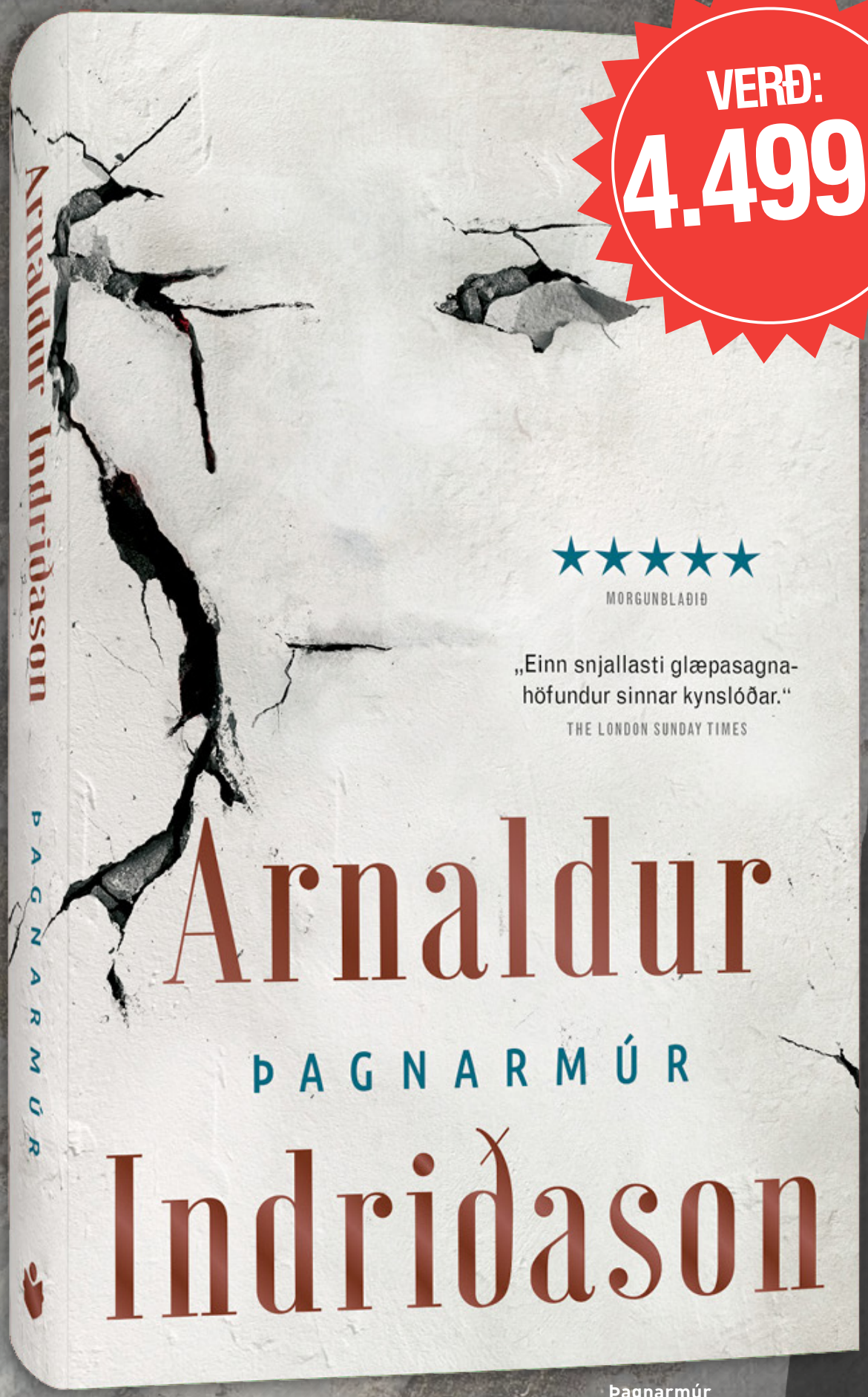
**Til hvers hlakkar þú mest um jólin?** Bara að vera með fjölskyldunni á hátíðinni.

### Lausn á gátunni

Á trénu eru 28 rauðar kúlur, 5 brosandi stjörnur og 17 kerti.

# ARNALDUR KLIKKAR EKKI!

VERÐ:
4.499.-




**Þagnarmúr**
Verð: 4.499.-



BÓKADÓMUR
-MBL

**„Að sama skapi má segja að *Þagnarmúr* sé eins og marggreina jurt með sterkum stofni. Ekki verður bjartara í skammdeginu.“**
SG / Morgunblaðið

**„Hann er fagmaður, hann kann þetta.“**
Kolbrún Bergþórsdóttir / Kiljan

**„Ofboðslega vel uppbyggð, hún er alveg meistaravel uppbyggð og hann sýnir hvað hann er sterkur höfundur.“**
Sverrir Norland / Kiljan

**„Arnaldur í essinu sínu, þéttofin flétta og rofnir þagnarmúrar hleypa leyndarmálum fram í dagsljósið.“**
Brynhildur Björnsdóttir / Fréttablaðið

## FRÍ HEIMSENDING*

EF PANTAÐ ER FYRIR 5.000 KR.
EÐA MEIRA Á VEFNUM OKKAR.

Þú færð SMS og símtal áður en við mætum.
Við gætum fyllsta hreinlætis og fylgjum ráðleggingum um sóttvarnir í öllum okkar afhendingum.
*á ekki við um húsgögn.

Framúrskarandi fyrirtæki

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

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

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

PENNINN Eymundsson

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími er til og með 19. desember eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

# VEÐUR & MYNDASÖGUR

## Laugardagur

| Reykjavík | Ísafjörður | Akureyri |
|---|---|---|
| 3 °C \| 1 ↖ | 1 °C \| 12 ↙ | 4 °C \| 7 ↘ |
| **Egilsstaðir** | **Kirkjubæjarkl** | **Hveravellir** |
| 2 °C \| 3 ↓ | 2 °C \| 4 ↙ | -2 °C \| 6 ↓ |

Norðaustan 18-23 NV-til í dag, en annars hægari norðlæg átt. Snjókoma eða slydda á N-verðu landinu, en skýjað með köflum sunnan heiða. Hiti 0 til 5 stig.

| | Sunnudagur | Mánudagur | Þriðjudagur | Miðvikudagur | Fimmtudagur |
|---|---|---|---|---|---|
| **Reykjavík** | 2 °C \| 9 ↙ | 3 °C \| 7 ↙ | -1 °C \| 6 ↓ | 3 °C \| 4 ↑ | 7 °C \| 12 ↑ |
| **Ísafjörður** | -2 °C \| 18 ↙ | -3 °C \| 9 ↙ | -7 °C \| 3 ↑ | -7 °C \| 3 ↑ | 2 °C \| 10 ↖ |
| **Akureyri** | 2 °C \| 3 ↘ | 2 °C \| 4 ↘ | -1 °C \| 2 ↘ | 1 °C \| 2 ↑ | -1 °C \| 2 ↖ |
| **Egilsstaðir** | -1 °C \| 4 ↑ | 1 °C \| 7 ↓ | -1 °C \| 6 ↘ | -6 °C \| 3 ↑ | -4 °C \| 4 ↑ |
| **Kirkjubæjarklaustur** | 0 °C \| 1 ↙ | 2 °C \| 3 ↓ | -3 °C \| 5 ↘ | -2 °C \| 6 ↘ | 0 °C \| 6 ↙ |
| **Hveravellir** | -4 °C \| 11 ↓ | -5 °C \| 12 ↓ | -8 °C \| 9 ↘ | -7 °C \| 4 ↑ | -2 °C \| 19 ↑ |









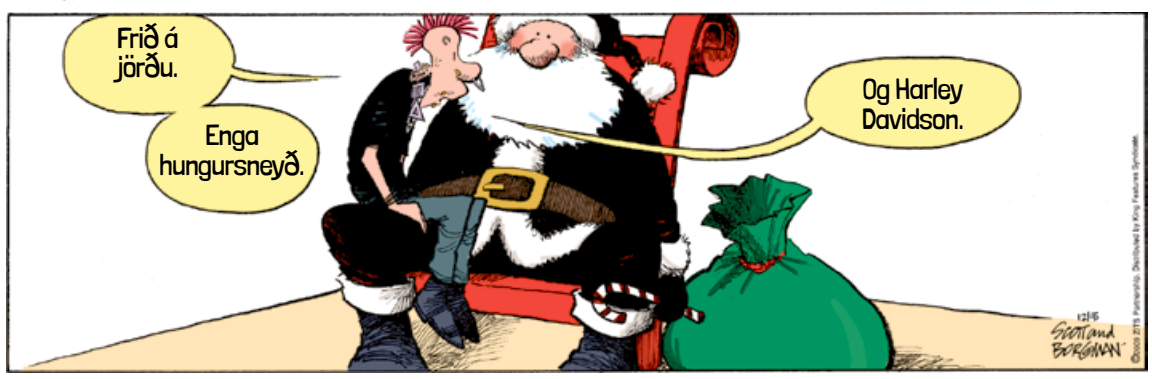
## Pondus

Eftir Frode Øverli




## Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

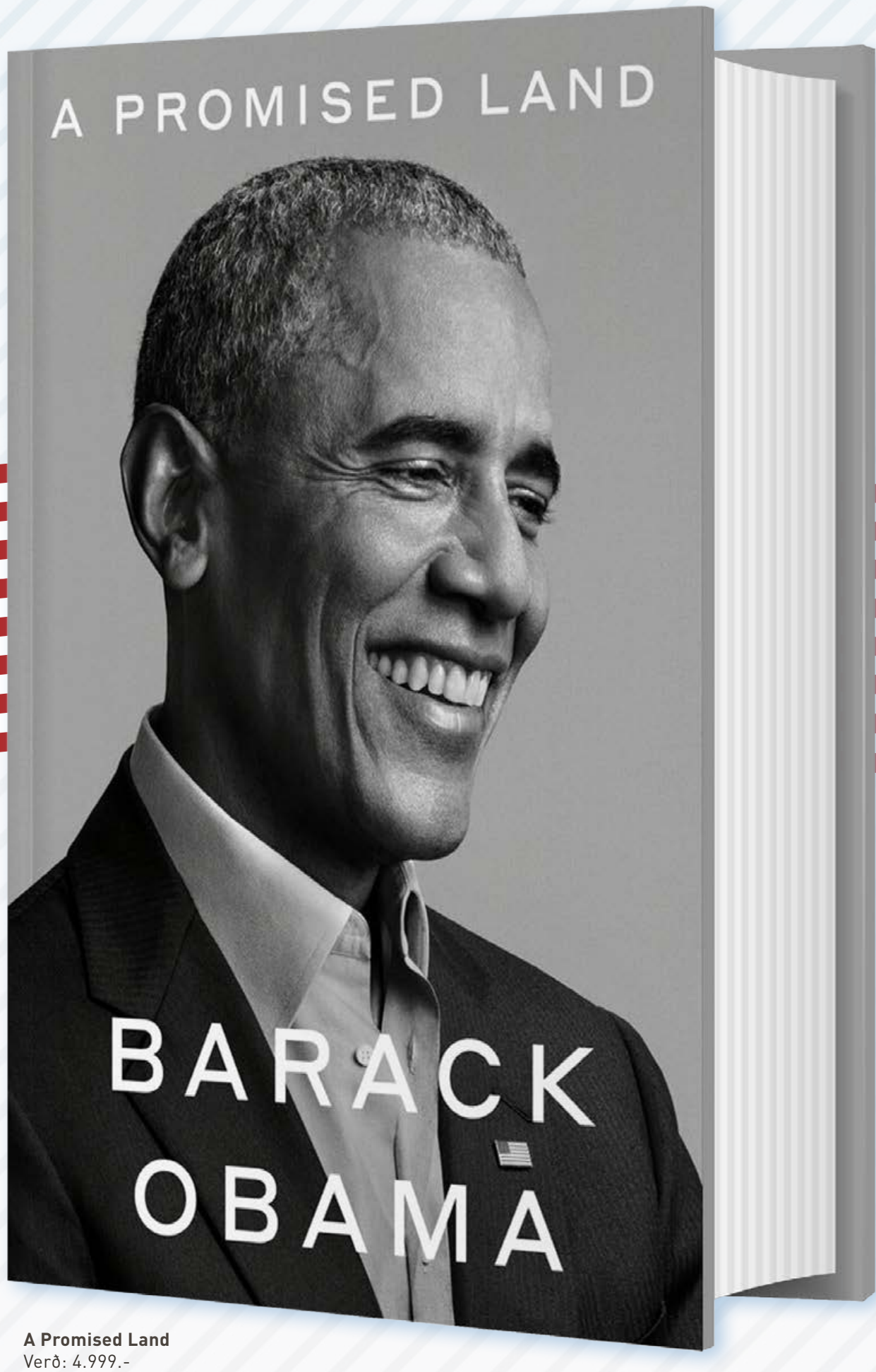



## Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



# MAÐUR ALDARINNAR!




**A Promised Land**
Verð: 4.999.-

Þú færð SMS og símtal áður en við mætum.
Við gætum fyllsta hreinlætis og fylgjum ráðleggingum
um sóttvarnir í öllum okkar afhendingum.
*á ekki við um húsgögn.

## FRÍ HEIMSENDING*
**EF PANTAÐ ER FYRIR 5.000 KR.
EÐA MEIRA Á VEFNUM OKKAR.**

Framúrskarandi fyrirtæki

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

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

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

Penninn Eymundsson

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

*Frí heimsending á ekki við um húsgögn eða pantanir fyrirtækja. Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

# Bóksalar velja það besta

**Starfsfólk bókaverslana er annálað fyrir góðan bókmenntasmekk. Á dögunum var tilkynnt um úrslit í bókmenntaverðlaunum þeirra. Listinn yfir verðlaunabækurnar er á þessa leið:**



**Besta skáldsagan**
Snerting eftir Ólaf Jóhann Ólafsson



**Besta þýdda skáldverkið**
Beðið eftir barbörunum eftir J. M. Coetzee




**Besta ljóðabókin**
Sonur grafarans eftir Brynjólf Þorsteinsson

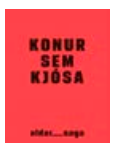
**Besta ungmennabókin**
Skógurinn eftir Hildi Knútsdóttur

**Besta ævisagan**
Berskjaldaður eftir Gunnhildi Örnu Gunnarsdóttur

**Besta barnabókin**
Grísafjörður eftir Lóu Hlín Hjálmtýsdóttur




**Besta þýdda barnabókin**
Múmínálfar – stórbók 3 eftir Tove Jansson




**Besta fræðibókin**
Konur sem kjósa eftir ýmsa höfunda



**Úlfar sýnir verk á myndlistarsýningunni Haustar í Gallery Grásteini.**

# Úlfar Örn sýnir hestamálverk

Úlfar Örn sýnir verk á myndlistarsýningunni Haustar í Gallery Grásteini á Skólavörðustíg. Úlfar Örn er kunnur fyrir málverk sín af íslenska hestinum.

Úlfar Örn stundaði nám í MHÍ í Reykjavík og Konstfack í Stokkhólmi og lærði þar grafíska hönnun og myndskreytingar. Hann starfaði við hönnun og auglýsingagerð í mörg ár ásamt því að iðka list sína. Undanfarin ár hefur hann alfarið getað helgað sig myndlistinni. Úlfar hefur haldið fjölmargar einkasýningar á Íslandi og tekið þátt í samsýningum erlendis.

Sýningin í Gallery Grásteini stendur til 29. desember.

# Hugmyndir um Ísland og Grænland

## Sumarliði R. Ísleifsson er höfundur bókar um viðhorf til Íslands og Grænlands. Segir hluta af ímynd þessara svæða vera efasemdir um hvernig lönd þetta eru.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Sumarliði R. Ísleifsson er höfundur bókarinnar Í fjarska norðursins – Ísland og Grænland – viðhorfasaga í þúsund ár. Bókin er tilnefnd til Íslensku bókmenntaverðlaunanna. Hún er tæpar 400 síður, skiptist í fjóra hluta og í henni eru um 200 myndir.



**Hef velt því fyrir mér hvernig viðhorf Íslendinga til sjálfra sín hafa mótast, segir Sumarliði.** FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

### Vildi fá samanburð

„Hugmyndir annarra um Ísland og sjálfsmyndir þjóðarinnar hafa lengi verið mér hugstæðar og ekki síst samspil þeirra. Oft hef ég velt því fyrir mér hvernig viðhorf Íslendinga til sjálfra sín hafa mótast. Við þeirri spurningu eru mörg svör. Eitt þeirra er viðhorfin að utan, og hvaða áhrif þessi viðhorf hafa á það hvernig við lítum á okkur sjálf," segir Sumarliði. „Svo fannst mér ég ekki geta fjallað um þetta eitt og sér, heldur vildi fá samanburð við eitthvert annað land og þá var nærtækast að taka Grænland. Það er margt svipað með þessum löndum en líka ýmislegt ólíkt og það gefur tækifæri til að draga fram hvað er sérstakt við hugmyndir manna um þessi tvö lönd. Í bókinni fjalla ég um það hvernig hugmyndir um fólk og þjóðir verða til, hvers eðlis þessar hugmyndir eru, hvernig þær eru byggðar upp og hvernig þær birtast."

### Útópía Evrópu

Um efni bókarinnar segir Sumarliði: „Fyrst ræði ég um miðaldalýsingar frá því í kringum 1100 og fram um 1500. Á þessu tímabili eru löndin nánast óþekkt, örfáar en áhrifaríkar lýsingar eru til frá þessum tíma, engar frá sjónarvottum.

Næsta tímabil nær frá því um 1500 til miðrar 18. aldar. Hér eru aðallega ráðandi tvenns konar viðhorf, annars vegar um hinn göfuga villimann og hins vegar um hinn siðlausa villimann og þessi viðhorf eru heimfærð upp á löndin tvö. Fólk álítur að þetta sé eitt og sama svæðið og þar búi fólk sem lifi sams konar lífi og standi nánast utan heimsins.

> **Í BÓKINNI FJALLA ÉG UM ÞAÐ HVERNIG HUGMYNDIR UM FÓLK OG ÞJÓÐIR VERÐA TIL, HVERS EÐLIS ÞESSAR HUGMYNDIR ERU, HVERNIG ÞÆR ERU BYGGÐAR UPP OG HVERNIG ÞÆR BIRTAST.**

Þriðja tímabilið nær frá ofanverðri 18. öld og fram um 1900; hér má segja að skilji leiðir á milli Íslands og Grænlands. Ísland varð á þessum tíma hluti Evrópu, nánast eins og safn um lífið í frum-Germaníu en Grænlendingar héldu áfram að vera fjarlægir, frumstæðir og framandi.

Á fjórða tímabilinu birtist Ísland oft sem útópía Evrópu, en Grænland birtist iðulega sem andstæða Íslands. Vitaskuld má sjá margvíslegar breytingar frá elstu lýsingum á löndunum tveimur og samtímalýsingum. En samt er margt furðu líkt við upphaf og lok tímabilsins þegar nánar er að gáð.

Hluti af ímynd þessara svæða er efasemdir um það hvernig lönd þetta eru. Í hugum fólks geta þau verið siðlaus og villimannleg en líka menningarleg og siðleg. Fólk veit að þau eru ólík þeim löndum sem það þekkir og öðruvísi, en það gerir líka að verkum að fólk hefur áhuga á þessum tveimur löndum og langar að fara þangað."

# Sama sem ein rödd

VÉL er þriðja ljóðabók Steinunnar Arnbjargar Stefánsdóttur. Hún er sellóleikari, bjó lengi í Frakklandi en nú á Akureyri. „Bókin er ofin úr mörgum þráðum. Smíði hennar hófst í flugvélum og á flugvöllum, og fjallar hún í eina röndina af mörgum um ferðalagið frá Frakklandi til Íslands sem ég þráði oft og mjög. Svo vatt þetta utan á sig og eftir stendur nokkurs konar vangavelta um mannkynið, veturinn og/eða hversdaginn. Hinum kvenlega kveinstafaþræði bregður fyrir, en hann uppgötvaði ég, þökk sé grein sem ég las eftir Helgu Kress í fyrra," segir Steinunn. Einnig herskáum ljóðum og saknaðar. Steinunn segir síst vera þunglyndistón í ljóðunum: „Þótt heimurinn og mannfólkið séu gallagripir þá er stundum gaman."

Steinunn byrjaði ung að yrkja. „Ég hnoðaði saman vísur þegar ég var krakki eins og gengur og réðst svo af einbeittari ásetningi í ljóðagerð þegar ég var unglingur."

> **ÞÓTT HEIMURINN OG MANNFÓLKIÐ SÉU GALLAGRIPIR ÞÁ ER STUNDUM GAMAN.**

Sellóleikur og tónsmíðar tóku síðan við en Steinunn hefur talsvert samið tónlist við eigin ljóð. „Ég var rúmlega tvítug þegar ég samdi fyrsta lagið við ljóð eftir sjálfa mig. Það þótti mér vera fyrsta almennilega lagið sem ég bjó til. Framan af hafði ég áhuga á skáldskap og ljóðagerð án þess að tengja það beinlínis við tónlistina. En svo varð þetta að einni þvíþátta fléttu, eða vafningi. Tónlistin og ljóðlistin eru sama sem ein rödd." **kolbrunb@frettabladid.is**



**Bókin er ofin úr mörgum þráðum, segir Steinunn.** FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# AFÞREYING FYRIR GÓÐ JÓL!

## SPIL FYRIR ALLA!

### AÐEINS BROT AF ÚRVALINU




## PÚSLUSPIL

### ALLAR STÆRÐIR OG GERÐIR




**Nintendo Switch**
Verð: 64.999.-




Verð frá: 1.599.-

Framúrskarandi fyrirtæki 2016 2020

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

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

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

PENNINN Eymundsson

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

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

# Ævintýraleg velgengni

**Það lætur nærri að tvær bækur eftir glæpasagnahöfundinn Ragnar Jónasson seljist á hverri mínútu einhvers staðar í heiminum. Um 700.000 eintök af bókum hans hafa selst í Frakklandi og Þýskalandi á árinu.**

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is




Ragnar Jónasson hefur sannarlega átt gott ár. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Óhætt er að segja að 2020 sé ekki uppáhalds ár í lífi flestra. Árið hefur þó reynst Ragnari Jónassyni glæpasagnahöfundi einkar gjöfult. Hann hefur selt jafnmikið af bókum árið 2020 og samanlagt frá 2009, þegar fyrsta bókin hans kom út, og til ársins 2019.

Fyrir ári fagnaði Ragnar því að milljónasta eintakið af bók eftir hann seldist í Eymundsson fyrir jólin. Í ár hefur hann tvöfaldað þá sölu. Lætur nærri að það seljist tvær bækur eftir hann á hverri mínútu einhvers staðar í heiminum. Þarna munar mestu um það að um það bil 700.000 eintök hafa selst í Frakklandi og Þýskalandi á árinu en þau lönd eru orðin hans helstu vígi. Bækur hans koma nú út í á fjórða tug landa.

**BÆKUR HANS KOMA NÚ ÚT Í Á FJÓRÐA TUG LANDA.**

### Sigurganga í Þýskalandi

Mistur varð fyrsta íslenska bókin til að komast á topp þýska metsölulistans og um tíma átti Ragnar þrjár af tíu mest seldu bókunum þar í landi. Dimma hefur nú setið á þýska metsölulistanum í 30 vikur samfleytt, þar af 29 vikur í röð á topp tíu. Eldra metið átti Arnaldur Indriðason, árið 2005, þegar Napóleonsskjölin voru níu vikur í röð á topp tíu.

Þess má líka geta að Dimma náði einnig efsta sætinu á lista yfir mest seldu glæpasögur Frakklands í mars og Drungi fór í toppsætið á Amazon Kindle metsölulistanum í Bretlandi í febrúar, yfir allar bækur.

Þá var tilkynnt um samning við CBS sem hyggst framleiða átta þátta sjónvarpssyrpu byggða á Dimmu og samningar um gerð sjónvarspsseríu eftir Siglufjarðarbókum Ragnars eru nú á lokastigi.

### Glæpasaga ársins í Bretlandi

Mistur hlaut í haust Capital Crime verðlaunin sem besta glæpasaga ársins í Bretlandi en það eru glæpasagnahátíðin Capital Crime og Amazon Publishing sem standa að verðlaununum. The Times valdi Mistur sem eina af glæpasögum ársins í Bretlandi, rétt eins og Sunday Times. Dagens Nyheter valdi Mistur sem eina af bestu glæpasögum ársins í Svíþjóð. Þá var Snjóblinda tilnefnd sem frumraun ársins í flokki þýddra glæpasagna í Hollandi.

### Framúrskarandi lokaþáttur

Sunday Times valdi Vetrarmein sem eina af glæpasögum desembermánaðar á dögunum. Í dómnum sagði: „Fyrir tuttugu árum var Ísland hvergi að finna á lista yfir þau lönd sem hafa skapað metsöluhöfunda í röð glæpasagnahöfunda. Gullöld glæpasögunnar á 20. öld fór fram hjá landinu; það eru engin dæmi um glæpasögur sem skrifaðar voru á milli 1950 og 1970. Þetta hefur gjörbreyst, þökk sé nokkrum íslenskum höfundum – Arnaldi Indriðasyni, Yrsu Sigurðardóttur og nú Ragnari Jónassyni ...

Þessi vægðarlausa sena [lát ungrar stúlku] minnir á svipaðan atburð í Snjóblindu, fyrstu bókinni í röðinni, og undirstrikar þá trú Ragnars Jónassonar að frumlegir glæpir séu sjaldgæfir. Rétt eins og Agatha Christie hefur hann meiri áhuga á endurtekningum í mannlegu eðli – græðgi, eigingirni, eyðileggjandi þrám – sem Ari Þór þarf að rýna í innan um lygar hinna grunuðu og tilraunir þeirra til að afvegaleiða hann.

Vetrarmein er framúrskarandi lokaþáttur í Siglufjarðarsyrpu Ragnars, þar sem hann færir hina hefðbundnu glæpasögu í nýjan búning, kunnugleg og framandi stef sameinast áreynslulaust.

Hafi Ísland misst af gullöld glæpasagnanna, þá er landið – og Ragnar – svo sannarlega að bæta upp fyrir það núna.“




# Sérvitur köttur

BÆKUR

**Herra Bóbó, Amelía og ættbrókin**

★★★★☆

**Yrsa Sigurðardóttir**

**Útgefandi:** Veröld
**Fjöldi síðna:** 167



Yrsa Sigurðardóttir rithöfundur.

Eftirvæntingin var mikil hjá gagnrýnanda þegar spurðist út að von væri á nýrri barnabók eftir glæpasagnadrottninguna Yrsu Sigurðardóttur. Fyrri barnabækur höfundar sem komu út í kringum síðustu aldamót voru hreint út sagt frábærar, bráðfyndnar og eftirminnilegar. Þar lágu Danir í því (1998) og Við viljum jólin í júlí (1999) standa þar upp úr.

Nýja bókin, Herra Bóbó, Amelía og ættbrókin, fjallar um heimilisköttinn Herra Bóbó, sem lítur á sig sem mikinn hefðarkött. Þegar ný læða flytur í næsta hús sem efast um uppruna hans hefst mikið ævintýri þar sem Herra Bóbó þarf að sanna sig með forláta ættbók. En hvað er eiginlega ættbók? Hann fær hjálp frá músinni Amelíu sem býr í kjallaranum og á milli þeirri skapast fallegt vinasamband. Sagan er sögð frá sjónarhorni kattarins og oft virðist heimur mannfólksins kómískur með augum hans. Kattaeigendur geta tengt sérstaklega við hegðun Herra Bóbós gagnvart eigendum sínum, hvernig hann fer sínar eigin leiðir, lítur stórt á sig og telur sig stýra öllu á heimilinu. Toppnum er náð þegar dóttirin á heimilinu ákveður að halda afmæli með hundaþema, þar sem hundum úr hverfinu er boðið til veislu. Herra Bóbó líst ekki á blikuna og úr verður allsherjar fíaskó.

Bókin skiptist upp í stutta kafla sem eru hæfilegir fyrir unga lesendur og virka einnig vel í upplestri. Myndlýsingar Kristínar Sólar Ólafsdóttur birtast á hverri einustu opnu og þótt þær virðist mjög einfaldar í upphafi styðja þær vel við húmorinn í texta Yrsu og létta undir lesturinn. Það á bæði við um textann og myndirnar að lagt er upp úr að mæta ungum lesendum og flækja hlutina ekki um of. Sjónarhorn kattarins býður einnig upp á samræður ungra og eldri um ólíkar upplifanir á hversdagsleikanum. Ferðalag Herra Bóbós og Amelíu er




æsispennandi en verður þó aldrei mjög erfitt og engar alvarlegar hættur steðja að þeim. Í lok bókarinnar má svo finna fallegan boðskap um vináttu og trygglyndi óháð útliti, uppruna og tegund. Fyrst og fremst er þó hér á ferð fyndin og létt hasarsaga sem hægt er njóta í botn. Vonandi heldur Yrsa áfram að skrifa barnabækur.

**Guðrún Baldvinsdóttir**

**NIÐURSTAÐA:** Spennandi og bráðfyndin barnabók um sérvitra köttinn Herra Bóbó og músina Amelíu.




# Merkileg sigling

BÆKUR

**Þegar heimurinn lokaðist – Petsamo-ferð Íslendinga 1940**

★★★★½

**Davíð Logi Sigurðsson**

**Útgefandi:** Sögur útgáfa
**Sjöldi síðna:** 319

Þeir atburðir sem Davíð Logi Sigurðsson lýsir í bók sinni gerðust árið 1940, eða fyrir drjúgum mannsaldri. Þá geisaði stríð í heiminum og ferðir til og frá Evrópu höfðu lagst af þess vegna. Þá eins og nú voru Íslendingar um allt og þrá þeirra að komast heim var sterk. Römm er sú taug. Maður gekkst því undir manns hönd að leita leiða til að koma því í kring. Afrakstur margra mánaða vinnu varð sá að stærsta skip Íslendinga á þeim tíma, Esjan, var send til Evrópu með vitund og samþykki stríðandi fylkinga, til að sækja fólkið í einni ferð.

**ÞAÐ LIGGUR VEL FYRIR DAVÍÐ LOGA AÐ SKRIFA OG ÞETTA MUN VERA HANS FJÓRÐA BÓK.**

Afráðið var að stefna þeim sem vildu komast með skipinu til Petsamo, norðarlega í Finnlandi. Fólk dreif að frá meginlandi Evrópu og Norðurlöndum og lagði sig í hættur á leiðinni. Skipið sigldi svo heim til Íslands með sinn dýrmæta farm. Íslenska þjóðin fylgdist með í andakt. Margir þeirra sem voru um borð höfðu verið við nám ytra og áttu eftir að láta til sín taka hér á landi á áratugunum sem eftir fylgdu.

Á þeim 80 árum sem liðin eru frá þessari ferð Esjunnar hefur hún að verulegu leyti fallið í gleymskunnar dá og því vel til fundið hjá höfundi að halda henni til haga. Það gerir hann vel. Dregur upp mynd af aðdraganda ferðarinnar og ekki síður eftirmálum. Fléttað er inn í frásögnina örlagasögum þeirra sem við sögu koma, um ástir, vonir og vonbrigði. Þessi aðferð höfundar glæðir frásögnina lífi og gerir umfjöllun um sögulegan atburð spennandi og vekur forvitni lesandans.

Það liggur vel fyrir Davíð Loga að skrifa og þetta mun vera hans fjórða bók. Hann skrifar lipran stíl og ferst vel að byggja upp frásögnina þannig að hún verður spennandi og áhugaverð. Frágangur bókarinnar er góður og það eykur gildi frásagnarinnar ótvírætt sá fjöldi mynda sem hana prýða. Þá er einnig sérlega forvitnilegt að renna yfir lista farþeganna sem birtur er aftast í bókinni. Ekki er um að villast að mikil vinna hefur verið lögð í að koma honum saman, þó höfundur geri fyrirvara um áreiðanleika hans og hversu tæmandi hann er.

Engum ætti að leiðast lestur þessarar bókar.

**Jón Þórisson**

**NIÐURSTAÐA:** Spennandi og læsileg bók um merkilegan kafla Íslandssögunnar.

# Dansflokkurinn fær sviðslistaverðlaun

Íslenski dansflokkurinn hefur hlotið norsku menningarverðlaunin Subjektprisen.

Subjektprisen er ein virtasta hátíð menningarársins í Noregi og gefst almenningi kostur á að velja þau verk sem þykja skara fram úr á árinu. DuEls, samstarfsverkefni Íslenska dansflokksins og Norska dansflokksins Nagelhus Schia Productions, hefur hlotið verðlaunin fyrir sviðslistaverk ársins.

Verkið, sem er eftir Ernu Ómarsdóttur og Damien Jalet, var frumsýnt á hinu sögufræga Vigelandsafni Oslóborgar í febrúar 2020. DuEls var unnið út frá sýningarstaðnum sem í þessu tilfelli var myndlistarsafn Gustavs Vigeland sem er einn þekktasti listamaður Noregs. Höggmyndir Gustavs fjalla gjarnan um ævihlaup manneskjunnar og var hann einn af boðberum natúralismans á síðustu öld.

Uppselt var á allar sjö sýningarnar sem sýndar voru í Vigelandsafninu. Stefnt er á að því að færa DuEls til Íslands á næsta ári.



**Úr verðlaunaverki Íslenska dansflokksins.** MYND/VALDIMAR JÓHANNSSON

★★★★½
„Algjörlega mögnuð og vel stíluð saga ...“
ÁSGEIR H. INGÓLFSSON / STUNDIN
★★★★
„Fullmótaður skáldsagnahöfundur stígur fram í besta verki sínu til þessa.“
ÓTTAR KOLBEINSSON PROPPÉ / FRÉTTABLAÐIÐ
„Feikilega vel heppnuð bók ... mikilfenglegur skáldskapur.“
ÞORGEIR TRYGGVASON / KILJAN
„Absolút besta bók Halldórs.“
GÍSLI MARTEINN BALDURSSON / MORGUNKAFFIÐ
Halldór Armand
BRÓÐIR
„Halldór Armand er himnasending á tímum sem þessum, ferskur rýnir ... djöfullega góður.“
BUBBI MORTHENS
Mögnuð saga eftir **Halldór Armand** um eitrað en fallegt systkinasamband.
LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA
Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið 10–19 alla daga til jóla | **www.forlagid.is**

# DAGSKRÁ

# Laugardagur

## HRINGBRAUT

**20.00 Bókahornið (e)** Bókahornið fjallar um bækur af öllu tagi, gamlar og nýjar, með viðtölum við skapandi fólk.
**20.30 Jólajóga** Í Jólajóga með Þóru Rós róum við okkur niður í núvitundinni – og erum til staðar í stundinni.
**21.00 Sir Arnar Gauti (e)** Arnar Gauti snýr aftur á skjáinn með umfangsmikinn lífsstílsþátt sem tekur saman allt sem snýr að heimilum, hönnun, innlitum, matar- og veitingahúsamenningu, arkitektúr og margt, margt fleira.
**21.30 Saga og samfélag (e)** Þáttur þar sem málefni líðandi stundar verða rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknum fræðimanna á margvíslegum sviðum.

## RÚV SJÓNVARP

**07.15** KrakkaRÚV
**07.16** Tölukubbar
**07.21** Kátur
**07.33** Eðlukrúttin
**07.44** Bubbi byggir
**07.55** Lestrarhvutti
**08.02** Hið mikla Bé
**08.24** Stuðboltarnir
**08.35** Hvolpasveitin
**08.58** Músahús Mikka
**09.21** Stundin okkar
**09.45** Húllumhæ
**10.00** Bítlarnir að eilífu - Here Comes the Sun Beatles Forever
**10.05** Hundalíf v
**10.15** Landinn 22. nóvember 2020
**10.45** Norræn jólaveisla
**12.15** Óperuminning
**12.25 EM kvenna í fimleikum** Bein útsending.
**14.30** Veröld sem var Fúmm fúmm fúmm
**15.30** Græn jól Susanne
**15.35** Menning í mótun
**16.30** Jólasöngvar Lucy Worsley
**17.20** Jóladagatalið. Snæholt
**17.50** Táknmálsfréttir
**18.00** KrakkaRÚV
**18.01** Jóladagatalið - Jól í Snædal
**18.26** Maturinn minn
**18.37** Stundarteymið Á Austurvelli
**18.45** Jólalag Ríkisútvarpsins 2016
**18.53** Lottó
**19.00** Fréttir
**19.25** Íþróttir
**19.35** Veður
**19.50** Kósíheit í Hveradölum
**21.05** Ég kemst í jólafíling - Baggalútur í Háskólabíói
**22.15** Four Christmases Heima er verst
**23.45 Stóra brúðkaupið The Big Wedding** Bandarísk gamanmynd með Robert De Niro, Diane Keaton, Susan Sarandon, Robin Willams og Katherine Heigl í aðalhlutverkum.
**01.15** Poirot - Týnda náman Agatha Christie's Poirot II: The Lost Mine
**02.05** Dagskrárlok

## GOLFSTÖÐIN

**08.30 European Tour 2020** Útsending frá DP World Tour Championship.
**14.30 European Tour 2020 - Highlights**
**14.55 LPGA Tour 2020** Útsending frá CME Group Tour Championship.
**18.00 LPGA Tour 2020** Bein útsending frá CME Group Tour Championship.
**21.00 Us Womens Open 2020** Útsending frá US Women's Open.

## SJÓNVARP SÍMANS

**06.00** Síminn + Spotify
**10.30** The Block
**11.50** The Block
**12.50** Dr. Phil
**13.35** Dr. Phil
**14.30 Southampton - Man. City** Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
**17.05** Everybody Loves Raymond
**17.30 Sissel Kyrkjebø. Konan á bak við röddina** Inga Lind Karlsdóttir heimsækir eina af skærustu stjörnum Norðurlandanna, norsku söngkonuna Sissel Kyrkjebø, á heimili hennar í Osló.
**18.20** This Is Us
**19.05** The Moodys Christmas
**19.30 Eivör - Jólatónleikar** Upptaka frá hlýjum og notalegum jólatónleikum með söngkonunni Eivöru ásamt hljómsveit og góðum gestum. Eivör syngur úrval uppáhalds jólalaga sinna ásamt hennar eigin lögum.
**21.00** Pitch Perfect
**22.55** Hot Tub Time Machine 2
**00.25** Seven Psychopaths
**02.15** Trust
**04.00** Síminn + Spotify

## RÚV RÁS EITT

**06.55** Morgunbæn og orð dagsins
**07.00** Fréttir
**07.03** Til allra átta Sevdah, blús frá Bosníu
**08.00** Morgunfréttir
**08.05** Margar útvarpsraddir Indriði G. Þorsteinsson ræðir við starfsmenn RÚV
**09.00** Fréttir
**09.03** Á reki með KK
**10.00** Fréttir
**10.05** Veðurfregnir
**10.15** Íslenska mannflóran
**11.00** Fréttir
**11.02** Vikulokin
**12.00** Hádegisútvarp
**12.20** Hádegisfréttir
**13.00** Það sem skiptir máli
**13.05** Gestaboð
**14.00** Kjarni málsins
**15.00** Flakk
**16.00** Síðdegisfréttir
**16.05** Orð um bækur
**17.00** Skáld hlusta Ólafur Jóhann, Anton Helgi og Sigríður Hagalín
**18.00** Kvöldfréttir
**18.10** Í ljósi sögunnar
**18.50** Veðurfregnir
**18.53** Dánarfregnir
**19.00** Sveifludansar Alenka Godek, Ray Brown, Jólakettir, Joe Williams, Gearge Shearing
**21.15** Bók vikunnar Sem ég lá fyrir dauðanum
**22.00** Fréttir
**22.05** Veðurfregnir
**22.10** Heimskviður
**23.00** Vikulokin
**00.00** Fréttir
**00.05** Næturútvarp Rásar 1

## STÖÐ 2 BÍÓ

**11.45** Native Son
**13.25** Red Dog. True Blue
**14.50** Buzz
**16.20** Native Son
**18.00** Red Dog. True Blue
**19.30** Buzz
**21.00 Skyscraper** Hörkuspennandi mynd frá 2018 með Dwayne Johnson í aðalhlutverki og fjallar um fyrrum aðal samningamann alríkislögreglunnar í gíslatökumálum sem nú vinnur við öryggisgæslu í skýjakljúfum.
**22.40** The Equalizer
**00.35** Early Release
**02.05** Skyscraper

## STÖÐ 2

**08.00** Ævintýraferðin
**08.10** Strumparnir
**08.35** Billi Blikk
**08.45** Tappi mús
**08.55** Latibær
**09.05** Heiða
**09.25** Blíða og Blær
**09.45** Zigby
**10.00** Skoppa og Skrítla
**10.10** Leikfélag Esóps
**10.20** Angelo ræður
**10.30** Mæja býfluga
**10.40** Mia og ég
**11.05** Latibær
**11.25** Ella Bella Bingó
**11.35** Jóladagatal Árna í Árdal
**11.45** Friends
**12.05** Bold and the Beautiful
**13.30** Bold and the Beautiful
**13.55** Eldhúsið hans Eyþórs
**14.20** Shark Tank
**15.10** Belgravia
**16.00** Elf
**17.35** Föstudagskvöld með Gumma Ben og Sóla
**18.26** Veður
**18.30** Fréttir Stöðvar 2
**18.40** Sportpakkinn
**18.53** Lottó
**18.55** Arthur Christmas
**20.30** Last Christmas
**22.15** Die Hard 2. Die Harder
**00.20** Commuter
**02.00** Delirium
**03.30** Elf

## STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

**08.00** Barnaefni
**20.00** Friends
**20.25** Friends
**20.50** Stelpurnar
**21.15** American Dad 16
**21.40** Bob's Burgers 11
**22.10** Game of Thrones
**23.00** Game of Thrones
**23.55** Suits
**00.40** Friends
**01.00** Friends
**01.25** Stelpurnar

## STÖÐ 2 SPORT

**09.00** Dominos Körfuboltakvöld
**10.15** KR - ÍBV 1999
**10.40** Breiðablik - ÍA 2001
**11.00** ÍBV - Keflavík 1997
**11.20** Fylkir - Þróttur 2003
**11.50** ÍBV - ÍA 2001
**12.10** FH - Fram 2003
**12.30** FH - ÍA 2004
**12.50** Fylkir - ÍBV 2000
**13.15** Breiðablik - Grindavík 2008
**13.40** HK - Fjölnir 2008
**14.00** KR - Valur 1999
**14.20** Fylkir - ÍA 2006
**14.45** FH - Keflavík 2008
**15.10** KR - Fram 1997
**15.35** Breiðablik - FH 2009
**16.00** Valur - KR 2009
**17.40** Valur - KR 2001
**18.00** ÍA - Keflavík 2007
**18.25** KR - Fylkir 2009
**18.55** ÍA - KR 2003
**19.20** Breiðablik - Keflavík 2001
**19.45** Keflavík - KR 2008
**20.10** Víkingur - Valur 2007
**20.35** FH - KR 2007
**20.55** FH - KR 2009
**21.25 FH - Víkingur R.** Bikarúrslitaleikur karla 2019.
**23.15 Selfoss - KR** Útsending frá úrslitaleik Mjólkurbikars kvenna.

## STÖÐ 2 SPORT 2

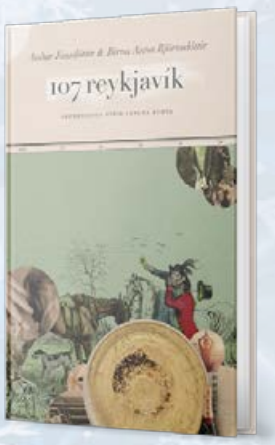
**11.05** Athletic Bilbao - Huesca
**12.50** Atlético Madrid - Elche Beint.
**15.05** Barcelona - Valencia Beint.
**17.20** Levante - Real Socied. Beint.
**19.35** Parma - Juventus Beint.
**21.40** Inside Serie A
**22.05** Fiorentina - Hellas Verona
**23.45** Sampdoria - Crotone

## ÚTVARP

**FM 88,5** XA-Radíó
**FM 89,5** Retro
**FM 90,1** Rás 2
**FM 90,9** Gullbylgjan
**FM 93,5** Rás 1
**FM 95,7** FM957
**FM 96,3** FM Suðurland
**FM 96,7** Létt Bylgjan
**FM 97,7** X-ið
**FM 98,9** Bylgjan
**FM 99,4** Útvarp Saga
**FM 100,5** K100
**FM 102,9** Lindin



# JÓLABÆKURNAR FÁST Í NETTÓ



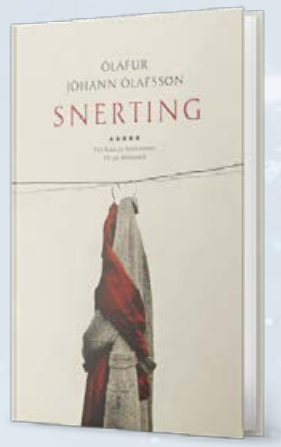

**107 Reykjavík**
Skemmtisaga fyrir lengra komna. Hallgerður og nánustu vinkonur hennar, Melkorka, gift þumbaranum Agli Þormóði, og Þórdís, nýfráskilin og frjáls, leggja mikið upp úr því að vera leiðandi í samkvæmis- og athafnalífi Reykjavíkur.

4.599 kr.




**Vetrarmein**
Aðfaranótt skírdags finnst lík af ungri konu á gangstétt fyrir framan þriggja hæða hús við Aðalgötuna á Siglufirði. Skömmu síðar skrifar íbúi á hjúkrunarheimili í bænum með æpandi rauðum lit á vegginn í herberginu sínu: Hún var drepin.

4.599 kr.




**Snerting**
Snerting eftir Ólaf Jóhann Ólafsson er áhrifamikil skáldsaga sem gerist í Reykjavík og Tókýó samtímans og London á sjöunda áratugnum. Hér sýnir hann allar sínar bestu hliðar í glæsilega skrifaðri sögu sem rígheldur lesanda allt til óvæntra endaloka.

4.599 kr.




**Fíasól og furðusaga um krakka með kött í maga**
Fíasól er fyrir löngu landsþekktur áhrifavaldur. Hér fara Kristín Helga og Halldór á Fíusólarflug í sprenghlægilegu kvæði sem fjallar um aðdragandann að fæðingu Fíusólar.

3.349 kr.




**Hjarta Íslands – Frá Eldey til Eyjafjarðar**
Afar veglegt rit um gersemar náttúru Íslands frá Reykjanesi, um Vestfirði og til Norðurlands. Hér er meðal annars fjallað um perlur í nágrenni höfuðborgarsvæðisins, töfra Snæfellsness, eyjarnar á Breiðafirði, friðlandið á Hornströndum og stórbrotna dali Tröllaskaga.

8.599 kr.




**Næturskuggar**
Eva Björg Ægisdóttir sló eftirminnilega í gegn með fyrstu bók sinni Marrið í stiganum en fyrir hana hlaut hún glæpasagnaverðlaunin Svartfuglinn árið 2018. Útgáfuréttur inn á bókinni hefur verið seldur víða um heim. Hún hefur nú þegar komið út í Bretlandi og hlotið frábæra dóma.

4.599 kr.




**Herra Hnetusmjör – hingað til**
Herra Hnetusmjör – Árni Páll Árnason – hefur verið eins og hvirfilbylur í íslensku tónlistarlífi á undanförnum árum. Lögum hans er streymt í milljónum skipta á tónlistarveitum og framganga hans á tónleikum hefur vakið mikla athygli og aðdáun.

4.599 kr.




**Herra Bóbó, Amelía og Ættbrókin**
Hefðarkötturinn Alexander Sesar Loðvík Ramses Karlamagnús fimmtugasti og þriðji má búa við það að fólkið hans kallar hann Herra Bóbó. Og vill þvinga hann í megrun! Þegar hreinræktuð angóralæða að nafni Bella flytur svo í næsta hús þarf hann að sanna að hann sé líka af göfugum ættum.

3.349 kr.




**Bráðin**
Björgunarsveitir eru sendar inn í Lónsöræfi í leit að hópi fólks sem er saknað. Hvaða erindi áttu þau í óbyggðir um hávetur? Af hverju yfirgáfu þau það litla skjól sem þau höfðu, illa búin og berskjölduð? Á sama tíma gerast undarlegir atburðir á ratsjárstöðinni á Stokksnesi. Og á nesinu er gat í sjávarklöpp sem sogar til sín fólk ...

4.559 kr.




**Berskjaldaður**
Einar Þór Jónsson vakti á sínum tíma þjóðarathygli fyrir skýra en hógværa framgöngu þegar hann steig fram sem talsmaður Geðhjálpar. Fáa grunaði þó að þessi látlausi og geðþekki maður ætti sér magnaða lífssögu að baki og háði á köflum sannkallaða baráttu fyrir lífi sínu.

4.899 kr.



**Gildistími:** 19.– 20. desember

## JÓLAINNKAUPIN

hafa aldrei verið eins leikandi létt.
Þú færð jólabækurnar á **netto.is**

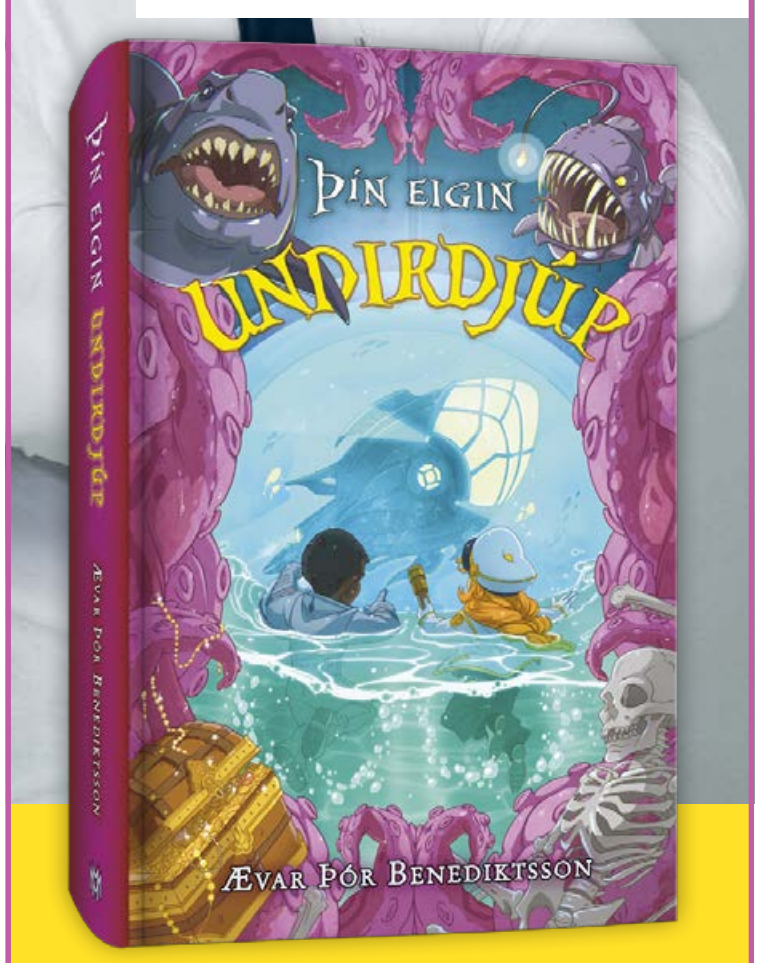
Með því að nýta þér netverslun Nettó sparar þú þér tíma í jólaamstrinu. Nýttu tímann frekar í að lesa góða bók.

nettó

**Lægra verð – léttari innkaup**




Stórkostlega skemmtileg bók eftir Ævar Þór Benediktsson sem fer með lesandann á bólakaf í æsispennandi ævintýraheim.




➢ Yfir 50 mismunandi endar.
➢ Sögulok spanna allt frá eilífri hamingju að bráðum bana.
➢ Þú ræður hvað gerist!



Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | **www.forlagid.is**
Opið 10–19 alla daga fram að jólum




# DAGSKRÁ

# Sunnudagur

## HRINGBRAUT

**20.00 Mannamál (e)** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
**20.30 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Umsjón Páll Ketilsson. Framleiðandi Víkurfréttir ehf.
**21.00 Aðventa** Í þáttunum Aðventu kynnumst við starfi og þjónustu kirkjunnar á jólaföstunni.
**21.30 Fjallaskálar Íslands (e)** Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildarþáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum.

## RÚV SJÓNVARP

**07.15 KrakkaRÚV**
**07.19 Úmísúmí**
**07.42 Kalli og Lóa**
**07.53 Klingjur**
**08.04 Lalli**
**08.11 Kúlugúbbarnir**
**08.33 Nellý og Nóra**
**08.40 Flugskólinn**
**09.02 Hrúturinn Hreinn**
**09.09 Unnar og vinur**
**09.32 Músahús Mikka**
**09.53 Millý spyr**
**10.00 Jólin með Jönu Maríu**
**10.05 Jóladagatalið. Snæholt**
**10.30 Kiljan**
**11.15 Landakort Ný sjókort**
**11.25 Menningin - samantekt**
**11.55 EM kvenna í fimleikum** Bein útsending.
**14.50 Landakort Birki á Skeiðarársandi**
**15.00 Aðventumessa Guðsþjónusta í Grafarvogskirkju**
**16.05 KrakkaRÚV**
**16.06 Jóladagatalið - Jól í Snædal**
**16.28 Logi og Glóð - Brennu-Vargur**
**16.36 Kveikt á perunni Kveikt á jóla-perunni**
**16.45 Græn jól Susanne**
**16.50 EM kvenna í handbolta** Bein útsending frá úrslitaleik EM kvenna í handbolta.
**18.50 Táknmálsfréttir**
**19.00 Fréttir**
**19.25 Íþróttir**
**19.35 Veður**
**19.45 Síðasta jólalag fyrir fréttir** Tónleikaupptaka sem gerð var fyrr í mánuðinum í Fríkirkjunni í Reykjavík í tilefni af 90 ára afmæli Ríkisútvarpsins. Ellen Kristjánsdóttir, KK og Jón Ólafsson flytja gömlu góðu íslensku jólalögin. Stjórn upptöku: Salóme Þorkelsdóttir.
**20.55 Óperuminning** Íslenska óperan er 40 ára í ár. Að því tilefni er litið til baka og góðra stunda minnst.
**21.00 Hvítklædda konan The Woman In White**
**22.00 Stóri dagurinn Jour J**
**23.35 Dagskrárlok**

## GOLFSTÖÐIN

**09.15 PGA Tour 2020** Útsending frá The CJ Cup @ Shadow Creek.
**12.15 PGA Highlights 2020**
**13.05 2020 Champions Tour. Year in Review**
**13.55 LPGA Tour 2020** Útsending frá CME Group Tour Championship.
**17.00 LPGA Tour 2020** Bein útsending frá CME Group Tour Championship.
**20.00 LPGA Tour 2020** Útsending frá Drive On Championship.
**23.15 2020 Playoffs Official Film**

## SJÓNVARP SÍMANS

**06.00 Síminn + Spotify**
**09.30 Barnyard - ísl. tal**
**11.00 The Block**
**12.00 The Block**
**13.00 Dr. Phil**
**13.45 Dr. Phil**
**14.30 Dr. Phil**
**16.45 This Is Us**
**17.30 Líf kviknar**
**18.00 Hver ertu?**
**18.30 Jól með Sissel**
**20.00 Venjulegt fólk**
**20.00 The Block**
**21.20 The Golden Compass**
**23.15 A Beautiful Mind**
**01.30 The Good Fight**
**02.15 Stumptown**
**03.00 The Rookie**
**03.45 MacGyver**
**04.30 Snowfall**
**05.15 Síminn + Spotify**

## RÚV RÁS EITT

**06.55 Morgunbæn og orð dagsins**
**07.00 Fréttir**
**07.03 Hringsól Í Kenya**
**08.00 Morgunfréttir**
**08.05 Á tónsviðinu**
**09.00 Fréttir**
**09.03 Svona er þetta**
**10.00 Fréttir**
**10.05 Veðurfregnir**
**10.15 Bók vikunnar Jóhann Kristófer**
**11.00 Guðsþjónusta í Grafarvogskirkju**
**12.00 Hádegisútvarp**
**12.20 Hádegisfréttir**
**13.00 Það sem skiptir máli**
**13.05 Jólatónleikar evrópskra útvarpsstöðva Jólatónleikar frá Íslandi**
**14.00 Víðsjá**
**15.00 Jólatónleikar evrópskra útvarpsstöðva Jólatónleikar frá Danmörku**
**16.00 Síðdegisfréttir**
**16.05 Sögur af landi**
**17.00 Jólatónleikar evrópskra útvarpsstöðva Jólatónleikar frá Kanada**
**18.00 Kvöldfréttir**
**18.10 Íslenska mannflóran**
**18.50 Veðurfregnir**
**18.53 Dánarfregnir**
**19.00 Jólatónleikar evrópskra útvarpsstöðva Jólatónleikar frá Spáni**
**20.00 Margar útvarpsraddir Indriði G. Þorsteinsson ræðir við starfsmenn RÚV**
**21.00 Jólatónleikar evrópskra útvarpsstöðva Jólatónleikar frá Eistlandi**
**22. 00 Fréttir**
**22.05 Veðurfregnir**
**22.10 Jólatónleikar evrópskra útvarpsstöðva Jólatónleikar frá Bretlandi**
**23.10 Frjálsar hendur**
**00.00 Fréttir**
**00.05 Næturútvarp Rásar 1**

## STÖÐ 2 BÍÓ

**12.25 2 Years of Love**
**13.50 Ordinary World**
**15.15 Mystery 101. An Education in Murder**
**16.40 2 Years of Love**
**18.05 Ordinary World**
**19.30 Mystery 101. An Education in Murder**
**21.00 Harry Potter and the Deathly Hallows. Part 1**
**23.20 12 Strong**
**01.25 Love me True**
**02.50 Harry Potter and the Deathly Hallows. Part 1**

## STÖÐ 2

**08.00 Strumparnir**
**08.20 Blíða og Blær**
**08.45 Brúðubíllinn**
**09.10 Mæja býfluga**
**09.20 Adda klóka**
**09.45 Zigby**
**09.55 Mia og ég**
**10.20 Dóra könnuður**
**10.45 Latibær**
**11.05 Lukku láki**
**11.30 Ævintýri Tinna**
**11.55 Jóladagatal Árna í Árdal**
**12.00 Nágrannar**
**13.30 Nágrannar**
**13.50 Impractical Jokers**
**14.10 Aðventan með Völu Matt**
**14.35 Um land allt**
**15.10 Grey's Anatomy**
**16.00 Lodgers For Codgers**
**16.50 60 Minutes**
**17.40 Víglínan**
**18.26 Veður**
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**
**18.40 Sportpakkinn**
**18.50 Ísland í dag**
**19.05 Jólaboð Evu**
**20.00 The Great Christmas Light Fight**
**20.45 Belgravia**
**21.40 Little Women**
**23.55 His Dark Materials**
**00.50 StartUp**
**01.35 StartUp**
**02.15 StartUp**
**02.55 StartUp**
**03.35 Impractical Jokers**
**03.55 Lodgers For Codgers**

## STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

**08.00 Barnaefni**
**20.00 Friends**
**20.20 Friends**
**20.50 Stelpurnar**
**21.10 Suits**
**21.55 Game of Thrones**
**22.45 Game of Thrones**
**23.55 Dagvaktin**
**00.25 Schitt's Creek**
**00.55 Friends**
**01.15 Friends**
**01.40 Stelpurnar**

## STÖÐ 2 SPORT

**08.15 Ajax - Manchester United**
**10.15 Chelsea - Arsenal**
**12.10 Liverpool - Man. City**
**14.40 Manchester United - Southampton**
**16.35 Manstu 2**
**17.10 Manstu 2**
**17.45 Manstu 2**
**18.20 1 á 1 með Gumma Ben. Jóhann Berg Guðmundsson**
**18.50 Valencia Basket Club - UCAM Murcia CB** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni í körfubolta.
**20.40 Man in the Middle**
**21.40 Seinni bylgjan - karla**
**22.40 Annáll 2019. Íslensk knattspyrna karla**
**00.45 Annáll 2019. Olís deild karla og kvenna**

## STÖÐ 2 SPORT 2

**06.10 Sevilla - Real Valladolid**
**07.55 Atlético Madrid - Elche**
**09.35 Barcelona - Valencia**
**11.20 MoraBanc Andorra - Movistar Estudiantes** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni í körfubolta.
**13.50 Inter Milan - Spezia** Bein útsending.
**15.55 NFL Extra**
**17.55 Miami Dolphins - New England Patriots** Bein útsending frá leik í NFL.
**21.20 New Orleans Saints - Kansas City Chiefs** Bein útsending frá leik í NFL.

## ÚTVARP

**FM 88,5** XA-Radíó
**FM 89,5** Retro
**FM 90,1** Rás 2
**FM 90,9** Gullbylgjan
**FM 93,5** Rás 1
**FM 95,7** FM957
**FM 96,3** FM Suðurland
**FM 96,7** Létt Bylgjan
**FM 97,7** X-ið
**FM 98,9** Bylgjan
**FM 99,4** Útvarp Saga
**FM 100,5** K100
**FM 102,9** Lindin

# DAGSKRÁ

# Mánudagur

## HRINGBRAUT

**20.00 Atvinnulífið** Sigurður K. Kolbeinsson heimsækir íslensk fyrirtæki og kynnir sér starfssemi þeirra. Fjölbreyttir og fróðlegir þættir sem endurspegla þá grósku sem er í íslensku atvinnulífi og fyrirtækjarekstri.
**20.30 Matur og heimili** Lifandi þáttur um matargerð og bakstur í bland við innanhússarkitektúr, hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
**21.00 21 Jólaúrval** Samantekt úr bestu og áhugaverðustu viðtölunum úr Tuttuguogeinum frá liðnum sjónvarpsvetri.
**21.30 Fósturmissir** Í þættinum Fósturmissi er rætt við konur um áhrif og afleiðingar þess að missa fóstur.

## RÚV SJÓNVARP

**08.00** KrakkaRÚV
**08.01** Sammi brunavörður
**08.11** Múmínálfarnir
**08.33** Konráð og Baldur
**08.46** Hið mikla Bé
**09.10** Heimaleikfimi
**09.20** Orðbragð
**09.50** Landinn 2018 Hátíðarlandinn
**10.30** Spaugstofan
**11.00** Upplýsingafundur Almannavarna
**11.35** Síðasta jólalag fyrir fréttir
**12.35** Úr Gullkistu RÚV. Villt og grænt Hreindýr
**13.05** Joanna Lumley og Silkileiðin
**13.50** Aska
**14.45** Jólin hjá Claus Dalby
**14.55** Innlit til arkitekta
**15.30** Blint stefnumót við lífið
**17.20** Jóladagatalið. Snæholt
**17.50** Táknmálsfréttir
**18.00** KrakkaRÚV
**18.01** Jóladagatalið - Jól í Snædal
**18.26** Loðmundur
**18.33** Skotti og Fló
**18.40** Sammi brunavörður
**18.50** Krakkafréttir
**19.00** Fréttir
**19.25** Íþróttir
**19.30** Veður
**19.35** Kastljós
**19.50 Menningin** Fjallað er á snarpan og líflegan hátt um það sem efst er á baugi hverju sinni í menningar- og listalífinu, jafnt með innslögum, fréttaskýringum, gagnrýni, pistlum og umræðu. Umsjón: Bergsteinn Sigurðsson og Guðrún Sóley Gestsdóttir.
**20.05 Munaðarleysingjar í náttúrunni Nature's Miracle Orphans** Þegar dýr deyja frá afkvæmum sínum þarf að koma ungviðinu til bjargar. Í þessum þáttum hittum við unga munaðarleysingja í dýraríkinu og kynnumst fólkinu sem bjargar þeim.
**21.05** Paradís Paratiisi
**22.00** Tíufréttir
**22.15** Veður
**22.20 Menning í mótun Civilisations**
**23.15** Leif Ove Andsnes og Harmónían Leif Ove og Harmonien
**00.15** Dagskrárlok

## GOLFSTÖÐIN

**09.00 LPGA Tour 2020** Útsending frá CME Group Tour Championship.
**12.00 LPGA Tour 2020** Útsending frá CME Group Tour Championship.
**15.00 LPGA Tour 2020** Útsending frá CME Group Tour Championship.
**18.00 LPGA Tour 2020** Útsending frá CME Group Tour Championship.
**21.00 PGA Tour 2020** Útsending frá QBE Shootout.

## SJÓNVARP SÍMANS

**14.35** The Block
**15.55** Grease
**17.45** Love Happens
**19.30 Ilmurinn úr eldhúsinu** Íslensk þáttaröð þar sem fjórir ólíkir meistarakokkar matreiða sinn uppáhalds jólamat í eldhúsinu heima. Hver þeirra galdrar fram einn forrétt, aðalrétt og eftirrétt.
**20.00** The Block
**21.00** The Rookie
**21.50** MacGyver
**22.35** Snowfall
**23.20 Dragged Across Concrete** Þegar lögreglumennirnir Brett Ridgeman og Anthony Lurasetti eru sendir í sex mánaða launalaust „leyfi" fyrir að hafa gengið fullharkalega fram við síðustu handtöku ákveða þeir að gerast sjálfir ræningjar, enda hafa þeir bæði kunnáttuna og þekkinguna sem til þarf!
**01.55** The Good Fight
**02.40** Innan vi dör
**03.40 Why Women Kill** Dramatísk þáttaröð með gamansömu ívafi frá Marc Cherry höfundi Desperate Housewives.
**04.30** Síminn + Spotify

## RÚV RÁS EITT

**06.45** Morgunbæn og orð dagsins
**06.50** Morgunvaktin
**07.00** Fréttir
**07.30** Fréttayfirlit
**08.00** Morgunfréttir
**08.30** Fréttayfirlit
**09.00** Fréttir
**09.05** Segðu mér
**09.45** Morgunleikfimi
**10.00** Fréttir
**10.03** Veðurfregnir
**10.13** Flugur Allskonar jólatónlist
**11.00** Fréttir
**11.03** Mannlegi þátturinn
**12.00** Fréttir
**12.03** Hádegið
**12.20** Hádegisfréttir
**12.42** Hádegiðeftir fréttir
**13.00** Dánarfregnir
**13.02** Það sem skiptir máli
**13.05** Samfélagið
**14.00** Fréttir
**14.03** Til allra átta Sevdah, blús frá Bosníu
**15.00** Fréttir
**15.03** Orð um bækur
**16.00** Síðdegisfréttir
**16.05** Víðsjá
**17.00** Fréttir
**17.03** Lestin
**18.00** Spegillinn
**18.30** Krakkakiljan Jólakvæði
**18.50** Veðurfregnir
**18.53** Dánarfregnir
**19.00** Endurómur úr Evrópu
**20.35** Mannlegi þátturinn
**21.30** Kvöldsagan. Atómstöðin (11 af 17)
**22.00** Fréttir
**22.05** Veðurfregnir
**22.10** Samfélagið
**23.05** Lestin
**00.00** Fréttir
**00.05** Næturútvarp Rásar 1

## STÖÐ 2 BÍÓ

**10.10** The Upside
**12.10** My Cousin Vinny
**14.05** Road Less Travelled
**15.30** The Upside
**17.35** My Cousin Vinny
**19.30** Road Less Travelled
**21.00** The Lost City of Z
**23.15** Blood Money
**00.40** Death Wish
**02.25** The Lost City of Z

## STÖÐ 2

**08.00** The Middle
**08.25** God Friended Me
**09.05** Bold and the Beautiful
**09.25** Gilmore Girls
**10.05** The Goldbergs
**10.25** The Mindy Project
**10.50** Major Crimes
**11.30** Um land allt
**12.05** Jóladagatal Árna í Árdal
**12.35** Nágrannar
**12.55** Hið blómlega bú
**13.25** First Dates
**14.10** Grand Designs. Australia
**15.00** Allt úr engu
**15.25** Allt úr engu
**15.55** A Bride for Christmas
**17.35** Bold and the Beautiful
**18.00** Nágrannar
**18.26** Veður
**18.30** Fréttir Stöðvar 2
**18.50** Sportpakkinn
**18.55** Ísland í dag
**19.10** The Great British Bake Off. Christmas Special
**20.05** Lodgers For Codgers
**20.55** His Dark Materials
**21.55** Grey's Anatomy
**22.45** 60 Minutes
**23.35** S.W.A.T.
**00.15** Warrior
**01.05** Manifest
**01.45** Snatch
**02.30** Snatch
**03.10** Snatch
**03.55** The Middle
**04.15** Major Crimes

## STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

**08.00** Barnaefni
**20.00** Friends
**20.25** Friends
**20.55** Stelpurnar
**21.15** Schitt's Creek
**21.45** Divorce
**22.15** Game of Thrones
**23.05** Game of Thrones
**00.05** The Bold Type
**00.45** Slicon Valley
**01.15** Friends
**01.45** Friends
**02.10** Stelpurnar

## STÖÐ 2 SPORT

**09.00 Barcelona - Man. Utd.** Útsending frá úrslitaleiknum í Meistaradeild Evrópu árið 2009.
**10.40 Liverpool - Cardiff**
**13.05 FH - ÍBV**
**14.50 Valur - Fram**
**16.05 Valur - Fram. Leikur 3**
**17.30 Kvennalandsliðið í Kína** Íslenska kvennalandsliðið í fótbolta tók þátt í alþjóðlegu móti í Chongqing í Kína í október síðastliðnum. Íþróttadeild Stöðvar 2 fylgdi þeim hvert fótmál á meðan dvölinni stóð. Umsjónarmaður er Hjörtur Hjartarson.
**18.35 GS#9**
**19.40 Dominos Körfuboltakvöld**
**20.55 Valur - KR**
**22.40 Fram - Stjarnan**

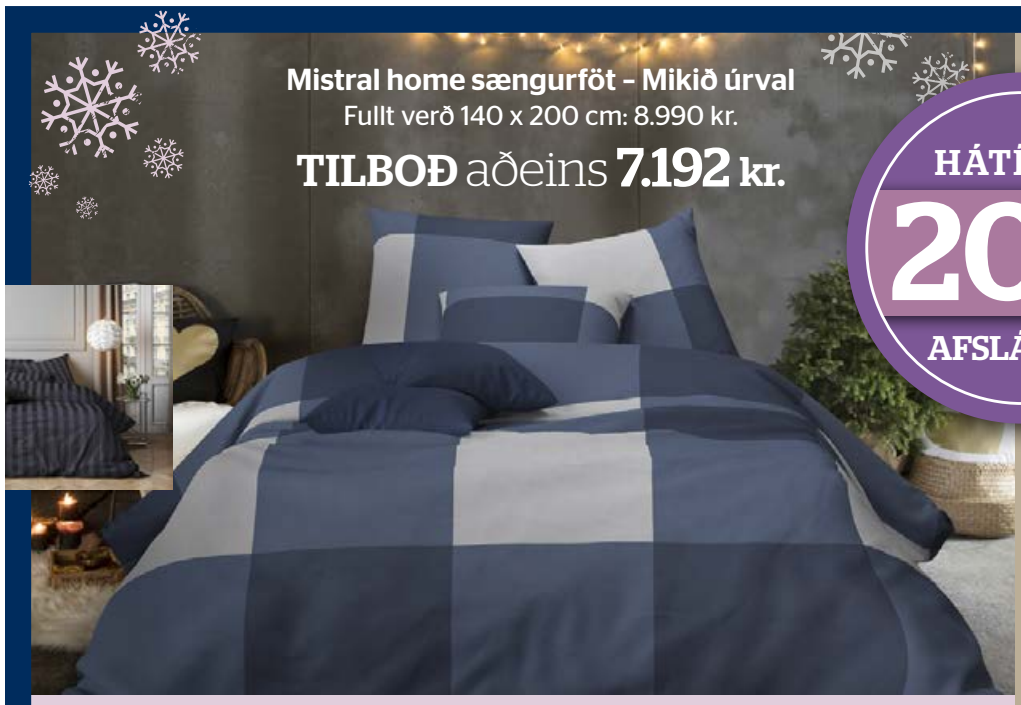
## STÖÐ 2 SPORT 2

**08.00** Celta Vigo - Alavés
**09.40** Benevento - Genoa
**11.20** Cagliari - Udinese
**13.00** Granada - Real Betis
**14.40** Cádiz - Getafe
**16.20** Lazio - Napoli
**18.00** MoraBanc Andorra - Movistar Estudiantes
**19.35** Football League Show
**20.00** Ítölsku mörkin
**20.50** Torino - Bologna
**22.35** Sassuolo - AC Milan
**00.15** Atalanta - Roma

## ÚTVARP

**FM 88,5** XA-Radíó
**FM 89,5** Retro
**FM 90,1** Rás 2
**FM 90,9** Gullbylgjan
**FM 93,5** Rás 1
**FM 95,7** FM957
**FM 96,3** FM Suðurland
**FM 96,7** Létt Bylgjan
**FM 97,7** X-ið
**FM 98,9** Bylgjan
**FM 99,4** Útvarp Saga
**FM 100,5** K100
**FM 102,9** Lindin





**Mistral home sængurföt – Mikið úrval**
Fullt verð 140 x 200 cm: 8.990 kr.
**TILBOÐ** aðeins **7.192 kr.**

HÁTÍÐAR 20% AFSLÁTTUR

## MISTRAL HOME sængurföt

Sængurfötin frá Mistral home eru úr bómullarsatíni, með vönduðum rennilás.
Þau eru ofin úr 300 gsm bómullarþræði sem tryggir frábæra endingu, viðkomu og mýkt.

## DORMA HOME sængurföt



**Sængurfötin frá Dorma Home eru ofin úr 300 gsm bómullarþræði sem gefur frábæra endingu, viðkomu og mýkt. Þau eru með OEKO-TEX® vottun um að þau séu framleidd án allra skaðlegra efna. Sængurfötin koma í nokkrum mismunandi mynstrum/litum og fást í 3 stærðum.**

OEKO-TEX®
CONFIDENCE IN TEXTILES
STANDARD 100
Tested for harmful substances.
www.oeko-tex.com/standard100

| Fullt verð | Fullt verð | Fullt verð |
|---|---|---|
| 140 x 200 cm: **9.990 kr.** | 140 x 220 cm: **11.990 kr.** | 140 x 200 cm: **16.990 kr.** |
| Aðeins: **7.992 kr.** | Aðeins: **9.592 kr.** | Aðeins: **13.592 kr.** |

## Dorma Luxury Ice heilsukoddi

HÁTÍÐAR 20% AFSLÁTTUR




Einstakt, kælandi áklæði umlykur Luxury Ice koddann. Þetta efni er sérhannað svo flæði lofts haldi öllum umframhita algerlega frá húð þinni, höfði og hálsi. Uppbygging/innra byrði koddans léttir á þrýstingi á þau svæði og veitir samfelldan og óraskaðan stuðning. Saman hjálpar þetta þér að upplifa þægindi og svefngæði sem þig hefur fram að þessu aðeins dreymt um.
Stærð: 65 x 48 x 16 cm.

**Fullt verð: 10.900 kr.**

Aðeins **8.720 kr.**

## Sealy Copper heilsukoddi

- Sveigjanlegur Visco koddi sem lagar sig að háls- og höfuðsvæði þínu og léttir á þrýstingi.
- Einstakt áklæði með kopartrefjum sem eru þekktar fyrir að stuðla að náttúrulegum vexti próteina í húðinni. Þetta mjúka, viðkomuþægilega koparáklæði vinnur gegn öldrun húðarinnar,
- Viscoefnið hefur örlitla nabba í uppbyggingu sinni sem skapa loftrými milli höfuðs og kodda til að veita virkt loftflæði yfir háls- og höfuðsvæði alla nóttina.
- Koparáklæðið má taka utan af koddanum og þvo í þvottavél.

Stærð: 60 x 40 x 13 cm.

**Fullt verð: 6.900 kr.**




Aðeins **5.520 kr.**

## Sealy Ultra Cooling heilsukoddi

- Sveigjanlegur Visco koddi sem lagar sig að háls- og höfuðsvæði og léttir þannig á þrýstingi.
- Einstakt áklæði með kælingu sem kemur í veg fyrir svita á háls- og höfuðsvæði.
- Kæliáklæðið má taka utan af koddanum og þvo í þvottavél
- Hentar best þeim sem sofa á hliðinni eða bakinu.

Stærð: 60 x 40 x 14 cm.

**Fullt verð: 9.900 kr.**




Aðeins **7.920 kr.**

## SIMBA HYBRID® dúnsæng með Outlast®



HÁTÍÐAR 20% AFSLÁTTUR

Frábær Simba dúnsæng með Outlast® efni á annarri hlið-inni. Outlast® efnið veitir einstaka hitajöfnun. Þegar líkaminn hitnar undir sænginni dregur efnið í sig umframhitann og viðheldur þannig jöfnum hita undir sænginni. 90% andadúnn og 10% smáfiður. Stærð: 135x200 cm. Outlast® efni á annarri hliðinni en hin úr bómull

**Fullt verð: 29.900 kr.**

SIMBA®

Aðeins **23.920 kr.**




HÁTÍÐAR 20% AFSLÁTTUR

**Frábært úrval af dúnvörum í hæsta gæðaflokki frá Quilts of Danmark og fleiri framleiðendum á 20% hátíðarafslætti**

MOOMIN™

**Allar MÚMÍN gjafavörur með 15% hátíðarafslætti**



**MÚMÍN SÆNGURFÖT**
Múmín sængurfötin samanstanda af sængurveri og koddaveri sem bæði eru með rennilás. Þau eru úr 100% lífrænni bómull.

Múmín sængurföt, 140x200 cm.
**Fullt verð: 9.900 kr.**
Hátíðarverð aðeins: **8.415 kr.**

**Opnunartími til allra verslana DORMA til jóla**
19. des. 11–18 | 20. des. 13–18 | 21. og 22. des. 11–20
Þorláksmessa 23. des. 11–22
Aðfangadagur 24. des. 10–13 (Lokað í Holtagörðum)

**Holtagörðum, Reykjavík**
512 6800
**Smáratorgi, Kópavogi**
512 6800

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

*Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Tilboðin gilda til 24. desember 2020 eða á meðan birgðir endast.*

DORMA

Láttu drauminn rætast

SMÁRATORG | HOLTAGARÐAR
AKUREYRI | ÍSAFJÖRÐUR

# Heima er best

## » Jólin 2020 «



Gerðu góð kaup i **verslunum** okkar eða á **dorma.is** og við **sendum** allar vörur **frítt**




Þú finnur jólabæklinginn á www.dorma.is

## LICATA
sófar og stólar

Glæsileg húsgagnalína. Sófar, stólar og skammel úr fallegu og slitsterku áklæði.





**LICATA**
tungusófi

Tungusófi í Kentucky koníaksbrúnu eða gráu áklæði. Hægri eða vinstri tunga. Svartir nettir járnfætur. Stærð: 265 x 164 x 82 cm

**Fullt verð: 224.900 kr.**

HÁTÍÐAR **15%** AFSLÁTTUR

Aðeins **191.165 kr.**

DORMA

Láttu drauminn rætast

LÍFIÐ 2020

# Líf í tuskunum á leiðinlegasta árinu

Fréttaannáll ársins 2020 hljómar álíka spennandi og kasúldinn og ódagsettur hnoðmör Fiskikóngsins þar sem af árinu leggur fúlan daun dauða og depurðar í skugga heimsfaraldursins. Eins og veruleikafirrtur stórlax á amfetamínsterum fer lífið þó alltaf á móti straumnum þannig að lífsfréttaannáll ársins er jafn bakkafullur og í góðæri.

Árið 2020 er óumdeilt versta og leiðinlegasta árið sem seinni tíma sögur fara af og því mætti ætla að lítið hafi verið að frétta annað en dauði og djöfull veirunnar í bland við belginginn í Trump.

En hún snýst nú samt, jörðin, og ljós og skuggar dönsuðu um óbærilega, léttleikandi tilveruna þar sem ríka og fræga fólkið hélt áfram að glansa, gera sig að fíflum, hlæja, gráta, elskast, lifa og deyja. Alveg eins og við hin, um leið og þau sáu okkur fyrir fréttunum sem allir lesa án þess endilega að gangast við því.

Meghan, þá hertogaynja af Sussex, og Harry, sem þá skreytti sig með nafnbótinni prins, voru áberandi í lífsfréttaannál síðasta árs þar sem hæst bar fæðingu frumburðarins, Archie.

Þau stimpluðu sig síðan hressilega inn í annál þessa árs strax í janúarbyrjun þegar þau settu Buckingham-höll og sjálfsagt hálfa heimsbyggðina á hvolf með yfirlýsingu um að þau ætluðu að slíta sig frá konungsfjölskyldunni, vinna fyrir sér sjálf og standa fjárhagslega sjálfstæð. 1. apríl var síðan formlegur Mexit-dagur og hjónin hafast nú við í Los Angeles þar sem þau una hag sínum ágætlega, þrátt fyrir nýlegan skandal sem tengist samningi þeirra við Netflix, sem ýfði heldur betur páfuglsfjaðrir nánustu ættinga Harrys með fjórðu seríu The Crown.



Meghan og Harry, nú óbreyttir borgarar með helling af friðindum, eru í öndvegi lífsfréttaannála annað árið í röð, enda greinilega áhugaverðasta fólkið í fjölskyldu sem heldur fyrirhafnarlítið vinsælum Netflix-þáttum gangandi þrátt fyrir meint genetísk leiðindi. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Þann 11. mars fékk skíthællinn Harvey Weinstein loks einhvers konar makleg málagjöld, eftir að #MeToo skall á honum af fullum þunga, þegar hann var dæmdur í 23 ára fangelsi fyrir nauðgun og kynferðislega áreitni. Dómnum var víða fagnað í Hollywood og hann græddi enga samúð á orðrómi um að hann hefði smitast af COVID-19 um þetta leyti.

### Leiðinlegt fólk í ljóma

Sigurganga The Crown hélt áfram á Netflix og æstust nú heldur betur leikar þar sem nú bættust Díana prinsessa, móðir Harrys, og skörungurinn Margaret Thatcher við persónugalleríið. Karli, sem verður kannski kóngur, föður Harrys og öðrum í fjölskyldunni er ekki skemmt og þess hefur verið krafist að Netflix slái áberandi varnagla um að þessir spennandi þættir um meint óáhugaverðasta fólk sögunnar, séu mikið til skáldskapur.

Netflix og aðrar streymisveitur gerðu óhjákvæmilega gott mót á árinu þar sem heimsbyggðinni var meira eða minna gert að hanga heima hjá sér og halda sig fjarri ókunnugum og þeim sem ekki rúmast í lítilli jólakúlu hvers og eins.

Fyrsti stórsigur ársins hjá efnisveitunni var heimildaþátturinn Tiger King: Murder, Mayhem and Madness, þar sem hvítt rusl og ómerkilegt skítapakk fékk sínar fimmtán mínútur af vafasamri frægð.

Óvæntasti sjónvarpssmellur ársins sprakk síðan út síðla árs þegar fólk, hálf sturlað af einangrun og inniveru, sökkti sér á kaf í The Queen´s Gambit og fékk í kjölfarið skákdellu.

Ekki var það síðan til að draga úr ánægjunni með þættina á Íslandi að sigurskák Friðriks Ólafssonar gegn heimsmeistaranum Mikhail Tal var meðal annars tefld í The Queen´s Gambit og brá örstutt fyrir í sjötta þætti, þar sem aðalpersónan Beth Harmon teflir hraðskáksfjöltefli við þrjá félaga sína.



Netflix-þættirnir The Queen´s Gambit slógu í gegn í samkomuhremmingunum og kölluðu skákdellu yfir heimsbyggðina.



Hermt er að Pedro Pascal, sem leikur The Mandalorian í samnefndum þáttum, sé að drepast í bakinu við að bera Star Wars einn á herðum sínum. Þættirnir héldu áfram að gera stormandi lukku og Disney hefur tilkynnt að á næstu árum megi eiga von á tíu nýjum Stjörnustríðsþáttum á streymisveitunni Disney+.



Konungsfjölskyldan er æf yfir hvernig The Crown afgreiðir hjónaband Díönu, prinsessu fólksins, og prinsins af Wales sem kemur heldur illa út.



Síðast þegar fréttist var villidýrabóndinn og tígurkóngurinn Joe Exotic í fangelsi, en óneitanlega huggun gegn ýmsum harmi að til stendur að Nicholas Cage leiki hann í þáttum byggðum á ruglinu í kringum hann.



Johnny Depp fór sneypuför fyrir breska dómstóla þar sem hann höfðaði meiðyrðamál gegn götublaðinu The Sun, fyrir að hafa eftir Amber Heard að hann sé heimilisofbeldismaður, en ásakanir hafa gengið á víxl milli hjónanna fyrrverandi undanfarin misseri. Sýknudómurinn yfir The Sun hafði strax þau áhrif að Warner Bros. bað leikarann um að segja skilið við myndabálkinn Fantastic Beasts. Hann heldur þó launum sínum fyrir þriðju myndina sem hann mun ekki leika í, en Daninn Mads Mikkelsen mun leysa hann af.

Þá þótti skáksérfræðingi Fréttablaðsins ástæða til þess að hafa orð á því að þættirnir slógu á þá lífseigu klisju að skákmenn séu eingöngu einhverjir furðufuglar. „Ég myndi skjóta á að sjö prósent skákmanna væru á einhverju rófi, 15 prósent félagslega bældir einfarar og kannski í mesta lagi fjögur prósent tjörugeðveikir. Það þýðir að 74 prósent skákmanna eru fullkomlega eðlilegt fólk og því er komið til skila í þáttunum," sagði Björn Þorfinnsson í umfjöllun sinni um þættina.

### Sníkjudýr í Hollywood

Kvikmyndabransinn náði að halda Óskarsverðlaunaárshátíð sína í febrúar rétt áður en COVID-19 sló bransann bylmingshöggi, þegar kvikmyndahúsum um víða veröld var lokað og frumsýningum stórmynda á borð við James Bond-myndarinnar No Time To Die, Dune og Black Widow var slegið á frest. Bond átti að byrja í apríl 2020 en vonir standa nú til þess að myndin komi í bíó í þeim mánuði 2021.

Ýmis undur og stórmerki gerðust á annars heldur dæmigerðri verðlaunahátíðinni þar sem hæst bar að myndin Parasite frá Suður-Kóreu sópaði til sín helstu verðlaunum, meðal annars sem besta myndin.



# HERA BJÖRK
# ILMUR AF JÓLUM

STREYMIR Í STOFUR LANDSMANNA
SUNNUDAGINN 20. DESEMBER KL. 20:00

**MIÐAVERÐ 2500 KR.**
Miðasala: Herabjork.com

Gá
Stofnað 1968

# LÍFIÐ 2020



**Herra Kim Kardashian, Kanye West, var í ruglinu meira eða minna allt árið og tókst með ýmsum undarlegum uppátækjum að skyggja jafnvel á eiginkonuna, sem hefur einstakt lag á að fanga sviðsljósið. Kanye toppaði um miðjan júlí þegar hann lýsti yfir framboði til embættis forseta Bandaríkjanna undir merkjum Afmælisflokksins. Við tók slíkur fjölmiðlasirkus að óttast var um geðheilsu Kanye og að lokum staðfesti Kim að hann væri með geðhvörf. Minna hefur farið fyrir tónlistarmanninum undir lok ársins og já, Joe Biden er víst næsti forseti Bandaríkjanna.**

Leikstjórinn Bong Joon Ho var þarna sagður geta reynst mikill múrbrjótur og það boðaði miklar breytingar í Hollywood að honum hafi tekist að smygla Sníkjudýrum sínum inn í bandaríska þjóðarsál.

### Veiran leikur lausum hala

Skömmu síðar slapp önnur og öllu verri padda frá Wuhan laus og mun óumdeilanlega hafa varanleg áhrif á framleiðslu og dreifingu kvikmynda.

Kórónaveiran fer ekki frekar en aðrir sjúkdómar í manngreinarálit, eins og fræga fólkið í Hollywood hefur mátt reyna á eigin skinni.

Fyrstu mánuði ársins var annars fólk í Los Angeles ekkert frekar en í Reykjavík að gera of mikið með pestina frá Kína, en það átti heldur betur eftir að breytast og í heimi fræga fólksins hrökk fólk upp við vondan draum 11. mars, þegar leikarinn Tom Hanks, laus við alla smitskömm, tilkynnti að hann og konan hans, Rita Wilson, hefðu greinst með COVID-19 þegar þau voru í Ástralíu.

Fleiri stjörnur fylgdu í kjölfarið á næstu mánuðum og greindu frá smiti. Þar á meðal voru Idris Elba, Madonna og Pink.



**Rita Wilson og Tom Hanks voru með þeim fyrstu í Hollywood til að upplýsa um COVID-smit.**

Breska konungsfjölskyldan lét svo þau boð út ganga undir lok marsmánaðar að Karl prins hefði smitast og væri í sjálfskipaðri einangrun í Skotlandi.

Nokkru síðar spurðist út að Vilhjálmur prins, sonur Karls og bróðir almúgamannsins Harrys, hefði smitast um svipað leyti og faðir hans, en hafi kosið að halda veikindum sínum leyndum.

### Black Lives Matter

Þann 25. maí myrti hvítur lögreglumaður George Floyd með fádæma fantaskap og fúlmennsku. Myndbandsupptökur af morðinu fóru sem eldur í sinu um gervöll Bandaríkin og þaðan út um allan heim. Fólki var nóg boðið og krafa #BlackLivesMatter-hreyfingarinnar um sjálfsögð mannréttindi þeldökkra bergmálaði um víða veröld.

Margar stórstjörnur í Hollywood blönduðu sér í baráttuna gegn lögregluofbeldi og rótgrónu kynþáttamisréttinu í Bandaríkjunum. Jamie Foxx, Ben Affleck, Kristen Stewart, Emily Ratajkowski, Brad Pitt og fleiri tóku vikum saman þátt í friðsamlegum mótmælum í Los Angeles og New York.



**Nýr kafli í langri sorgarsögu Britneyjar Spears hófst á þessu ári þegar söngkonan gerði tilraun til þess að brjótast undan ofríki föður síns á þeim forsendum að hún treysti honum ekki. Pabbi hennar hefur í tólf ár stjórnað fjármálum hennar og í raun öllu hennar lífi, en nú finnst #FreeBritney-hreyfingunni nóg komið og krefst þess að Jamie Spears gefi dóttur sinni fullt frelsi. Sjálf segist hún ekki ætla að troða upp á meðan faðir hennar stjórni öllum hennar málum.** FRÉTTABLAÐIÐ/ GETTY



**Brad Pitt var virkur í Black Lives Matter-mótmælunum.**

Aðrir tjáðu sig með ýmsum hætti í fjöl- og samfélagsmiðlum og þannig keypti JAY-Z heilsíðuauglýsingar í dagblöðum vítt og breitt um Bandaríkin til þess að heiðra minningu George Floyd og Ashton Kutcher útskýrði Black Lives Matter í tilfinningaþrungnum skilaboðum á Instagram.

toti@frettabladid.is

POTTARNIR OKKAR ERU MÆTTIR
Heitir & Kaldir
Til sýnis í verslun okkar Dekkor

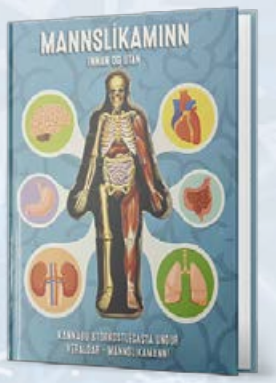



Einstaklega vandaðir viðarpottar sem hægt er að nota sem heitann & kaldann pott.
Tröppur og lok fylgja með!

Tvær stærðir í boði 160x160cm & 120x120cm
Verð Frá 148.000 kr

Ögurhvarf 2 www.dekkor.is 846 4444

# ENGIN JÓL ÁN BÓKA




**Mannslíkaminn innan og utan**
Fræðumst um mannslíkamann og starfssemi hans á skýran og greinargóðan hátt. Síðurnar eru útskornar!
Á hverri opnu sem er útskorin er helstu líffærum gerð skil í myndum og máli og skýrt út hvert hlutverk þeirra er og hvar þau eru staðsett í líkamanum.

2.499 kr.




**Una prjónabók**
Una prjónabók er samstarfsverkefni vinkvennanna Sjafnar og Sölku Sólar. Sjöfn hefur prjónað allt sitt líf en Salka tók fyrst upp prjónana fyrir um ári. Þær ákváðu að prjóna saman eina flík, sem varð að heilli línu – sem varð svo að þessari fallegu bók.

3.899 kr.




**Krakkalögin okkar**
Bókaflokkurinn Tónbækurnar okkar með fallegum undirleik snillingsins Jóns Ólafssonar og dásamlegum myndskreytingum Úlfs Logasonar hafa fengið lofsamlegar viðtökur hjá börnunum á undanförnum árum.

3.799 kr.




**Gljúfrabúar og giljadísir: Eyfirskir fossar**
Þessi glæsilega ljósmyndabók, sem er hvort tveggja á íslensku og ensku, sýnir okkur eyfirska fossa og ýmsar hugleiðingar um þá sem og lífið og tilveruna.
Fegurðin er nærri og aðgengilegri en okkur grunar.

4.298 kr.




**Bærinn sem hvarf: Í ösku og eldi 1362**
Í brennidepli er miðaldabýlið Bær í Öræfum sem fór í eyði á augnabliki árið 1362 þegar Öræfajökull gaus sínu stóra gosi. Gosið var af sama meiði og gosið í Vesúvíusi árið 79 e.Kr. en það eyddi Pompei og fleiri borgum á Ítalíu.

4.599 kr.




**Stóra ógeðsbókin um hor**
Sneysafull bók af gagnlegum og gagnlausum upplýsingum um hor.
Er hættulegt að borða hor?
Inniheldur það næringu?
Hvaða tilgangi þjónar horið?
Segir liturinn á horinu eitthvað um heilsu okkar?
Frábær skemmtun!

1.799 kr.




**Tommi klúður – Mistök voru gerð**
Tommi rekur einkaspæjarafyrirtækið Algert Klúður með viðskiptafélaga sínum.
Hann er, að eigin sögn, stofnandi, forstjóri og framkvæmdastjóri bestu spæjarastofu í bænum – já og sennilega á öllu landinu!

2.899 kr.




**Orri óstöðvandi: Bókin hennar Möggu Messi**
Kæri lesandi,
Þá er bókin hennar Möggu Messi loksins tilbúin og hún er ekkert annað en stórkostleg.

2.499 kr.




**Öflugir strákar: Trúðu á sjálfan þig**
Þessi skemmtilega uppsetta sjálfstyrkingarbók er byggð á hinu sívinsæla námskeiði Öflugir strákar og fjallar um það hvernig þú getur eflt sjálfan þig.
Bókin kennir þér meðal annars hvernig þú getur verið ánægðari með þig og öðlast meira sjálfstraust.

2.499 kr.




**Fótbolti – Meistarataktar**
Viltu ná stjórn á boltanum eins og Kylian Mbappé, fara framhjá andstæðingunum eins og Lionel Messi, tækla eins og Lucy Bronze eða verja óverjandi skot eins og Alisson Becker?
Þessi bók getur hjálpað þér að ná tökum á meistaratöktum bestu leikmanna heims!

4.289 kr.

**Gildistími:** 19.– 20. desember

## JÓLAINNKAUPIN

hafa aldrei verið eins leikandi létt.
Þú færð jólabækurnar á **netto.is**

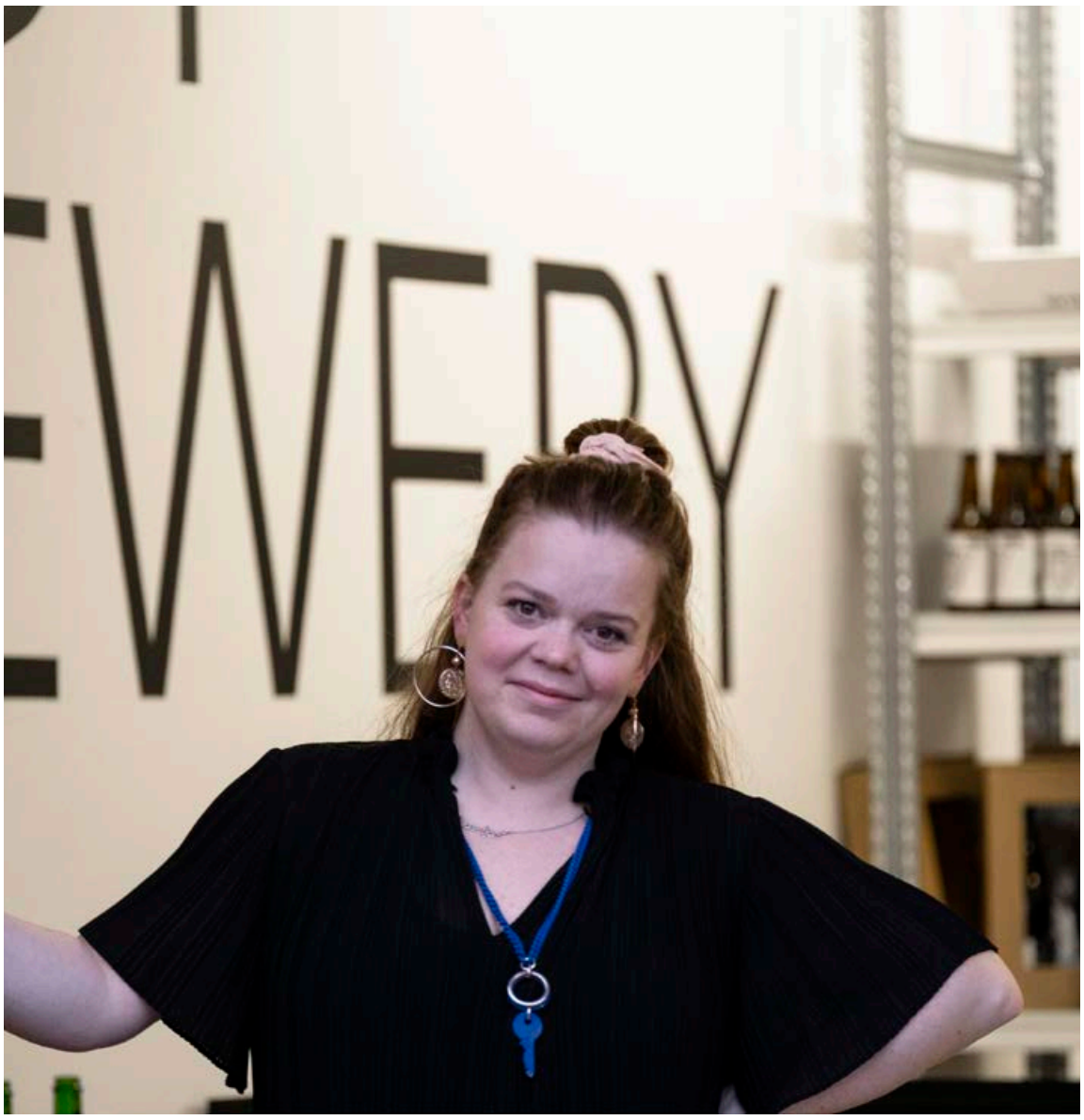
Með því að nýta þér netverslun Nettó sparar þú þér tíma í jólaamstrinu.
Nýttu tímann frekar í að lesa góða bók.

nettó

**Lægra verð – léttari innkaup**





Þórey hlakkar til að bjóða upp á tilraunaeldhús þar sem gestir geta smakkað vörur brugghússins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# Kvenrekið brugghús stofnar leyniklúbb

**Þórey Björk** stofnaði brugghúsið Lady Brewery fyrir þremur árum. Nú stendur til að færa út kvíarnar, bjóða upp á tilraunaeldhús og leyniklúbb. Söfnun fyrir framkvæmdunum stendur yfir.

Á miðnætti á mánudaginn lýkur söfnun Lady Brewery, sem er kvenrekið farand kraft-brugghús, á Karolina Fund. Lady Brewery var stofnað af Þóreyju Björk Halldórsdóttur.

„Ég stofnaði Lady Brewery 2017 með vinkonum sem nú hafa gengið á vit annarra ævintýra. Fyrsti hittingur var á nýja árinu á Sæmundi í sparifötunum, þar sem við fengum okkur bjór og plönuðum þetta nýja áhugamál. Nafnið Lady Brewery kom strax og engin man hvernig það kom til en varð strax borðleggjandi. Við brugguðum á hverjum miðvikudegi í rúma meðgöngu eða níu mánuði og var fyrsti bjórinn sem við brugguðum First Lady, sem er í dag einkennisbjór Lady," segir Þórey. Fyrsta rennsli af First Lady á krana varð svo á eigin kranakerfi á Hlemmi Squere 10. október sama ár.

### Bjór og femínismi

*Hafði lengi blundað í ykkur sá draumur að stofna bruggsmiðju?*

„Nei, þetta gerðist mjög organískt og í raun út frá áhuga á brögðum, göldrum, mat og drykk. Ég uppgötvaði handverksbjór í mánaðardvöl minni í Belgíu 2013. Það er svo ekki fyrr en við byrjuðum áhugamálið, sem átti svo sannarlega bara að vera áhugamál, að þá kviknaði draumurinn um að stofna brugghús þar sem áherslur væru femínískar og bjór settur í aðeins annað samhengi en það sem hann hefur verið í til þessa. Við ákváðum að taka þetta út frá konum, að markaðssetja frá hönnunartengdu sjónarhorni og leitast eftir því að vinna mikið með skapandi fólki. Ég er hönnuður og rek einnig skapandi vinnustofu með manninum mínum sem er einmitt mikill femínisti og gerir alla grafík fyrir Lady, þannig að landið lá dálítið vel þegar það kom að ímynd og útliti fyrirtækisins."

*Er samfélag áhugakvenna um bjór sterkt hérlendis?*

„Það eru til samtök kvenna í bjór sem við stofnuðum ásamt öllum þeim konum sem koma að bruggi á Íslandi og heitir því flotta nafni KONA. Það eru líka til áhugafélög kvenna um bjór og svo eru alltaf að detta inn fleiri og fleiri konur sem nota vettvang eins og hlaðvarp eða samfélagsmiðla til að smakka, dæma, tala, hlæja og hafa gaman af bjór," segir hún.

### Skýrari mynd

Þórey segir lengi hafa staðið til að opna dyrnar og setja upp nokkurs konar tilraunaeldhús.

„COVID-ástandið gaf okkur skýrari mynd á það hvernig við vildum fara að því og setja það upp. Við erum að hefjast handa við það skemmtilega verkefni að rannsaka íslenska náttúru í bjórgerð og viljum því opna svokallað tilraunaeldhús, sem verður hjartað í Lady-hreyfingunni. Þá ætlum við að stofna leyniklúbb. Meðlimir hans geta komið í tilraunaeldhúsið og smakkað prufur og haft skoðun á því sem við erum að gera. Í leyniklúbbnum færðu alls kyns fríðindi og bjór í áskrift, við komum til með að gera ýmiss konar viðburði tengda mat, hönnun, dansi og göldrum. Síðan ætlum við að útbúa „growler"-stöð þar sem félagsmenn geta komið og fyllt á flöskur til að taka með sér ískaldan og glænýjan bjór í partíið."

Í tilraunaeldhúsinu verður hægt að smakka og máta hvernig bjórinn fer með ákveðnum mat.

„Við munum brugga litlar prufulagnir, leyfa meðlimum klúbbsins að sjá þannig hvað er vinsælt og myndi vera flott í framleiðslu. Þarna geta allir vera með rödd og skoðun," segir hún.

### Spennandi samstarf

Gerist maður meðlimur í leyniklúbbnum fær maður sendar heim vörur frá Lady Brewery mánaðarlega.

„Svo vorum við að gera stóran samning við ofsalega flott fyrirtæki sem er að koma inn á íslenskan markað og vill að við gerum fyrir þau sérstakan bjór sem við erum að farast úr spenningi yfir. Við erum að taka stóran hönnunarsnúning á það verkefni.

Svo erum við að plana sumarið okkar með það í huga að viðvera fólks geti verið meiri en hún var á þessu ári, við bindum vonir við það að geta loksins fengið fólk til okkar."

Hægt er að leggja söfnuninni lið á karolinafund.com.

steingerdur@frettabladid.is

# HUMAR



## NÓG TIL
## 7 STÆRÐIR

## HUMARSOÐ




## HUMARSÚPA




**OPIÐ**
**LAUGARDAG**
**10-17**



Fiskikóngurinn

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1
Sími 555 2800



## Lífið í vikunni
13.12.20-
19.12.20



### ANDSPÆNIS SKRÍMSLUM

Frændurnir Þrándur Þórarinsson listmálari og Hugleikur Dagsson, myndasögumaður með meiru, fögnuðu útgáfu listaverkabókarinnar Andspænis þar sem verkin á samnefndri samsýningu þeirra eru prentuð. „Við erum bara rosalega sáttir við útkomuna og erum frekar montnir af þessu. Þetta er bara svo mikilfengleg og „klassí“ bók,“ sagði Hulli í vikunni.

### LISTASENDINGAR



Listahátíð í Reykjavík býður fólki upp á að senda vinum og vandamönnum listagjöf um helgina. Viðtakandi fær þá heimsendan tíu mínútna flutning á verki; söng, dansi, ljóðalestri eða leik. Vigdís Jakobsdóttir, listrænn stjórnandi Listahátíðar, segir þetta frábæra leið til að styðja listafólk í verki í kófinu.



### BÍÓJÓLUNUM BJARGAÐ

Bióin á Íslandi ætla ekki að láta veirufaraldurinn drepa rótgróna jólamyndahefðina og ofurhetjan Díana Prince er mætt til að efla sprittuðum bíógestum djörfung og dug með langþráðri frumsýningu stórmyndarinnar Wonder Woman 1984.



### SKUGGI TRUMPS OG COVID

Mikael Kaaber og Berglind Alda Ástþórsdóttir stýra Krakkaskaupi sem RÚV sýnir 30. desember. Þau stóðu frammi fyrir verðugri áskorun þegar kom að því að pakka ári COVID og Trumps í gleðibúning fyrir yngstu kynslóð landsins.

BOSS HUGO BOSS KENZO PARIS LACOSTE

LÚXUS BAÐSLOPPAR
TILVALIN JÓLAGJÖF










Frá 19.120 kr. JÓLATILBOÐ

Fullt verð frá: 23.900 kr.

FAXAFENI 5 Reykjavík 588 8477
DALSBRAUT 1 Akureyri 588 1100
SKEIÐI 1 Ísafirði 456 4566

Betra BAK



Power Paladin þegar tónleikar voru til. Á sviði er mun praktískara að hafa buxurnar stuttar en úr leðri. MYND/AÐSEND

# Hægeldað hetjurokk

Hetjurokkararnir í **Power Paladin** gáfu nýlega út lagið Kraven the Hunter sem er nasaþefur af væntanlegri frumraun sveitarinnar.

Kraftmetalhljómsveitin Power Paladin gaf á dögunum út lagið Kraven the Hunter. Það gefur nasaþefinn af fyrstu plötu sveitarinnar sem hét upprunalega einfaldlega Paladin.

„Þegar við stofnuðum bandið tékkuðum við hvort það væri til hljómsveit sem héti Paladin, og það var ekki,“ segir Kristleifur Þorleifsson, bassaleikari sveitarinnar. „Svo þegar við vorum að fara að gefa út plötuna var komið eitthvert amerískt band frá Atlanta sem var að meika það með svipaðri tónlist og við.“

Rétt eins og með Hálendinginn getur aðeins verið einn Paladin svo Power var skeytt fyrir framan. „Lán í óláni, eiginlega. Það er miklu meiri kraftur í þessu,“ segir Bjarni Egill Ögmundsson hljómborðsleikari.

**Síðbúinn Sykurmoli**

Kraven the Hunter var framlag sveitarinnar til Sykurmolans, tónlistarkeppni X-ins 977, sem er ekki enn lokið þótt niðurstaða dómnefndar hafi átt að liggja fyrir í byrjun desember. Dómnefndin virðist ekki hafa getið komið sér saman um sigurvegara og ákvörðunin er nú komin í dóm almennings.

„Kynnarnir fara alltaf að hlæja þegar þeir kynna okkur, sem við túlkum bara jákvætt. Ég skil samt ekki alveg hvernig er verið að mæla þetta,“ segir Kristleifur og fær í kjölfarið útskýringar á óhefðbundnum könnunum frá Bjarna.

**Klósettið og kosmósið**

Fyrir styttra komna myndasögulesendur vísar heiti lagsins til lítt þekkts andstæðings Köngulóarmannsins, veiðimannsins Kraven. Textar og myndskreytingar sveitarinnar eru fantasíuslegin svo aðkoma þorparans stingur aðeins í stúf.

Spurður hvaðan hljómsveitin dragi innblástur sinn svarar Bjarni: „Upp úr klósettinu. Nei, ég veit það ekki, þetta úr alls konar áttum. Lög plötunnar sækja meðal annars heiti sín í bókina Way of Kings og kvikmyndina the Dark Crystal. Ég held svo að Kraven hafi bara komið til okkar úr kosmósinu.“

Yfirgengilegur og gegnumgangandi söguþráður hefur lengi loðað við kraftmetalsveitir og segir Kristleifur að allt sé þetta hluti af stærri heildarmynd sem þeir leggi mikla natni við. „Þetta er allt gert fyrir aðdáendurna og lengra komna.“

**Mixað undir feldi**

Þrátt fyrir að sveitin hafi líkt og flestir aðrir legið undir vel sprittuðum feldi undanfarna mánuði hefur kófið haft jákvæð áhrif á bandið. „Heimsfaraldur er náttúrulega mest metal af öllu,“ segir Bjarni.

Sveitin nýtti tækifærið til að vinna í plötunni sem hafði verið ansi lengi í fæðingu. „COVID var ekki skollið á þegar ég var búinn að taka upp allt mitt,“ segir Kristleifur. Plötuna segja strákarnir væntanlega á næstu vikum, en allt fari það eftir Spotify. „Það getur tekið langan tíma að bíða eftir samþykki frá þeim,“ segir Einar Karl Júlíusson trommari. „Ef þetta dregst eitthvað þá kennum við þeim um.“

**Demantsbumba**

Útgáfuhóf eru ekki vinsæl um þessar mundir en sveitin stefnir ótrauð á að fagna þegar betur viðrar lýðheilsulega. „Við höldum pottþétt partí þegar COVID er búið, hvort sem það er í vor, sumar eða 2024,“ segir Kristleifur.

Þá er sviðsframkoma sveitarinnar ekki það eina sem dregur að, en trommarinn Einar Karl fer venjulega úr að ofan fyrir miðja sýningu til að sefa tryllta áhorfendur. Hann segist ekki alveg skilja hefðina sjálfur.

„Ég veit ekki hvernig þetta byrjaði en þetta hefur fylgt okkur,“ segir Einar Karl. „Ég held að þetta sé vinum okkar að kenna.“ Kristleifur segir sveitina lítið þurfa að passa upp á kroppinn á trommaranum því vaxandi bumba sé bara betri. „Þetta er soldið eins og að snúa demanti – maður fær nýja sýn á hann, sem er ekkert betri eða verri þannig.“

„Þetta hvetur mig allavega til að halda mér í formi,“ segir Einar Karl vongóður. **arnartomas@frettabladid.is**

**SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson, *hlynur@frettabladid.is* , Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*

KONFEKTÚTGÁFA

NÓI SÍRÍUS

# Sirius

# Pralín súkkulaði

## MEÐ NÚGGAT & KRISP FYLLINGU




## Himneskt að smakka

**Átt þú eftir að smakka nýja Síríus rjómasúkkulaðið með núggat og krisp fyllingu? Einn af þínum uppáhalds Nóa konfektmolum í ómótstæðilegu súkkulaðistykki.**

NÓA Konfekt

cocoa HORIZONS

BYKO

# Allar jólavörur 20% afslættur

***Jólaskraut, gervitré, Lemax vörur, jólaseríur og -ljós*** *(*ekki lifandi jólatré)*

## Öll leikföng 20% afsláttur



## Stadler Form

**Tilboðsverð**

**Loftræsti- og Rakatæki**




Tvö tæki í einu: Náttúrlegur rakagjafi, þvær einnig loftið („airwasher"). Hreinsar loftið og stuðlar að góðri heilsu. Eyðir ólykt, ryki, svifryki, bakteríum, veirum, frjókornum og öðrum örverum í híbýlum okkar Hljóð: 27 til 48 dB.

**29.396**

SFG005

Almennt verð: 41.995

30% afsláttur

Hreinsar loftið

## Hjá okkur fæst íslensk sígræn Stafafura frá Skógræktinni

***Umhverfisvænni kostur*** en innflutt tré. Að minnsta kosti 10 tré eru ræktuð í stað hvers trés sem fellt er sem jólatré.

Stafafura er vinsælasta íslenska jólatréð og er einstaklega barrheldin og ilmandi.

**Stafafura**
*100-150 cm*
**4.650 kr.**

**Stafafura**
*151-200 cm*
**8.950 kr.**

Fæst í öllum verslunum BYKO

skógræktin

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

**Verslaðu á netinu** á byko.is

BOSCH

20% afsláttur

Tilboðsverð

## Kaffivél

Hvít 1200W kaffivél. Aroma kanna með verndað gler fyrir 10/15 bolla (1,25L).

**10.295**

65742035

Almennt verð: 12.895



19% afsláttur

BOSCH

Tilboðsverð

## Matvinnsluvél

800 W, tætir, þeytir, rífur og sker.

**12.895**

MCM3110W

Almennt verð: 15.895



BOSCH

22% afsláttur

Tilboðsverð

## Hraðsuðuketill

ekur 1,7 L. Einstaklega hröð og orkusparneytin. Er fær um að hita mjög lítið magn af vatni. Sparar tíma og orku.

**7.795**

65742059

Almennt verð: 9.995



BOSCH

21% afsláttur

Tilboðsverð

## Ryksuga

Lítil og nett en öflug. „HiSpin" -mótor: Ný tækni sem skilar hámarks-fköstum með lágmarksorkunotkun. Hljóð: 80 dB.

**17.895**

65742056

Almennt verð: 22.895



BOSCH

Tilboðsverð

## Brauðrist

stál 1090W fyrir tvær brauðsneiðar. Rafeindaskynjari tryggir jafna ristun fyrir þunnar sem þykkar sneiðar.

**9.695**

65742038

Almennt verð: 12.495

22% afsláttur



BOSCH

35% afsláttur

Tilboðsverð

## Safapressa

Pressar bæði ávexti og grænmeti. Kanna tekur 1,25 lítra og skilur froðu frá

**18.895**

MES25A0

Almennt verð: 28.895



BOSCH

22% afsláttur



Tilboðsverð

## Hrærivél

500w hrærivél með skál úr stáli. Hrærir, hnoðar og þeytir.

**19.418**

MUM4407

Almennt verð: 24.895



Tilboðsverð

Russell Hobbs

## Samlokugrill

Samlokugrill með burstuðu stáli og viðloðunarfríum plötum, auðvelt að þrífa.

**6.076**

65103783

Almennt verð: 7.595

20% afsláttur



BOSCH

22% afsláttur

Tilboðsverð

## Handþeytari

með öflugum og léttum mótor. Handfang með þægilegu gripi sem passar vel í báðar hendur. Tveir hrærispaðar og tveir hnoðkrókar.

**7.395**

MFQ24200

Almennt verð: 9.495



Russell Hobbs

Tilboðsverð

## Gufubursti

Gufuburstinn hentar vel fyrir jakkaföt, dragtir, skyrtur og blússur. Á burstanum er 260ml vatnstankur og auðvelt er að fylla á vatnið. Burstinn er aðeins 45sek að hitna.

**14.396**

65103781

Almennt verð: 17.995

20% afsláttur



DOMO

Tilboðsverð

## Ryksuguvélmenni

Sjálfvirkt ryksuguvélmenni með 9 skynjara. Tekur allt að 90 mínútur að hlaðast. Hægt að stilla þrif viku fram í tímann. Ryksugan tekur allt að hálfan líter af ryki og er auðvelt að hreinsa.

**31.996**

65740141

Almennt verð: 39.995

20% afsláttur

Frábært verð!



# Við höfum bætt fleiri vörum í jólagjafa-handbókina

Þú finnur hana á byko.is




BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

# FRÉTTABLAÐIÐ

550 5000

**RITSTJÓRN** ritstjorn@frettabladid.is

**AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is

**PRENTUN** Torg ehf.

**DREIFING** Póstdreifing ehf. dreifing@postdreifing.is



Verslun í Kringlunni

JOE BOXER

joeboxer.is


**BAKÞANKAR**



Óttars Guðmundssonar

## Jólakvíði

Ég hef oft fjallað um jólakvíðann sem læsir klóm sínum í þjóðina á þessum árstíma. Jólin hafa skollið á af fullum þunga með öllum sínum væntingum og kröfum og margir kiknað undan álaginu. Flestallir landsmenn tóku þátt í keppninni um fullkomið helgihald með fallega skreyttu íslensku grenitré, rjúpum, messu og glöðum börnum á bókajólum. Nágrannar kepptu í útiskreytingum. Menn átu skötu með tólg á Þorlák með dönskum jólabjór og ákavíti. Jólasveinar úr íslensku þjóðtrúnni ásamt vinnufélögum sínum frá kóka kóla gengu af göflunum af gleði. Rithöfundar lásu upp úr öllum fimm stjörnu bókunum sínum. Jólatónleikar á hverjum degi á aðventunni. Enginn fór í jólaköttinn enda keyptu sér allir nýja flík fyrir jólaboðin.

Nú er öldin önnur á þessum pestartímum.

Ekkert ber á jólastressi. Enginn gerir lengur kröfu um fullkomin jól. Það er allt í lagi að fresta hreingerningum, kökubakstri og jólagjafainnkaupum til vors. Yfirvöld banna bæði jólaboð og ferðalög milli landshluta mörgum til mikils léttis. Gamla fólkinu verður ekki hleypt út af elliheimilum svo að ekki þarf að hafa áhyggjur af afa og ömmu. Engir venjulegir jólatónleikar í Hörpu. Fjöldatakmarkanir í verslunum þýðir að jólapökkum fækkar undir gervijólatrénu. Enginn fer til Tene og jólasveinar eru atvinnulausir, pirraðir og þunglyndir. Messur og allar gestakomur falla niður svo að margir munu klæðast gömlum náttfötum yfir öll jólin. Engir ferðamenn verða á landinu um áramótin svo að menn þurfa ekki að skjóta upp flugeldum. Brennur verða bannaðar. Þjóðin getur hlakkað til stresslausra jóla og áramóta í boði kóvíð og sóttvarnayfirvalda. Gleðileg hvíldar- og letijól!


Beint í bílinn úr lúgunni

Kvikk ON THE GO | ORKAN

Vínkælar
Fyrir heimilið
FRÁBÆRT ÚRVAL



BAKO ÍSBERG
ELDHÚS ALLRA LANDSMANNA
Höfðabakka 9, 110 Reykjavík



© Inter IKEA Systems B.V. 2020



**2.490,-**

**KONCIS** steikarfat með grind



**FANTAST**
kjöthitamælir/tímastillir
**1.090,-**



**SANDVIVA**
ofnhanski
**545,-**



**BEVARA**
pokaklemmur
**345,-/30 í setti**



**795,-/17 í setti**

**PRUTA** matarílát

# Ilmurinn úr eldhúsinu ...

Auðveldaðu matarveisluna með góðum áhöldum og ílátum. Með réttum búnaði getur það verið hrein unun að elda veislumat. Ef afgangarnir eru vel varðveittir í góðum matarílátum getur þú tekið þér frí frá eldamennskunni næstu daga eða leyst veislugestina út með bragðgóðum gjöfum. Í IKEA fæst úrval af vönduðum eldhúsáhöldum, pottum og pönnum og sniðug matarílát í öllum stærðum og gerðum. Líttu við, við tökum vel á móti þér!

**OUMBÄRLIG**
wok-panna
**4.490,-**





**3.290,-**

**VÖRDA** steikargaffall og steikarhnífur



**895,-**

**IKEA 365+** matarílát með loki 1,2l
**IKEA 365+** matarílát með loki 750ml **295,-**



**IKEA 365+** matarílát með loki 1,2l **995,-**

**IKEA 365+** matarílát með loki 1,8l **1.295,-**

**RÖRT** skeið
**275,-**



**RÖRT** gaffall **275,-**



**RINNIG**
diskaþurrkur
**445,-/4 í setti**



**OUMBÄRLIG**
pottur með loki 5l
**2.990,-**

**OUMBÄRLIG**
pottasett
**9.490,-/7 í setti**





**ISTAD**
margnota pokar
**345,-/60 í setti**



**KONCIS**
þeytari
**445,-**

**Jólatré í hæsta gæðaflokki í stærðum H80-225cm!**



**5.490,-**

**Jólatré, norðmannsþinur**
H150-175cm

**TILBOÐ**
**Bragðmikið jólasett**
**995,-/3 í setti**

**VINTERSAGA**
glögg, kryddaður ávaxtadrykkur



**VINTERSAGA**
piparkökur **595,-**





**VINTERSAGA**
glöggmix

**Verslun opin 10-20 – IKEA.is**
IKEA Bakarí opið 10-18 – Sænska matarhornið og IKEA Bistro opið 10-20

IKEA