FRÉTTABLAÐIÐ

20. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 29. JANÚAR 2021

Skíðaþyrstir Reykvíkingar létu kuldann ekki stöðva sig og nýttu ljómandi góð veðurskilyrði til að dusta rykið af skíðunum og renna sér niður Bláfjöll í gær. Þetta var aðeins í annað sinn sem Bláfjöll eru opnuð á yfirstandandi skíðatímabili og skartaði skíðasvæðið sínu besta í tilefni dagsins. Til að gæta sóttvarna er fjallinu skipt niður í hólf. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Á þriðja tug greiddar bætur vegna skýrslu um mótmæli

Tuttugu og þrír hafa fengið miskabætur frá ríkinu vegna samantektar sem Geir Jón Þórisson, fyrrverandi yfirlögregluþjónn, vann um mótmælin í kjölfar efnahagshrunsins. Bætur voru á bilinu 150 til 500 þúsund. Alls um 7,5 milljónir króna. Eftirlit með notkun á upplýsingakerfum lögreglu hefur aukist mjög.

LÖGREGLUMÁL Tuttugu og þremur einstaklingum hafa verið greiddar bætur vegna mistaka við að afmá nöfn einstaklinga og aðrar persónuupplýsingar við birtingu skýrslu sem unnin var af lögreglu um búsáhaldabyltinguna. Þetta kemur fram í svari ríkislögmanns við fyrirspurn Fréttablaðsins.

Um er að ræða miskabætur að fjárhæð á bilinu 150.000 til 500.000 krónur sem hverjum og einum voru greiddar. Heildarfjárhæð bóta nam 7.460.000 krónum, auk 1.925.100 króna sem greiddar voru í lögfræðikostnað vegna málsins.

» Heildarfjárhæð bóta nam tæpum 7,5 milljónum auk tæpra 2 milljóna í lögfræðikostnað.

Með réttarsátt sem gerð var í október 2018 viðurkenndi ríkið sök og féllst á að greiða tveimur einstaklingum, sem stefnt höfðu ríkinu, bætur vegna skýrslunnar en í henni komu fram persónuupplýsingar um í það minnsta 75 einstaklinga; um meintar stjórnmálaskoðanir þeirra, þátttöku í pólitísku starfi og í mótmælum.

Skýrslan var afhent fjölmiðlum í október 2014, en gerð hafði verið tilraun til að afmá umræddar persónuupplýsingar. Ekki reyndist erfitt að fjarlægja yfirstrikanir lögreglu og persónuupplýsingar og ásakanir lögreglu um fólk sem fjallað var um í skýrslunni voru þar með komnar í dreifingu í samfélaginu.

Í nokkrum úrskurðum Persónuverndar um málið var skráning persónuupplýsinga í þágu samantektarinnar talin óheimil og miðlun þeirra persónuupplýsinga ekki talin samræmast lögum.

„Eftirlit með notkun á lögreglukerfinu og upplýsingum sem þar er að finna hefur aukist verulega og skerpt hefur verið á vinnulagi meðal annars í samræmi við breytingar á persónuverndarlögum," segir Rannveig Þórisdóttir, sviðsstjóri hjá Ríkislögreglustjóra, og bætir við: „Við erum stöðugt að vinna í og endurbæta lögreglukerfið. Á verkefnalista þessa árs er meðal annars að efla eftirlit með uppflettingum og skráningum í kerfið." – aá

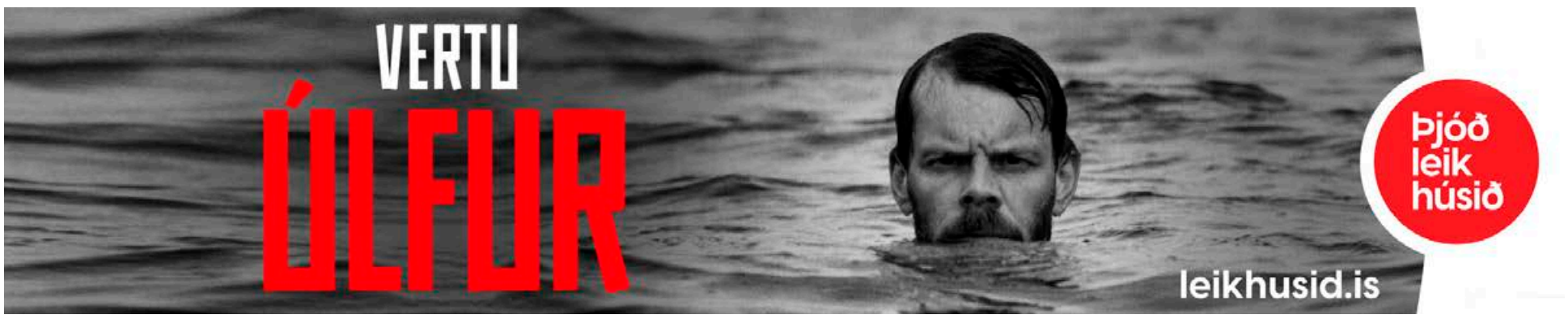
Áreitni algeng í Dominos-deild

KÖRFUBOLTI Jón Halldór Eðvaldsson, þjálfari toppliðs Keflavíkur, segir að stöðva verði áreitni sem stelpur í Dominos-deild kvenna verði fyrir frá dómurum og þjálfurum. Hann vill að ÍSÍ komi af stað verkferlum enda eigi krakkarnir ekki að þurfa að standa í þessari baráttu einir.

Jón Halldór Eðvaldsson, þjálfari Keflavíkur

Eftir að dómari var settur af innan KKÍ vegna óviðeigandi skilaboða til leikmanns hefur komið í ljós að slík skilaboð eru algengari en ætla mætti. Svo virðist sem sumir dómarar og þjálfarar sendi skilaboð á leikmenn kvennaliða og fylgist jafnvel með þeim á samfélagsmiðlum.

– bb / sjá síðu 10



Albertína Friðbjörg á von á barni.

Ólétt og hættir í pólitík að sinni

STJÓRNMÁL Albertína Friðbjörg Elíasdóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, ætlar að hætta á þingi og eignast barn. Hún og eiginmaður hennar Dofri Ólafsson eiga nú von á sínu fyrsta barni.

Aðspurð um næsta kaflann í lífi hennar segir Albertína allt opið og hún ætli að byrja á að takast á við þetta nýja og spennandi hlutverk.

„Lífið kemur stöðugt á óvart. Það verður bara gaman að sjá hvað framtíðin ber í skauti sér," segir Albertína í samtali við Fréttablaðið.

Albertína var fyrst kjörin á þing árið 2017 og hafði áður starfað hjá Ísafjarðarbæ, þaðan sem hún er ættuð, og var einnig formaður Fjórðungssambands Vestfirðinga, verkefnastjóri Nýsköpunarmiðstöðvar, bæjarfulltrúi og forseti bæjarstjórnar á Ísafirði.

Segir hún það hafa verið ómetanlegt að hafa setið á þingi sem fulltrúi Norðausturkjördæmis en að starfið sé kannski ekki sérstaklega fjölskylduvænt, sérstaklega þar sem hún þarf að ferðast mikið. **– ilk**

Góður nágranni

Betur fór en á horfðist þegar eldur braust út á þriðju hæð í íbúðarhúsnæði við Fellsmúla um kvöldmatarleytið í gær. Slökkviliðið var fljótt að ná tökum á eldinum og var búið að slökkva mestan eld á innan við korteri en mikill reykur var yfir hverfinu. Íbúi á næstu hæð sagði í samtali við blaðamann Fréttablaðsins að nágranni sinn hefði barið á dyr og vakið athygli á eldinum og komust þau því strax út úr húsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Krakkneysla búin að festa rætur

HEILBRIGÐISMÁL Neysla á krakki hefur verið viðvarandi undanfarin ár á Íslandi og virðist hafa fest sig í sessi í neyslumynstrinu. Hún hefur þó ekki orðið allsráðandi samkvæmt Valgerði Rúnarsdóttur yfirlækni á Vogi. Árið 2018 bárust fregnir af mikilli aukningu í neyslu á krakki og að neytendurnir væru allt niður í fimmtán ára börn. Valgerður segir hins vegar að flestir sem noti krakk séu ungt fullorðið fólk.

Valgerður Rúnarsdóttir yfirlæknir

Krakk er í raun kókaín sem er blandað og reykt. Kókaíni er blandað saman við natron og vatn og hitað svo úr verði kristallar. Krakk varð til í kringum 1970 og á níunda áratugnum varð neysla þess að faraldri í amerískum stórborgum.

Valgerður segir að auk krakksins sé einnig hópur sem sprauti kókaíni í æð og sömu lögmál gildi og um krakkið. Þessar aðferðir séu notaðar til þess að fá hraðari vímu, líkt og þegar sterkt áfengi er drukkið í stað bjórs.

„Allt sem virkar hraðar og kemst hraðar inn í líkamann hefur meiri eituráhrif. Það eru hærri skammtar sem komast inn," segir Valgerður. „Þetta er líka meira ánetjandi, rétt eins og háir spilavinningar eru hættulegri fyrir spilafíkilinn en minni vinningar."

Hennar tilfinning er sú að notendur séu ýmist að kaupa tilbúna kalkkristalla frá fíkniefnasölum eða að kaupa kókaín og blanda það sjálfir. Valgerður segir að þeir sem koma inn á spítalann eftir neyslu krakks eða kókaíns í æð séu oft mjög illa á sig komnir og hafi gengið mjög nærri líkamanum. „Þetta hefur meðal annars slæm áhrif á hjartað, fólk er illa nært og með fullt af geðrænum einkennum á borð við ofsóknarbrjálæði." **– khg**

Tölvuleikjaiðnaður í sókn í heimsfaraldri

Starfsfólki fjölgaði í tölvuleikjaiðnaðinum á Íslandi á síðasta ári og bendir allt til tekjuaukningar innan hans. Formaður IGI segir iðnaðinn kreppuþolinn og að viðhorfsbreyting hafi orðið til tölvuleikja í kórónaveirufaraldrinum.

SAMFÉLAG Starfsfólki í tölvuleikjaiðnaðinum hér á landi fjölgaði um 35 árið 2020 og tækniþróunarsjóður hefur aldrei fyrr veitt hærri upphæð til iðnaðarins en á síðasta ári, eða 190 milljónum. „Það er virkilega gaman að sjá þessa þróun á því herrans ári 2020 með öllum þeim flækjum sem það bauð samfélögum upp á," segir Vignir Örn Guðmundsson, formaður Samtaka íslenskra leikjaframleiðenda (IGI).

„Að sama skapi er fjárfesting í iðnaðinum að aukast töluvert milli ára en sex íslensk sprotafyrirtæki í leikjaiðnaðinum fengu nýja fagfjárfestingu á árinu frá bæði innlendum og alþjóðlegum fjárfestum," segir Vignir. Þá segir hann ársreikninga benda til þess að vænta megi töluverðrar aukningar á tekjum milli ára.

„Tölvuleikjaiðnaðurinn er kreppuþolinn iðnaður og í þeim aðstæðum sem skapast hafa í COVID, mikilli einangrun og lokun landamæra til dæmis, þá sést hversu burðugur iðnaðurinn er til að halda sinni þjónustu og kaupum og sölu á sinni vöru áfram og í rauninni í meira mæli," segir Vignir og bætir við að í kreppunni árið 2008 hafi hagtölur tölvuleikjaiðnaðarins einnig farið upp. „Þeim sem unnu í iðnaðinum fjölgaði og tekjurnar urðu meiri."

Hann segir að í kórónaveirufaraldrinum hafi vel mátt greina viðhorfsbreytingar í garð tölvuleikja, vel hafi komið í ljós hversu mikil áhrif tölvuleikir geti haft á félagsleg tengsl. „Augljóslega hefur sú einangrun sem fólk upplifði í kjölfar faraldursins haft áhrif á þessa vitundarvakningu um gildi og virði tölvuleikja í samhengi við heilbrigði, einmanaleika og tengsl," segir Vignir.

Rafíþróttaiðnaðurinn er sífellt stækkandi grein á heimsvísu og er keppt í rafíþróttagreinum á Reykjavíkurleikunum á hverju ári. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> **Árlegur vöxtur iðnaðarins á heimsvísu er 20-30 prósent en við erum ekki að ná að halda í þann vöxt hér.**
>
> Vignir Örn Guðmundsson, formaður IGI

„Fyrir nokkrum árum var mikil orðræða um tölvuleikjafíkn en nú er yfirgnæfandi orðræða um það hvernig tölvuleikir geti tengt fólk saman og það er bara svo hjartanlega rétt," bætir Vignir við og tekur dæmi um tölvuleikinn Eve Online.

„Það er leikur sem hefur tengt fólk saman í um 20 ár og þegar ástandið er eins og það er búið að vera hefur leikurinn hreinlega bjargað mannslífum. Hann hefur styrkt fólk sem er einangrað og á erfitt með að halda félagslegum tengslum og það er ómetanlegt," segir hann.

Tölvuleikjaiðnaðurinn er stærsti afþreyingariðnaður í heimi og segir Vignir að nú sé tækifærið fyrir stjórnvöld, menntastofnanir og þá sem hafa áhuga á því að starfa í iðnaðinum að sjá tækifærin sem í honum felist. „Árlegur vöxtur iðnaðarins á heimsvísu er 20-30 prósent en við erum ekki að ná að halda í þann vöxt hér sem þýðir að önnur hagkerfi og samfélög öðlast þar stærri bita af kökunni. Svo nú er tíminn til að stíga næsta stóra skref," segir Vignir.

birnadrofn@frettabladid.is

96 %

Inniheldur 96% vatn

Hrein og hér um bil bein

Gúrkan er sívinsæl í salatið og svalandi millimál, enda 96% vatn. Hún er ræktuð árið um kring með hreinu, íslensku vatni og því alltaf fáanleg fersk.

KOLEFNISJAFNAÐ KOLVIÐUR ICELAND CARBON FUND FRÁ BÓNDA TIL ÞÍN

islenskt.is

ÞÚ VEIST HVAÐAN ÞAÐ KEMUR

íslenskt grænmeti

Vilja rannsaka vistun barna á einkaheimilum

STJÓRNMÁL Karl Gauti Hjaltason og fimm aðrir þingmenn Miðflokks og Samfylkingar hafa lagt fram þingsályktunartillögu þess efnis að vistun barna á einkaheimilum á vegum stjórnvalda verði könnuð. Af frásögnum í fjölmiðlum og umsóknum um sanngirnisbætur að dæma má ætla að staðan á sumum þeirra hafi verið engu skárri en á vistheimilum. Það er, vanræksla, sinnuleysi og líkamlegt og kynferðislegt ofbeldi.

> **Mér finnst ekki hægt að skilja eftir þennan hóp þó lítill sé.**

Karl Gauti Hjaltason, þingmaður Miðflokksins

Árið 2018 bárust tæplega 1.200 umsóknir um sanngirnisbætur. 41 umsókn var hafnað vegna þess að viðkomandi hafði ekki verið vistaður á einni af þeim ellefu stofnunum sem nefndin skoðaði. Voru börnin ýmist send í fóstur á heimili eða sveitabæi.

„Ég hef fylgst með uppgjörinu í nokkur ár og þetta hefur gengið vel. En það er hópur sem er ekki tekinn inn í dæmið," segir Karl Gauti. Á árunum 2007 til 2017 greiddi vistheimilanefnd út 3 milljarða króna til þolenda, með 7,5 milljóna króna hámarki.

„Ríkið sendi börn út og suður og voru mörg þeirra sannanlega beitt illri meðferð. Mér finnst ekki hægt að skilja eftir þennan hóp þó lítill sé." **– khg**

Flokkar lýsa yfir áhyggjum af árásunum

LÖGREGLUMÁL Stjórn fulltrúaráðs Sjálfstæðisfélaganna í Reykjavík og stjórn Samfylkingarinnar sendu frá sér tilkynningu í gærkvöld þar sem skotárásir í garð stjórnmálamanna og stjórnmálaflokka voru fordæmdar.

Lögreglan hóf í gær rannsókn á því hvort skotvopn hefðu verið notuð við skemmdarverk á bíl Dags B. Eggertssonar borgarstjóra. Sú rannsókn hófst innan við viku eftir að skotárás var gerð á skrifstofu Samfylkingarinnar. Slíkar árásir hafa beinst að fleiri flokkum að undanförnu. **– kpt**

Alzheimersjúklingum mun fjölga mikið næstu árin

HEILBRIGÐISMÁL Tölur um fjölda einstaklinga með Alzheimersjúkdóminn hér á landi eru mun lægri en tilefni er til að áætla. Þetta kom fram í máli Jóns Snædal öldrunarlæknis í þættinum 21 á Hringbraut í gærkvöldi.

Á vef Alzheimersamtakanna, í greiningu Birgis Óla Sigmundssonar heilsuhagfræðings, var talið að hámark 3.000 manns hefðu sjúkdóminn árið 2020. Engin rannsókn hefur þó verið gerð á Íslandi um útbreiðslu Alzheimer en fólki með sjúkdóminn mun fjölga mikið næstu árin hér á landi, segir Jón.

> **Talan er sennilega nokkuð hærri hér á landi en við höldum, eða svona 3.500 til 4.000 Íslendingar.**

Jón Snædal öldrunarlæknir

Hann bendir á að fólk lifi lengur og árgangarnir séu stórir í eldri aldurshópunum. Í mannfjöldaspá Hagstofunnar fyrir árabilið 2013 til 2040 er fjölgun einstaklinga í hópnum 67 til 80 ára yfir hundrað prósent og nærri 150 prósent í hópnum 80 ára og eldri.

Nýlega var rannsókn gerð í Þrændalögum í Noregi um útbreiðslu Alzheimer og eru um 6.500 einstaklingar með sjúkdóminn. Að sögn Jóns er ekki hægt að yfirfæra það á Ísland þar sem genamengi þjóðanna sé of ólíkt.

„Við höfum þó eftir ýmsum leiðum komist að því að talan er sennilega nokkuð hærri hér á landi en við höldum, eða svona 3.500 til 4.000 Íslendingar." **– lb**

Niflheimar kæra vegna kvóta á gesti í Vatnajökulsþjóðgarði

Vatnajökulsþjóðgarður vill að stjórnsýslukæru ferðaþjónustufyrirtækisins Niflheima vegna kvóta á fjölda gesta verði vísað frá því kvótinn hafi verið felldur úr gildi á meðan kórónaveiran geisar. Eigandi Niflheima segir fjöldatakmarkanir bregða fæti fyrir uppbyggingu á meðan ný fyrirtæki fái kvóta gefins.

STJÓRNSÝSLA „Í grunninn snýst málið um að það sé verið að veikja rekstraröryggi fyrirtækja," segir Atli Már Björnsson, jöklaleiðsögumaður og einn eigenda fyrirtækisins Niflheima, sem lagt hefur fram stjórnsýslukæru á hendur stjórn Vatnajökulsþjóðgarðs.

Atli segir stjórnsýslukæruna lúta að samningum til eins árs sem Vatnajökulsþjóðgarður lagði fyrir ferðaþjónustufyrirtæki í október. Fyrirtækin hafi verið nauðbeygð til að skrifa undir en Niflheimar hafi lagt fram stjórnsýslukæru.

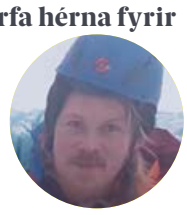
„Það er ákveðið að setja á kvóta þar sem heildartalan er eins og úr lausu lofti gripin því að það er ekki farið í neinar þolmarkarannsóknir heldur stuðst við huglægt mat starfsmanna þjóðgarðsins," útskýrir Atli. Lagt sé á eitt þúsund króna gjald á hvern farþega í jöklagöngu og íshellaskoðun sem ekki sé sett á nokkra aðra ferðaþjónustustarfsemi í Vatnajökulsþjóðgarði.

Kæra Niflheima til umhverfis- og auðlindaráðuneytisins tekur til fyrrnefndrar kvótasetningar á fjölda gesta innan Vatnajökulsþjóðgarðs. Fyrirtækið krefst þess að hún verði felld úr gildi og að það fái að starfa án slíkra takmarkana. Niflheimar verði augljóslega fyrir miklu tjóni. Fyrirtækið hafi byggt upp mikla sérþekkingu og lagt verulega fjármuni og vinnu í starfsemina.

„Umræddar fjöldatakmarkanir leiða til þess að meirihluti þessarar vinnu er til einskis," segir í kærunni. „Aðrir sem hafa enga reynslu í umræddum ferðum munu hins vegar hagnast verulega þar sem þeir fá gefins „kvóta" án þess að hafa varið fjármunum eða vinnu til þess að eignast „kvótann"," segir í kærunni.

Niflheimar sem starfa við jöklaskoðun í Breiðamerkurjökli segja starfseminni ógnað. MYND/ATLI MÁR BJÖRNSSON

> **Þetta hamlar mjög áframhaldandi uppbyggingu fyrir fyrirtækin sem starfa hérna fyrir austan.**



Atli Már Björnsson, einn eigenda Niflheima

Atli segir að þótt kvótarnir hafi fyrir tíu dögum verið afnumdir í bili og gjaldtöku frestað vegna COVID-19 viti enginn hvað síðar taki við. „Það er ekki hægt að gera langtímaplön í rekstri og þetta hamlar mjög áframhaldandi uppbyggingu fyrir fyrirtækin sem starfa hérna fyrir austan," undirstrikar hann.

Stjórnsýslukæran er enn til meðferðar hjá ráðuneytinu sem fengið hefur umsögn Vatnajökulsþjóðgarðs og bíður andsvara Niflheima. Þjóðgarðurinn vill að kærunni verði vísað frá úr því kvótarnir hafi nú verið felldir úr gildi. Verði það ekki gert eigi að hafna kröfu Niflheima enda hafi málsmeðferðin verið í samræmi við lög.

„Það er mat Vatnajökulsþjóðgarðs á grundvelli verndarmarkmiða þjóðgarðsins, upplifunar gesta og öryggis þeirra að nauðsynlegt væri að takmarka fjölda þeirra gesta sem heimsækja umrædda jökla," segir í umsögninni. Ákvörðun um hámarksfjölda hafi meðal annars byggst á mati og talningum á fjölda gesta og á samtali við ferðaþjónustuaðila sem hafi „ítrekað óskað eftir að umferð um svæðið verði stýrt af hálfu þjóðgarðsins".

gar@frettabladid.is

SÉRVALIÐ ÍSLENSKT UNGNAUTAKJÖT

Sérvalið þurrverkað kjöt
HÆGMEYRNAÐ
Kjötið er látið meyrna við kjöraðstæður í 4-6 vikur
þannig næst einstakt bragð og mýkt í kjötið

15% afsláttur

TAKMARKAÐ MAGN

EINA KJÖTIÐ SINNAR TEGUNDAR Á ÍSLANDI

Venjulega er nautakjöt látið meyrna í 15 daga áður en það er sent í verslanir. Við ákváðum að ganga enn lengra og fengum kjötiðnaðarmeistara til að sérvelja fyrir okkur bita og láta það hægmeyrna. Kjötið var látið hanga á beini í sérhönnuðum kæli í 4 til 6 vikur við 2-4°C. Þessi aðferð gerir það að verkum að það nær einstakri meyrnun og bragðgæðum. Hægmeyrnað er „dry aged“ á frummálinu en ekkert annað kjöt á Íslandi er unnið á þennan hátt í neytendapakkningar. Þetta er eitthvað sem sannir sælkerar og áhugafólk um kjöt má ekki láta framhjá sér fara.

Umami sjávarsalt.
Milt bragð með afgerandi undirtón og eykur dýpt bragðsins

719 kr/stk

Nauta ribeye

5.949 kr/kg
Verð áður 6.999 kr/kg

Tilboð gilda út 31. janúar

15% afsláttur

Lamba innralæri

3.484 kr/kg
Verð áður 4.099 kr/kg

15% afsláttur

Alvöru borgarar úr íslensku ribeye

2x120 gr
1.104 kr/pk
Verð áður 1.299 kr/pk

20% afsláttur

Eldaðar kjúklingalundir, í kornflex- og orientalhjúp

3.119 kr/kg
verð áður 3.899 kr/kg

20% afsláttur

Nick´s ís

799 kr/stk
Verð áður 999 kr/stk

15% afsláttur

Bakaríið pizzadeig

365 kr/pk
Verð áður 429 kr/pk

Ekta súrdeigs pizzadeig

509 kr/pk
Verð áður 599 kr/pk

ä Prótein pönnukökur

219 kr/pk
verð áður 319 kr/pk

HAGKAUP

Ernst tekur af sér andlitsgrímuna í dómsalnum. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Nýnasisti fékk lífstíðardóm

ÞÝSKALAND Þýskur nýnasisti á fimmtugsaldri, Stephan Ernst, var í gær dæmdur í lífstíðarfangelsi fyrir að hafa myrt stjórnmálamanninn Walter Lübcke. Ernst skaut Lübcke til bana en hann sat á þingi fyrir hönd flokks Kristilegra demókrata í Þýskalandi.

Lübcke var stuðningsmaður þess að opna landamæri Þýskalands fyrir flóttamönnum og hélt ræður opinberlega þar sem hann tjáði þeim sem voru mótfallnir flóttamönnum að þeir mættu vinsamlegast yfirgefa Þýskaland. Ernst viðurkenndi morðið við yfirheyrslur en dró síðar þá yfirlýsingu til baka og sakaði samstarfsmann sinn um morðið. Sá var dæmdur í átján mánaða fangelsi fyrir að hafa aðstoðað Ernst.

Um leið var Ernst dæmdur fyrir hnífstunguárás á íranskan flóttamann fyrir fimm árum en hann var dæmdur fyrir tilraun til hryðjuverka þegar hann lagði á ráðin um að sprengja upp flóttamannaathvarf árið 1993. – **kpt**

Suðurafríska afbrigðið fannst vestan hafs

BANDARÍKIN Staðfest var í gærkvöld að fyrstu tilfellin af afbrigði kórónaveirunnar sem hefur verið kennt við Suður-Afríku hefðu greinst í Bandaríkjunum. Tveir einstaklingar greindust með afbrigðið, sem þykir afar smitandi, í Suður-Karólínu þrátt fyrir að hafa ekkert ferðast nýlega.

Heilbrigðisyfirvöld í Bandaríkjunum greindu frá þessu í gær en ekki hefur tekist að tengja saman tilfellin. Það er því búist við að afbrigðið hafi náð einhverri útbreiðslu á svæðinu eftir að staðfest var að manneskjurnar hefðu ekki verið á ferðalögum.

Um fjórðungur alls smits af kórónaveirunni í heiminum hefur verið í Bandaríkjunum eða rúmlega 26 milljónir tilfella. – **kpt**

Barist fyrir bættum aðstæðum flóttafólks

Gerviblóði var dreift yfir innkeyrsluna að Napier-búðunum við Ermarsund í gær í von um að vekja athygli á bágborinni aðstöðu þeirra 430 flóttamanna sem dvelja í búðunum. Einstaklingarnir sem þar dvelja hafa reynt að vekja athygli stjórnvalda í Bretlandi á stöðunni, meðal annars með hungurverkfalli, án nokkurs árangurs. Talið er að um fjórðungur flóttamannanna í búðunum sé smitaður af COVID-19. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Mansalsákvæði veiti vernd fyrir burðardýr

STJÓRNMÁL Dómsmálaráðherra kynnir nú drög að frumvarpi um breytingar á mansalsákvæði egningarlaga. Markmiðið er að rýmka mansalsákvæðið þannig að það auki vernd verkafólks og fólks sem hagnýtt er til að fremja refsiverðan verknað. Með því er meðal annars átt við búðarhnupl, vasaþjófnað, innbrot, framleiðslu eða sölu á fölsuðum peningum og hagnýtingu fólks til flutnings á fíkniefnum eða peningum milli landa.

Samkvæmt frumvarpinu getur þrældómur og ánauð meðal annars falið í sér að neyða brotaþola til að vinna upp í skuld sem mun jafnvel aldrei vera greidd að fullu eða búsetuánauð þar sem brotaþoli er háður brotamanni og atvinnurekanda um húsnæði, eins og dæmi eru um á íslenskum vinnumarkaði í tilvikum erlendra verkamanna.

Málið er til kynningar í samráðsgátt stjórnvalda til 4. febrúar. – **aá**

Landsréttarmál meðal merkustu mála ársins

Árlegur blaðamannafundur forseta MDE fór fram í gær. Endurskoðun á verklagi dómsins stendur yfir til að flýta megi meðferð mála sem hafa þýðingu fyrir þróun mannréttinda. Tvíþættur vandi blasir nú við mannréttindavernd.

MANNRÉTTINDI Dómur yfirdeildar Mannréttindadómstóls Evrópu (MDE) í Landsréttarmálinu er meðal mikilvægustu dóma MDE á liðnu ári að mati Róberts Spanó, forseta MDE. Þetta kom fram á árlegum blaðamannafundi dómstólsins í gær, þar sem forseti réttarins fór yfir liðið ár og sat fyrir svörum.

Í erindi sínu fjallaði Róbert um málaþungann hjá MDE og sagði dómstólinn þurfa að halda áfram að leita allra leiða til létta hann.

„Dómstóllinn hefur um árabil lagt ríka áherslu á að flýta fyrir mati á því hvort mál séu tæk til efnismeðferðar. Það er hins vegar ljóst að eftir stendur fjöldi mála sem ekki er vísað frá og þurfa efnismeðferð," sagði Róbert.

Hann tók fram að eftir að hann hóf störf sem forseti MDE hefði hann hafið heildarendurskoðun á verklagi MDE varðandi mat á því hvaða mál skuli sæta forgangi. Tilgangurinn sé sá að hægt sé að leggja dóm á þau mál, sem hafa almenna þýðingu fyrir þróun mannréttinda í Evrópu, eins fljótt og kostur er. Ljóst er að í þann flokk muni meðal annars falla mál er varða grundvallarreglur réttarríkisins, sjálfstæði dómstóla, eins og Landsréttarmálið, og einnig mál sem munu varða viðbrögð aðildarríkja við þeirri farsótt sem nú geisar.

Í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins á fundinum, um helstu áskoranir í mannréttindavernd í Evrópu á komandi árum, vísaði Róbert til tvíþætts vanda af ólíkum rótum. Annars vegar eru afleiðingar aukinnar pólitískrar togstreitu, öfga og sundurlyndis sem feli í sér miklar áskoranir fyrir grundvallarhugmyndir um lýðræði, réttarríki og vernd mannréttinda sem barist hafi verið fyrir í sjötíu ár. Á sama tíma sé alþjóðasamfélagið allt að takast á við aðra alvarlega ógn; heimsfaraldurinn. „Saman skapa þessi tvö vandamál eitt erfiðasta tímabilið sem við höfum þurft að takast á við saman," sagði Róbert. Það þurfi bæði einbeittan ásetning og hugrekki til að verja það sem unnist hafi á síðustu sjötíu árum og allir þurfi að gegna skyldum sínum, hver á sínu sviði; dómstólarnir, stjórnmálamennirnir og fjölmiðlarnir.

Róbert Spanó, forseti MDE svaraði spurningum á blaðamannafundi í gær.

> **Aðildarríkin verða hins vegar að tryggja, ekki bara í orði heldur á borði að dómstóllinn geti sinnt hlutverki sínu.**
>
> Róbert Spanó, forseti Mannréttindadómstóls Evrópu

„Aðildarríkin verða hins vegar að tryggja, ekki bara í orði heldur á borði, að dómstóllinn geti sinnt hlutverki sínu samkvæmt mannréttindasáttmálanum, hlutverki sem hefur aldrei verið eins mikilvægt og einmitt á þessari stundu," sagði Róbert og varaði við því að gera lítið úr eða efast um vald dómstólsins og bindandi áhrif dóma hans.

Aðspurður um mikilvægustu dóma MDE á liðnu ári nefndi Róbert örfá mál á nokkrum ólíkum sviðum, þeirra á meðal ákvörðun dómsins um meðferðarhæfi máls Úkraínu gegn Rússlandi vegna Krímskagans, dóm réttarins í máli Georgíu gegn Rússlandi og Landsréttarmálið íslenska, sem hann sagði mikilvægt grundvallarmál um skipun dómara.

adalheidur@frettabladid.is

AUKIÐ VÖRUÚRVAL - AUKIN ÞJÓNUSTA

TILBOÐ

VERKFÆRASETT 96 HLUTA

Toppar 1/4" - 1/2" 4 - 32 mm
Toppar, lyklar, skrúfjárn, töng
Nippillyklar og fl.
Sterk plasttaska

vnr IBTGCAI9601

28.059 m/vsk

Fullt verð 37.412

TILBOÐ

SKRALLLYKLASETT PRO

Taupoki
Skralllyklar 8 - 19mm
72 tanna

vnr IBTGPAQ1202

17.025 m/vsk

Fullt verð 22.700

TILBOÐ

TOPPAHALDARA SETT

vnr ITBGAAR0301

1.052 m/vsk

Fullt verð 2.003

TILBOÐ

HÖGGSKRÚFJÁRN SETT

vnr IBTGAAD0602

4.116 m/vsk

Fullt verð 5.488

TILBOÐ

TOPP- OG SKRÚFBITASETT 1/4"

Skrall 36 tanna með læsingu og lið
Toppar: 5,5 - 14mm, Liður
Bitahaldari: 1/4",
Skrúfbitar: Stjörnu PH og PZ. Rauf, sexkant og Torx.

vnr IBTGADW4501

6.960 m/vsk

Fullt verð 9.281

TILBOÐ

22 HLUTA TOPPLYKLASETT 3/8"

Skrall 36 tanna með læsingu
Toppar: 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 22mm
Framlenging: 3" & 6"
Liður,
T-Skaft, Kertatoppar með segul.

vnr IBTGCAI2202

6.119 m/vsk

Fullt verð 8.158

TILBOÐ

VERKFÆRASETT 150 HLUTA

Toppar: 4 - 32mm
Toppar djúpir: 6 - 22mm
E- Toppar: E4 - E20
Framlengingar: 2", 4", 5" og 10"
Kertatoppar 16 og 21mm
Fastirlyklar: 6 - 24mm

vnr IBTGCAI150R

40.894 m/vsk

Fullt verð 58.420

EIN VERSLUN
Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU
- AUKIÐ VÖRUÚRVAL
- AUKIN ÞJÓNUSTA
- ALLT Á SAMA STAÐ!

SINDRI

Smiðjuvegi 11 | Sími 575 0000 | www.sindri.is

Opið 7:30–18:00 virka daga | Opið 8:00–12:00 laugardaga

FRÉTTABLAÐIÐ SKOÐUN

Þjóðþrifamál

Hörður Ægisson
hordur@frettabladid.is

Öflugir innviðir haldast í hendur við samkeppnishæfni hverrar þjóðar. Í samanburði við flest ríki stendur Ísland þar vel að vígi, en hægt er að gera betur. Fjárfesting hins opinbera, sem var að meðaltali um 3,3 prósent af landsframleiðslu 2010 til 2019, hefur um langt skeið verið minni en nauðsynlegt getur talist. Það voru því vonbrigði, einkum vegna þess hversu mikil áhersla var lögð á uppbyggingu innviða við myndun núverandi ríkisstjórnar, að ekki hefði verið búið að kortleggja og tímasetja fjölda mikilvægra verkefna sem hægt hefði verið að ráðast í þegar ljóst var fyrir um tveimur árum að hagvaxtarskeiðið tæki senn enda. Slíkar innviðafjárfestingar hefðu unnið gegn fyrirséðum slaka í hagkerfinu – sem síðar varð að dýpstu kreppu lýðveldissögunnar vegna alheimsfaraldurs sem enginn gat spáð fyrir um – og um leið lagt grunn að hagvexti framtíðarinnar.

Útilokað er að ríkissjóður, sem verður rekinn með samanlagt um þúsund milljarða halla fram til ársins 2025, hafi bolmagn til að sinna allri fjárfestingarþörf í innviðum. Samkvæmt skýrslu sem Samtök iðnaðarins kynntu haustið 2017 var uppsöfnuð viðhaldsþörf innviða áætluð nærri 400 milljarðar – og fjárhæðin var enn hærri þegar tekið var sömuleiðis tillit til verkefna til að búa í haginn fyrir komandi kynslóðir. Þremur árum síðar er þörfin enn brýnni, hvort sem um er að ræða fjárfestingar í vegagerð, fráveitukerfum, orkuflutningum, fasteignum í eigu ríkisins, höfnum eða flugvöllum. Fram til þessa hafa sum stjórnmálaöfl, byggt á pólitískum kreddum sem aðrar nágrannaþjóðir okkar hafa sett til hliðar, staðið í vegi fyrir því að hægt sé að flýta fyrir framkvæmd slíkra verkefna í samstarfi við lífeyrissjóði og aðra fagfjárfesta. Við það má ekki lengur búa – ekki síst nú þegar atvinnuleysið er tólf prósent.

Íslensku lífeyrissjóðirnir, sem eru með yfir 300 milljarða til ráðstöfunar á ári til að fjárfesta, hafa lengi verið viljugir að koma að uppbyggingu innviða í samfloti með stjórnvöldum. Sá áhugi sjóðanna, sem fara með skyldusparnað landsmanna, hefur aðeins aukist nú þegar þá skortir fjárfestingartækifæri í umhverfi lágra vaxta. Hröð uppbygging erlendra eigna, sem þýðir að sumir stærstu sjóðanna eru farnir að nálgast lögbundið hámark, miklar uppgreiðslur á sjóðfélagalánum og óvissa um aðkomu þeirra að kaupum á ríkisbréfum á núverandi vaxtakjörum skapar að óbreyttu enn meira svigrúm fyrir þá til að fjármagna innviðaframkvæmdir og aðrar arðbærar fjárfestingar í atvinnulífinu.

Aukin fjárfesting, meðal annars í innviðum, mun ráða miklu um hversu skjótt og vel hagkerfið nær sér á strik þegar faraldrinum slotar. Þar skiptir máli að sá mikli sparnaður sem hefur safnast upp í hagkerfinu, bæði hjá almenningi og í gegnum lífeyrissjóðina, miðlist í meira mæli út í fjölbreyttari fjárfestingu og uppbyggingu í atvinnulífinu. „Það er þjóðþrifamál að koma sparnaði inn í arðbær verkefni sem efla samfélagið," sagði Lilja Alfreðsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, í viðtali við Markaðinn í vikunni. Undir það má taka. Þetta er ekki spurning um val, heldur nauðsyn til að tryggja þau lífsgæði sem við viljum búa við.

Aukin fjárfesting, meðal annars í innviðum, mun ráða miklu um hversu skjótt og vel hagkerfið nær sér á strik þegar faraldrinum slotar.

Halldór

Frá degi til dags

Brókarborg verður Brákarborg
Reykjavíkurborg hefur tilkynnt að húsið við Kleppsveg þar sem áður var kynlífshjálpartækjaverslunin Adam og Eva verði hluti af leikskólanum Brákarborg. Viss hagræðing er fólgin í þessu þótt samlegðaráhrifin séu í raun heldur takmörkuð. Ekki þarf þó að mála húsið sem er litríkt og fallegt. Ýmsar breytingar á hinni gömlu Brókarborg eru þó óhjákvæmilegar og þar ríður mest á að skipta út öllum leikföngum og búningum sem uppfylla ekki nýjustu Evrópustaðla. Þá eru rólurnar sem fyrir eru varasamar og henta heldur engan veginn útisvæðinu sem þarf að taka algerlega í gegn.

Ógeðsleg ummæli
Reykjavík stendur þessi dægrin vel undir nafnbótinni borg óttans með skotárásum á skrifstofur stjórnmálaflokka og nú síðast bifreið borgarstjóra. Björn Ingi á Viljanum varar við því að þetta muni enda með ósköpum ef bráðsmitandi viðbjóðurinn sem vellur um athugasemdakerfi vefmiðla verði ekki þurrkaður upp með samstilltu átaki. „Ekkert okkar á að sætta sig við þetta og við eigum ekki að umbera þetta sem samfélag. Hingað og ekki lengra," segir Björn Ingi sem þekkir hakkavél virkra í athugasemdum af eigin raun.

kristinnhaukur@frettabladid.is
toti@frettabladid.is

Fækkun í Hafnarfirði

Sigurður Þ. Ragnarsson
bæjarfulltrúi Miðflokksins í Hafnarfirði

Fækkun íbúa í hverju sveitarfélagi er grafalvarlegt mál. Tekjur sveitarfélaga byggjast að mestu á útsvarsgreiðslum og þegar fækkar í þeim hópi getur það haft alvarlegar afleiðingar fyrir uppgang og samkeppnisstöðu sveitarfélaga. Í Hafnarfirði fækkaði íbúum um 305 einstaklinga á síðastliðnu ári, eða um 1 prósent. Hafnarfjörður er eina sveitarfélagið á höfuðborgarsvæðinu þar sem fækkaði, utan reyndar Seltjarnarness þar sem fækkaði um níu einstaklinga. Í öllum hinum sveitarfélögunum fjölgaði íbúum. Mest varð fjölgunin í Garðabæ, 4,5 prósent, í Mosfellsbæ 4,3 prósent, í Kópavogi 1,6 prósent og Reykjavík 1,5 prósent.

Það hefur vafalítið haft mikil áhrif á byggðaþróun í Hafnarfirði þegar upp kom bakslag í flutningi á raflínum Landsnets sem lágu að hluta yfir framtíðarbyggingarlandi bæjarins, í sunnanverðri Skarðshlíð og Hamranesi sunnan við Vallahverfið í Hafnarfirði. Snemma við upphaf kjörtímabilsins benti Miðflokkurinn á að grípa ætti til plans B, og breyta deiliskipulagi í hverfi sem kallað er Hellnahraun 3 (þriðji áfangi) og gera það að íbúðahverfi en hverfið hafði verið skipulagt sem iðnaðarhverfi.

Ekki hafði einni einustu lóð verið úthlutað í því hverfi og allar breytingar því handhægar enda hverfið utan þynningarsvæðis álversins. Auk þess nýtur hverfið þeirra forréttinda að þegar horft er í sólarátt til suðurs eru engar línur að þvælast fyrir útsýni að Sveifluhálsi og Reykjanesfjallgarðinum sem þar blasir við til suðurs. Þessa breytingu hefði verið hægt að gera strax 2018 en tillagan hlaut ekki hljómgrunn meirihlutans. Því tók við að segja má lóðaskortur fyrir fjölbýli sem staðið hefur yfir í tvö ár og afleiðingarnar eru fækkun bæjarbúa. Skemmst er frá því að segja að nú hefur raflínan verið færð tímabundið frá Hamraneshverfinu og syðsta hluta Skarðshlíðarhverfis og því bjartari horfur fram undan í uppbyggingu fjölbýlishúsa sem og annarra eigna. Vonandi næst að snúa við þessari óheillaþróun sem verið hefur í íbúafjölgun í bænum.

Vonandi næst að snúa við þessari óheillaþróun sem verið hefur í íbúafjölgun í bænum.

ER ÞÍN MOTTA TILBÚIN Í VETURINN?

MOTTULEIGA OG SALA
HALDIÐ SNJÓNUM OG SLABBINU ÚTI
- Leigjum og seljum vandaðar gólfmottur í mörgum stærðum.
- Motturnar draga í sig mikinn raka og óhreinindi.
- Sækjum - hreinsum - skilum.

MOTTA
Sími 583 4000 - motta.is

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*

Næsta mál á dagskrá

Í DAG

Guðmundur Steingrímsson

Þetta er sem sagt svona: Síðasta ár var heitasta ár síðan mælingar hófust. Endaði þar með heitasti áratugurinn síðan mælingar hófust. Verstu spár hafa orðið að veruleika. Hamfarahlýnunin er hafin. Jörðin hefur ekki verið heitari í 12.000 ár, segir ný rannsókn.

Jöklar bráðna meira en áætlað var, skógareldar eru rosalegri, túndra þiðnar með mögulega keðjuverkandi hörmungum, öfgafull hamfaraveður, stormar og þurrkar herja á viðkvæm samfélög. Svona líta þau þá út þessi gróðurhúsáhrif sem Al Gore talaði um í Háskólabíói hér um árið. Og þau munu bara versna, sérstaklega ef lítið er gert.

Þegar veiran er yfirstigin, sem gerist vonandi bráðum með bólusetningum, væri ákaflega óskynsamlegt fyrir okkur sem fólk að freista þess að koma lífinu aftur í nákvæmlega sömu skorður og áður. Ýmsa umhverfisvæna hætti, eins og að stunda oftar fjarfundi, ættum við klárlega að tileinka okkur í framhaldinu. Vonandi hefur líka faraldurinn orðið mörgum tilefni til að hugsa um þarfir sínar og hvað raunverulega gefur ánægju, því lífkerfið og andrúmsloftið þolir því miður ekki neyslustig okkar og lífshætti. Ákaflega margt sem gefur ánægju og eykur hamingju er hins vegar vel samrýmanlegt ýtrustu umhverfismarkmiðum. Faraldurinn hefur ábyggilega fjölgað einstaklingsbundnum uppgötvunum hvað þetta varðar. Það er hægt að gera svo fáránlega margt skemmtilegt án þess að eyðileggja veröldina. Það er meira að segja hægt að næra umhverfið með gjörðum, byggja það upp og vernda og hafa af því töluverða hamingju.

Nýkjörinn forseti Bandaríkjanna virðist hafa fattað þetta. Í vikunni gaf hann út æði margar og merkilegar tilskipanir í umhverfismálum og virðist staðráðinn í að beita valdi sínu til að takast á við þessa gríðarlegu ógn sem hamfarahlýnunin er. Hann freistar þess að sannfæra almenning um að nauðsynlegar breytingar þurfi ekki að vera kvöð heldur tækifæri. Það er góður punktur. Eins og svo margir, sveiflast ég milli svartsýni og bjartsýni þegar kemur að loftslagsmálum. Verkefnið er svo stórt — að fá allt mannkynið til að breyta háttum sínum — að þunglyndislegt dæs virðist stundum vera það eina sem er viðeigandi, en stundum er ég líka bjartsýnn. Þá hugsa ég til dæmis um plöntuna sem við hjónin vorum að fá okkur í svefnherbergið. Hún eykur mér bjartsýni. Hér er sagan af henni:

Mér fannst ég sofa illa. Loftið var þungt. Mér fannst erfitt að anda því. Skilyrði til gluggaopnunar eru oft slæmt vegna roks. Þannig að. Loftgæði svefnherbergisins voru í grundvallaratriðum þau sömu og í veröldinni. CO2 var of mikið í herberginu, vegna öndunar tveggja fullvaxta einstaklinga. Ég var kominn á fremsta hlunn með að kaupa rándýra græju, einhvers konar wifi-tengda lofthreinsunargræju á 150 þúsund krónur, þegar mín glögga eiginkona spyr upp úr eins mann hljóði: „En að kaupa frekar plöntu?“

Verstu spár hafa orðið að veruleika. Hamfarahlýnunin er hafin. Jörðin hefur ekki verið heitari í 12.000 ár, segir ný rannsókn.

„Ha, hva?“ tafsaði ég og umlaði.

Margir hefðu hrútskýrt þennan möguleika út af borðinu með hálflokuð augu, viðeigandi handahreyfingum og í löngu þversagnarkenndu máli, en ég stóðst mátið. Þrátt fyrir mikla græjufíkn var planta keypt af burknaætt sem bindur kolefni og gefur frá sér súrefni á nóttunni og þolir skugga. Núna sef ég eins og engill.

Hið undursamlega er, að hvað vandamál heimsins varðar eru svipaðar lausnir til, dásamlega augljósar. Plöntur binda CO2 bæði í svefnherberginu og í veröldinni. Í stuttu máli er stóra vandamálið ekki það, að lausnir skorti. Mannkyn er ekki ráðalaust. Það er ekki vandinn. Vandamálið felst í hindrunum hefða og hugarfars. Orku og peningum — opinberu skattfé — er beinlínis stefnt í verkefni sem auka vandann, en ekki í verkefni sem leysa hann. Peningarnir sem settir eru í óumhverfisvæna starfsemi í stórum stíl má hæglega setja í umhverfisvæna starfsemi, og þá með störfum og tekjum fyrir alla þá sömu aðila og áður höfðu lífsviðurværi sitt af hinum gömlu háttum. Tökum dæmi. Lauslega áætlað og án þess að ég ætli með nokkru móti að gera lítið úr því hvað íslenska lambakjötið er bragðgott — sérstaklega í eggi og raspi — en gefum þessu samt smá sjens, í ljósi þess að kjötframleiðsla er jú einhver óumhverfisvænasta matvælaframleiðsla sem um getur: Ef þeir tæplega 12 milljarðar sem eru settir í það árlega að niðurgreiða framleiðslu á rauðu kjöti og mjólk yrðu settir bara einu sinni — í eitt ár — í það að rækta skóg væri hægt, við góð skilyrði, að kolefnisjafna allan útblástur Íslendinga í fjögur ár. Gerum það tíu sinnum og við erum með 40 ár. Minnkum neyslu okkar og við erum með 80 ár.

Þetta er gróflega reiknað og margt hangir á spýtunni, en þetta gefur hugmynd um stærðirnar. Viðfangsefnið er ógnarstórt, en lausnirnar eru hvarvetna í kringum okkur. Planta er lausn. Sólin er lausn. Vindur og mold. Hvað er þá vandamálið? Jú, við sjálf. Og það er næsta mál á dagskrá.

Vilt þú starfa í forystu VR?

Samkvæmt 20. gr. laga VR auglýsir kjörstjórn félagsins eftir einstaklingsframboðum til formanns og í stjórn félagsins og listaframboðum í trúnaðarráð. Framboðsfrestur er til **kl. 12.00 á hádegi, mánudaginn 8. febrúar**.

Um er að ræða annars vegar einstaklingsframboð til formanns, til sjö sæta í stjórn og þriggja til vara. Skrifleg meðmæli 50 félagsmanna þarf vegna einstaklingsframboðs til formanns og 15 þarf vegna einstaklingsframboðs til stjórnar og varastjórnar.

Hins vegar er um að ræða listaframboð fyrir 41 sæti í trúnaðarráð. Til að listi vegna trúnaðarráðs sem borinn er fram gegn lista uppstillingarnefndar sé löglega fram borinn þarf skrifleg meðmæli 373 félagsmanna sem og skriflegt samþykki frambjóðenda á listanum.

29. janúar 2021 – Kjörstjórn VR

Athygli er vakin á því að samkvæmt lögum VR er einstaklingi óheimilt að skipa sæti samtímis á lista til trúnaðarráðs og í einstaklingskosningu til formanns eða stjórnar félagsins.

Frambjóðendum er bent á **www.vr.is**, þar sem eyðublöð vegna framboða eru aðgengileg og ítarlegri upplýsingar birtar um framboð til formanns, stjórnar og trúnaðarráðs. Kjörstjórn VR veitir einnig frekari upplýsingar í síma **510 1700** eða með tölvupósti til **kjorstjorn@vr.is**

Framboðum og framboðslistum skal skilað til kjörstjórnar á skrifstofu VR, Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7.

VR • Kringlunni 7 • 103 Reykjavík
Sími 510 1700 • vr@vr.is • vr.is

VR

Konum í Dominos-deild kvenna bregður stundum í brún þegar þær sjá að dómarar eða þjálfarar bregðast við sögum þeirra á samfélagsmiðlum. Einn dómari hefur verið settur af innan veggja KKÍ vegna óviðeigandi skilaboða til leikmanns. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Áreitni á samfélagsmiðlum algeng

Jón Halldór Eðvaldsson, þjálfari toppliðs Keflavíkur, segir að stöðva verði áreitni sem stelpur í Dominos-deild kvenna verði fyrir frá dómurum og þjálfurum. Hann vill að ÍSÍ komi af stað verkferlum enda eigi krakkarnir ekki að þurfa að standa í þessari baráttu einir.

KÖRFUBOLTI Eftir að dómari var settur af innan KKÍ vegna óviðeigandi skilaboða til leikmanns hefur komið í ljós að slík skilaboð eru algengari en flestir halda. Svo virðist sem sumir dómarar og þjálfarar séu að senda skilaboð á leikmenn kvennaliða og jafnvel að fylgjast með þeim á samfélagsmiðlum. Skoðandi sögur þeirra og bregðast við með alls konar merkjasendingum.

„Leikmenn ættu ekki að vera að fá skilaboð frá dómurum eftir leiki," sagði leikmaður í Dominos-deild kvenna í samtali við DV sem birti fyrst fréttir af máli dómarans. „Við þurfum að mæta þessum gæjum reglulega og það er ekki auðvelt fyrir stelpur að stíga fram með svona," sagði sami leikmaður.

Jón Halldór Eðvaldsson, þjálfari toppliðs Keflavíkur í Dominos-deild kvenna í körfubolta, segir að hann sé búinn að lesa fréttirnar um áreitnina sem ungar stelpur í körfubolta virðast þurfa að eiga við. Hann hefur verið þjálfari kvennaliða lengi og verið í hringiðunni með Keflvíkingum, landsliðinu og Grindavík. Hann snéri aftur heim í Keflavík fyrir tímabilið og er sem stendur með liðið á toppnum.

„Það þarf að gera sér grein fyrir í hvaða aðstöðu þú ert sem þjálfari. Sem þjálfari er hægt að komast á þann stað að þú ert nánast í guðatölu hjá leikmönnum. Allt sem maður segir, sama hvað það getur verið, er gert. Þá er komið rosalegt vald og þetta vald er vandmeðfarið. Ef það er misnotað, ómeðvitað eða meðvitað, þá ertu kominn á mjög slæman stað að mínu mati."

Hann segist ekkert skilja í þeim sem séu að senda skilaboð á ungar stelpur. „Allir þurfa að vanda sig. Alþingismenn, listamenn og fleiri eru búnir að vera í umræðunni um svipað athæfi og ég skil þetta bara ekki. Ef menn bera virðingu fyrir því sem þú ert að gera þá ætti í raun ekki að vera neitt vandamál.

> **Það er alls konar viðbjóður í gangi þarna úti. Við þurfum öll að vera á tánum. Auðvitað á svona ekki að líðast og er eitthvað sem þarf að stoppa í fæðingu.**
>
> Jón Halldór Eðvaldsson

Hvað eru miðaldra kallar að senda ungum konum skilaboð? Til hvers? Hvaða vitleysa er þetta?" segir hann hneykslaður.

Skilaboð sem Fanney Lind Thomas birti á Twitter og eru frá þjálfara.

Jón vill sjá að Íþróttasamband Íslands setji á laggirnar einhvers konar verkferla þannig að stúlkur og strákar hafi einhvern stað að leita til sé viðkomandi að fá óviðeigandi skilaboð og ef sendandinn hættir ekki áreitninni. „Ef stelpa fær skilaboð eða einhver sem hún vill ekki tala við nálgast hana og viðkomandi tekur ekki neituninni, þá þarf að vera einhver leið fyrir stelpur og stráka að stoppa þetta í fæðingu.

Það er alls konar djöfulsins viðbjóður í gangi þarna úti. Við þurfum öll að vera á tánum. Auðvitað á svona ekki að líðast og er eitthvað sem þarf að stoppa í fæðingu. ÍSÍ þarf að taka þetta upp því ef leikmenn eru að fá skilaboð frá þjálfara eða dómara sem eru óviðeigandi, þá þarf það að fara í ferli.

Krakkarnir eiga ekki að þurfa að standa í þessu ein."

benediktboas@frettabladid.is

Reykjavíkurleikar í skugga skemmda

ÍÞRÓTTIR Reykjavíkurleikarnir, sem hefjast á morgun í fjórtánda sinn, fara fram í skugga COVID-19 faraldursins og skemmda á Laugardalshöll. Í tilkynningu frá forsvarsmönnum leikanna segir að snemma hafi orðið ljóst að leikarnir yrðu ekki með hefðbundnu sniði vegna COVID-19. Mótshaldarar hafa lagt mikla vinnu í að skipuleggja mótið á nýjan hátt til að fylgja öllum sóttvarnareglum.

Í ár er keppt í 18 íþróttagreinum og segir í tilkynningunni að ótrúlegt þyki að ekki hafi verið hætt við keppni í fleiri greinum. Keppt var í 23 greinum í fyrra.

Leikarnir verða með breyttu sniði en ákveðið var að dreifa meira úr dagskránni og eru leikarnir því í tíu daga í stað tveggja helga eins og áður. Síðustu ár hafa margir erlendir keppendur komið til landsins að keppa en eðlilega er ekki er von á þeim nú. Þá eru engir áhorfendur leyfðir og verður flestöllum viðburðum streymt ásamt því að RÚV mun sýna meira frá leikunum í ár. Vegna vatnsskemmda í Laugardalshöll munu svo ákveðnar keppnisgreinar Reykjavíkurleikanna fara fram í nærliggjandi bæjarfélögum. – bb

Júlían J. K. Jóhannsson á Reykjavíkurleikunum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> **Í ár er keppt í 18 íþróttagreinum en keppt var í 23 greinum í fyrra.**

EINSTÖK TILBOÐ Í ORMSSON

QLED Q 80T **50.000 KR AFSL.**
TILBOÐSVERÐ 399.900 KR

QLED Q 80T **50.000 KR AFSL.**
TILBOÐSVERÐ 649.900 KR

QLED Q 70T **100.000 KR AFSL.**
TILBOÐSVERÐ 549.900 KR

SAMSUNG

SJÓNVÖRP Á EINSTÖKUM JANÚAR VERÐUM

QLED Q 74T **20.000 KR AFSL.**
TILBOÐSVERÐ 179.900 KR

THE FRAME 20.000 KR AFSL.
TILBOÐSVERÐ 179.900 KR

75" TU 7005
TILBOÐSVERÐ 249.900 KR

SAMSUNG

EINSTÖK ÞVOTTAVÉL Á EINSTÖKU JANÚAR TILBOÐI
25% AFSLÁTTUR

TILBOÐSVERÐ
89.925 KR

EcoBubble 9kg 1600 sn. skilar sama þvottaárangri á lægri hita og sparar þannig rafmagn, gufukerfi sem drepur 99,9% baktería, Kolalaus mótor með 10 ára ábyrgð

Vrn. SANV70K1340BS/EE

Vrn. SANZ64M3NM1BB/UR

EINSTAKT TVENNU TILBOÐ Í JANÚAR

OFN OG HELLUBORÐ SAMAN Á 119.990 KR

SAMSUNG

ormsson

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

ORMSSON
LÁGMÚLA 8 - 530 2800

Skoðaðu úrvalið okkar á ORMSSON.IS

*SENDUM UM LAND ALLT

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

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
29. JANÚAR 2021 FÖSTUDAGUR

Það á að vera gaman að fara í skólann

Jurgita Motiejunaite innanhússhönnuður er að ljúka MA-gráðu í alþjóðlegu námi í menntunarfræði við Háskóla Íslands. Sjálf kennir hún börnum litháísku og listir við Litháíska móðurmálsskólann og er með einkasýningu og önnur verkefni á prjónunum.

„Mér finnst áskorun að finna skemmtilegar leiðir til að kenna börnum litháísku og líka að sjá börn þróast í sköpun og listum," segir Jurgita Motiejunaite, innanhúss- og húsgagnahönnuður. Hún kennir fjögurra ára börnum litháísku í Litháíska móðurmálsskólanum og er þar einnig með listakennslu fyrir eldri börn. Hún segir kennsluna vera mest í sjálfboðavinnu.

Jurgita hefur einnig verið með sögustundir á Borgarbókasafninu og skreytt þær með brúðuleikhússatriðum. Hún hefur miklu að miðla enda heldur hún sjálf áfram að auka þekkingu sína. Nú vinnur hún að meistaraverkefni í alþjóðlegri menntunarfræði, það snýst um fagmennsku móðurmálskennara. Einnig er hún að undirbúa einkasýningu í Gerðubergi á vordögum og útbúa verkefni fyrir barnamenningarhátíð Norræna hússins í apríl. „Þar verður áhersla á menningu Eystrasaltsríkjanna," segir hún stolt.

Jurgita hefur áhuga á mörgu, meðal annars handverki, ferðalögum og líka lestri á eigin móðurmáli. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ástin kviknaði úti í Vilnius

Jurgita útskrifaðist frá listaháskólanum í Vilnius árið 1999 og tók þátt í nokkrum sýningum, auk þess að kenna börnum í myndlistarskólanum þar um skeið. En hvenær flutti hún til Íslands og hvað kom til? „Ég flutti hingað 2008. En áður hafði ég komið hingað í vinnuferð um vor- eða sumartíma vegna viðskipta við íslensk fyrirtæki. Ég var að vinna hjá fyrirtæki í Vilníus og hitti þar íslenskan mann sem var að kaupa húsgögn. Þannig kynntist ég núverandi eiginmanni mínum. Ég flutti sem sagt til landsins rétt fyrir hrun en þá breyttist margt, bæði í Litháen og á Íslandi. Dóttir mín fæddist líka rétt eftir að ég kom hingað svo það varð mikil breyting á lífinu hjá mér og auðvitað líka í samfélaginu."

Heilt yfir segir Jurgita sér þó hafa liðið vel á Íslandi. Henni finnst íslenski maturinn góður ef undan er skilinn þorramatur og skata! „Íslenskur matur minnir mig á litháískan mat, nema hvað Litháar borða svínakjöt í stað lambakjöts."

Sextíu börn að læra litháísku

Í Litháíska móðurmálsskólanum hefur Jurgita kennt frá árinu 2011, en segir skólann hafa verið stofnaðan árið 2004 af konu sem heiti Jurgita Milleriene. „Við erum tólf sem kennum þar nú og nemendurnir eru um 60. Kennslan fer fram í Fellaskóla nokkra tíma á laugardögum frá september fram í maí. Námsgreinarnar eru sumar óhefðbundnar, skátastarf, leiklist og alls konar. Það á að vera skemmtilegt að vakna á laugardögum og fara í skólann." Þó viðurkennir hún að erfiðara sé að gera unglingum til hæfis en þeim yngri og það fækki í árgöngunum eftir því sem þeir eldast. COVID hafði að sjálfsögðu sín áhrif í litháíska skólanum eins og öðrum. „Við vorum með fjarkennslu bæði í vor og aftur í haust," lýsir Jurgita. „En núna eru nemendur komnir aftur í skólann og það var gaman að hittast."

Ég flutti sem sagt til landsins rétt fyrir hrun en þá breyttist margt, bæði í Litháen og á Íslandi.

gun@frettabladid.is

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Jón V. Jóhannesson

Espihóli, Eyjafjarðarsveit,

lést 23. janúar.
Útför hans fer fram frá Grundarkirkju föstudaginn 5. febrúar kl. 13.30. Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu verða einungis nánustu ættingar viðstaddir en athöfninni verður streymt á Facebook-síðunni Jarðarfarir í Grundarkirkju – beinar útsendingar.

Sigrún Eydís Jónsdóttir
Kristinn Viðar Jónsson
Jóhannes Ævar Jónsson
Valgerður Anna Jónsdóttir
Guðmundur Bjarnar Guðmundsson
Ásta Guðrún Sveinsdóttir
Sigurlaug Björnsdóttir
Rúnar Ísleifsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Okkar ástkæri eiginmaður, faðir, fóstri, tengdafaðir, afi og langafi,

Guðmundur Einarsson

Suðurhópi 1, Grindavík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja sunnudaginn 24 janúar.
Útförin fer fram frá Grindavíkurkirkju mánudaginn 1. febrúar kl. 15.00 að viðstöddum fjölskyldu og nánustu vinum. Streymt verður frá athöfninni á slóðinni: youtu.be/EooqBf3zicU
Þökkum auðsýnda samúð.

Guðrún H. Jóhannesdóttir
Bjarki Guðmundsson
Víðir Guðmundsson
Fríða Egilsdóttir
Margrét Magnúsdóttir
Þórdís Elva Þorvaldsdóttir
Bergsteinn Ólafsson
afa- og langafabörn.

Nú á að telja fuglana í görðum landsins

„Það er starri hérna tvo metra frá mér, úti á svölum. Hann horfir á mig gegnum gluggann og ég veit ekki hvort hann er að þakka mér fyrir matinn áðan eða kvarta. Kannski var þetta ekki nógu djúsí hjá mér!" segir Guðrún Lára Pálmadóttir, verkefnastjóri kynningar- og náttúruverndarmála Fuglaverndar. Glugginn sem hún situr við er vestur á Hellissandi og þaðan ber jökulinn við loft. Hún kveðst eiga þetta hús og á tímum fjarvinnu sé heppilegt að dvelja þar viku og viku og vera í borginni á milli.

Tilefni símtalsins er hin árvissa garðfuglahelgi Fuglaverndar nú um helgina. Þá eiga landsmenn að telja fugla í görðum sínum í einn klukkutíma, einhvern daginn. Glöggar leiðbeiningar eru um talninguna á síðu Fuglaverndar, ásamt eyðublöðum og fuglamyndum, því það er ekki nóg að telja, heldur þarf líka að greina tegundir. Þeir fuglar sem fljúga yfir eða eru í nágrannagörðum eiga ekki að reiknast með.

Guðrún Lára hóf nýlega störf hjá Fuglavernd, að eigin sögn. „Þeir Örn Óskarsson og Ólafur Einarsson, líffræðingar og framhaldsskólakennarar, hafa séð um þessa talningu í áraraðir. Hún byrjaði víst sem skólaverkefni við Fjölbraut á Selfossi og smitaðist svo út til almennings. Þátttakendur eru í flestum tilfellum fólk sem gefur fuglunum reglulega," segir hún og kveðst sjá það á gögnum síðustu ára að milli 150 og 300 manns hafi tekið þátt í talningunni árlega. „Þetta hefur verið vinsælt verkefni og mér sýnist á samfélagsmiðlum núna að fólk sé áhugasamt. Það eru jú 3.000 manns í hópnum Fuglafóðrun og þar er þvílíkur metnaður í gangi og flottir matseðlar. Það er bara dásamlegt hvað fuglavinir eru duglegir að gauka mat að smáfuglunum."

Þríeyki snjótittlinga með sýn í allar áttir. MYND/JÓHANN ÓLI HILMARSSON

Mér sýnist á samfélagsmiðlum að fólk sé áhugasamt

Guðrún Lára lokkar fugla til sín með matargjöfum eins og margir aðrir.

gun@frettabladid.is

Fólk

FÖSTUDAGUR 29. JANÚAR 2021

Íslenskt
láttu það ganga

Kjartan Ólafsson fékk áður útrás fyrir hönnunar- og smíðaþörfina með því að gera upp íbúðir sínar en nú hannar hann og smíðar hillur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Framtíðin björt, ruglingsleg og stútfull af fjöri og ást

Viðskiptafræðingurinn Kjartan Ólafsson vann við sölu- og markaðsmál um árabil en ástríðan lá alltaf í smíði og hönnun. Í kjölfar COVID fékk hann tækifæri til að láta drauminn rætast og hannar nú og smíðar eigin hillur og skápa. →2

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN

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

Framhald af forsíðu

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is

Kjartan er 35 ára gamall og er menntaður viðskiptafræðingur. Hann hefur starfað við sölu- og markaðsmál frá því að hann man eftir sér. „Ég var hjá 66°Norður á fyrirtækjasviði í um fjögur ár en svo tók ég smá u-beygju fyrir nokkrum árum og starfaði sem aðstoðarhótelstjóri hjá Deplar Farm í tæp tvö ár. Ég laðast alltaf að arkítektúr, innanhússhönnun og húsgagnasmíði og finn vel að mig langar að fara meira í þá áttina."

Áhugamálin eru af ýmsum toga. „Ég hef mikinn áhuga á skot- og stangveiði, æfði fótbolta í tæp 25 ár og er heltekinn af golfi í seinni tíð."

Rómantík í gegnheilum við

Kjartan hefur alla tíð notið þess að vinna með höndunum. Það var svo á unglingsárunum sem hann, ásamt tvíburabróður sínum og vini, fékk verkefni frá frænda vinarins sem fólst í því að rífa allt innan úr íbúðum og byggja upp. „Faðir sama vinar míns er svo húsgagnasmiður og ég vann hjá honum í dágóðan tíma á sumrin og með skóla þegar ég var ungur. Þannig að ég hef lengi verið að brjóta og bramla eitthvað sniðugt."

Hann segir allt ferlið spennandi. „Það er ekki bara smíðin sjálf sem heillar mig heldur allt frá því að byrja að hanna í huganum, teikna á blað og svo fara í að smíða. Síðan er smíðin mjög róandi að mörgu leyti, maður nær ekki að hugsa um neitt annað á meðan. Það er líka svo gaman að finna fallegar lausnir og leysa vandamál og ná að framkvæma lausnina á fallegan hátt."

Skemmtilegast er að vinna með gegnheilan við. „Það er einhver rómantík í því að vinna með efni sem maður mótar frá grunni."

Hvaðan komu hillurnar?

„Ég er alltaf að skoða húsgögn og þegar ég fékk þetta verkefni í hendurnar var ég strax með ákveðna hugmynd í huga. Ég sá nefnilega upphengdar hillur frá sænsku fyrirtæki en þær eru þannig að það er ekki hægt að færa hillurnar til og eru frekar einfaldar í útliti. Maður sér sjaldan upphengdar hillur á heimilum, sérstaklega svona stórar hillur, og því langaði mig að fara aðra leið fyrir þennan viðskiptavin og valdi upphengdar. Út frá þeirri hugmynd byrjar maður að teikna og pæla í útlitinu," útskýrir Kjartan.

„Ég fékk svo ráð frá vini mínum, sem á verkstæðið sem ég er að leigja, varðandi að fá styrk í hillurnar og endaði því á því að smíða ramma sem ég festi upp í loft en ekki einungis stoðir sem hillurnar myndu leggjast á. Þegar ég var búinn að ákveða að smíða ramma utan um hillurnar langaði mig að búa til smá aukafíling með því að hafa neðstu hilluna 4 sentímetrum fyrir ofan rammann og því er dálítið eins og neðsta hillan fljóti sem gefur hillunum ákveðinn blæ."

Kjartan leitaðist eftir því að hafa skápana einfalda en vandaða. „Skáparnir eru úr gegnheilum við, eins og hillurnar, og því fór ég þá leið að fræsa raufar og tappa og límdi svo skápana saman. Ég notaði svo sömu eikarborðin í hurðirnar."

Kærastan er megabeib

Kjartan hafði lengi langað að hanna og smíða húsgögn auk þess sem hann hafði áhuga á innanhússhönnun en hafði aldrei gefist tími til að sinna því. „Ég hætti í síðasta starfi í febrúar í fyrra og fékk þá íbúðina mína á Hringbraut afhenta sem ég tók í gegn og ætlaði svo aftur á atvinnumarkaðinn eftir að ég væri búinn að klára íbúðina. Svo skellur COVID á og þá varð ég atvinnulaus í fyrsta skipti á ævinni. Ég ákvað þá að sækja um nám í Mílanó en vegna COVID lokaðist allt og ég komst ekki út."

Hann kvartar þó ekki, því eins og oft vill verða gripu örlögin í taumana. „Kosturinn hins vegar við að fara ekki út í nám er sá að ég kynntist kærustunni minni í miðju COVID. Ég er því ekkert að kvarta yfir því að hafa ekki komist út, kærastan mín er svo mikið megabeib að ég gæti ekki verið ánægðari eins og staðan er. Við grínumst oft með hvernig okkar kynni og tímabil hefur verið en við höfum auðvitað verið ofan í hvort öðru frá degi eitt og þar sem ég var atvinnulaus og allt lokað út af COVID þá höfum við kynnst á súperhraða og þekkjum hvort annað mjög vel. En vegna aðstæðna ákvað ég að fara á fullu að finna mér verkefni við smíðar sem mig hefur alltaf langað til að gera. Ég hef líka verið að taka að mér parketlögn og fleira," segir hann.

„Ég bý núna á Túngötu í miðbænum með kærustunni minni, henni Önnu Rakel Róbertsdóttur Glad, og syni hennar Róberti Þrymi. Við erum að leigja þar sem stendur í mjög fallegu húsi. Markmiðið er svo að kaupa fallega íbúð saman og ef ég þekki okkur rétt mun sú íbúð líklega vera handónýt að innan sem við byggjum upp saman. Anna Rakel er líka mjög handlagin, með rosalega flottan stíl og óhrædd við að fara öðruvísi leiðir. Það verður eitthvað þegar við förum í framkvæmdir."

Áttu þér einhverja draumaeign?

„Ekki neitt eitt ákveðið hús en það eru tvær týpur af eignum sem ég væri til í. Fyrsta íbúðin sem ég er búinn að búa til í huga mínum er þessi dæmigerða New York loftíbúð með háum gluggum og miklu rými, en sú eign er víst ekki til hér á Íslandi þannig að hún heldur bara áfram að vera í huga mínum. Hin er fallegt einbýlishús, alls ekki of stórt, með stórum frönskum gluggum, fallegu eikarparketi, mikilli lofthæð og rýmum þar sem hægt væri að skapa skemmtilegt andrúmsloft. Einn glugginn yrði að vera þannig að ég gæti smíðað bekk sem væri hægt að liggja á og lesa bók, sem ég geri reyndar aldrei, og horfa út um gluggann með morgunkaffinu."

Hvað er fram undan hjá þér?

„Framtíðin er björt og margt sem mig langar að gera. Það er eins og ég sé á gatnamótum og fleiri en ein beygja sem ég þarf að velja. Smá fyndið að vera 35 ára og vera að hugsa um að breyta um starfsvettvang. Viðskiptafræðin mun alltaf nýtast mér en mig langar að smíða meira og ná mér í þekkingu í innanhússhönnun. Hver veit nema ég fari í arkitektúrinn. Framtíðin er björt, ruglingsleg, full af fjöri og ást.

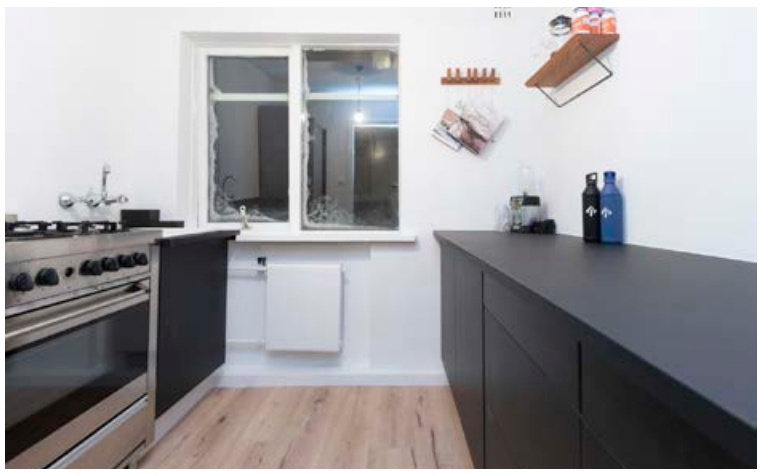
Ég er alltaf til í kaffibolla hjá aðila sem vantar aðstoð og fara í hugmyndavinnu. Það er hægt að ná í mig á samfélagsmiðlum og líka auðvitað hægt að taka upp símann og hringja í mig í síma 8663838."

Hillurnar eru ákaflega vandaðar.

Skáparnir og hillurnar sem Kjartan smíðar eru úr gegnheilum við.

Kjartan hannar og smíðar hillur og skápa úr gegnheilum við. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Eldhús í íbúð Kjartans á Hraunteigi áður en hann fór í framkvæmdir.



Eldhúsið á Hraunteigi eftir að Kjartan fór í framkvæmdir. Munurinn er hreint út sagt ótrúlegur og ljóst að Kjartan er á réttri hillu í smíðunum.

Svona var baðherbergið á Hraunteigi áður en Kjartan tók það í gegn.

Baðherbergið eftir framkvæmdir. Kjartan hefur gert upp tvær íbúðir með miklum glæsibrag, hægt er að sjá fleiri myndir af þeim á vef Fréttablaðsins

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.

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

Útgefandi: Torg ehf | **Ábyrgðarmaður:** Björn Viglundsson

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.

Vörubílar & vinnuvélar

FÖSTUDAGUR 29. JANÚAR 2021

Kynningar: Fagverk, Ellingsen, Klettur

Vilhjálmur Þór Matthíasson segir að Fagverk sé eina fyrirtækið sem dekkar allan pakkann þegar kemur að malbikun, allt frá gröfu upp í malbikunarstöð. MYND/STEINÞÓR RAFN MATTHÍASSON

2020 var mesta framfaraár í sögu fyrirtækisins

Fagverk verktakar er fyrirtæki sem dekkar allt sem viðkemur malbikun. Fyrirtækið hóf framleiðslu á malbiki á síðasta ári, sem tryggði aukna samkeppnishæfni og skilaði besta árinu til þessa. →2

Framhald af forsíðu

Fagverk verktakar sérhæfa sig í malbikun og malbiksfræsun og framleiða líka eigið malbik undir merkinu Malbikstöðin. Fyrirtækin þjónusta sveitarfélög og verktaka og hafa innan sinna raða starfsfólk sem býr yfir áratuga reynslu við malbikun og undirbúningsvinnu.

Fagverk verktakar var stofnað árið 2004 af Vilhjálmi Þór Matthíassyni. Höfuðstöðvar fyrirtækisins eru staðsettar í Mosfellsbæ og starfsmannafjöldinn hefur vaxið jafnt og þétt með stækkun fyrirtækisins. Í dag eru starfsmenn 32, en þeim fjölgar í 40 yfir háannatíma malbikunar á sumrin. Stjórnendur fyrirtækisins eru: Vilhjálmur Þór eigandi, Jón Grétar Heiðarsson, Matthías Matthíasson, Vilmundur Geir Guðmundsson, Baldur Þór Halldórsson, Arnar Hrafnsson, Kristján Kristjánsson og Inga María Ottósdóttir.

Hófu framleiðslu á malbiki í vor

„Við erum eina fyrirtækið sem dekkar allan pakkann þegar kemur að malbikun, allt frá gröfu upp í malbikunarstöð, en við höfum framleitt malbik frá því síðasta vor," segir Vilhjálmur Þór, framkvæmdastjóri og stofnandi. „Malbiksframleiðslan fer fram í nýrri stöð að Koparsléttu 6-8 í Reykjavík, stutt frá höfuðstöðvum fyrirtækisins. Malbikstöðin stefnir á að vera leiðandi í umhverfisvænni framleiðslu malbiks á Íslandi, sem meðal annars kemur fram í minni kolefnislosun með því að nýta metan við vinnslu malbiks í samstarfi við Sorpu.

Malbikstöðin & Fagverk og Sorpa hafa undirritað sameiginlega viljayfirlýsingu um kaup og sölu á allt að milljón normalrúmmetrum (Nm3) af hreinsuðu metangasi á ári," útskýrir Vilhjálmur. „Það samsvarar tæplega helmingi af afkastagetu GAJA, gas- og jarðgerðarstöðvar Sorpu. Með yfirlýsingunni lýsa Malbikstöðin & Fagverk og Sorpa yfir ætlun sinni til að starfa saman að því að á komist bindandi samningur þeirra á milli um viðskipti með metan um mitt ár 2021."

Juku samkeppnishæfnina

„Við ákváðum að hefja framleiðslu á malbiki til að gera okkur samkeppnishæfari, en við höfum verið í klemmu vegna samkeppni við Reykjavíkurborg, sem framleiðir og leggur malbik," segir Vilhjálmur Þór. „Borgin hefur selt okkur malbik á sama tíma og hún hefur verið í samkeppni við okkur.

Við reistum því malbikunarstöð, sem gerði okkur samkeppnishæfari á markaði og tryggði okkur fleiri verkefni en áður," segir Vilhjálmur Þór. „Þetta hefur skilað miklum árangri, vegna þess að þrátt fyrir að COVID-19 hafi valdið frestun verkefna og uppskiptingu á mannskap fyrirtækisins var árið 2020 mesta framfaraár í sögu þess, sem styður við markmið fyrirtækisins um að stækka markaðshlutdeild sína."

Hörð samkeppni frá borginni

„Við teljum að Reykjavíkurborg ætti ekki að reka sams konar malbikunarfyrirtæki og okkar og keppa við okkur á markaði," segir Vilhjálmur Þór. „Borgin er núna að fara að loka sinni malbiksverksmiðju vegna skipulagsmála og í staðinn tryggði hún sér lóð við hliðina á okkar malbikunarstöð. Þannig að Reykjavíkurborg ætlar að reisa nýja malbiksverksmiðju fyrir marga milljarða við hliðina á okkar. Þannig er verið að nota peninga Reykjavíkurborgar til að vera í samkeppni við okkur.

Það er erfitt að skilja hvað býr að baki," segir Vilhjálmur Þór. „Ég velti því fyrir mér hvernig eigi að fá fé Reykvíkinga til baka í svona harðri samkeppni. Hvað er næsta skref eftir byggingu malbiksverksmiðjunnar? Á að selja hana? Eða halda áfram í samkeppni við einkaaðila, jafnvel næstu áratugi? Hver er tilgangurinn með þessu?"

Fagverk verktakar var stofnað árið 2004. Starfsmenn eru 32, en þeim fjölgar í 40 yfir háannatíma malbikunar á sumrin. MYNDIR/STEINÞÓR RAFN MATTHÍASSON

> Þrátt fyrir að COVID-19 hafi valdið frestun verkefna og uppskiptingu á mannskap fyrirtækisins var árið 2020 mesta framfaraár í sögu þess.

Áhersla á öryggi og gæði

„Fyrirtækið leggur mjög mikla áherslu á gæði og öryggi á öllum sviðum og leggur mikinn metnað í öruggt starfsumhverfi, starfsfólki og viðskiptavinum til heilla," segir Vilhjálmur Þór. „Fyrirtækið rekur líka eigið verkstæði, sem tryggir að allur aðbúnaður og tæki séu í eins góðu ástandi og hugsast getur. Samhliða stækkun á fyrirtækinu hefur tækja- og bílakosturinn líka vaxið og við erum nú með vel yfir 100 vélar og bíla.

Fagverk verktakar og Malbikstöðin leggja líka mikið upp úr því að gefa til baka til samfélagsins og til að mynda höfum við styrkt fótboltann undanfarin ár og nafn knattspyrnuvallar Aftureldingar árin 2020-2023 er Fagverksvöllurinn," segir Vilhjálmur Þór. „Það er gaman að gefa af sér og fyrirtækið er einnig félagi í ýmsum samtökum, svo sem Samtökum iðnaðarins og Félagi vinnuvélaeigenda."

Allar nánari upplýsingar um Fagverk má finna á heimasíðunni: malbikstodin.is.

Fagverk reisti malbikunarstöð síðasta vor sem gerði fyrirtækið samkeppnishæfara og tryggði því fleiri verkefni.

Malbikstöðin ætlar að vera leiðandi í umhverfisvænni framleiðslu á malbiki.

Fyrirtækið leggur mjög mikla áherslu á gæði og öryggi á öllum sviðum.

Fagverk hefur verið í klemmu vegna samkeppni við Reykjavíkurborg .

Útgefandi: Torg ehf. | Ábyrgðarmaður: Björn Víglundsson | Sölumaður auglýsinga: Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, | Veffang: frettabladid.is

TRAUSTUR VINNUFÉLAGI Í ÖLL VERK

NÝR TOYOTA PROACE CITY

Toyota Proace City er harðjaxl með góða dráttargetu (allt að 1,5 tonn) og mikið burðarþol (allt að 1 tonn). Hann er lipur í akstri, athafnar sig vel í þröngum götum og bílastæði eru ekki vandamál. Proace City er fáanlegur í nokkrum útfærslum sem henta bæði fyrirtækjum og stærri fjölskyldum. **Nýr Proace City kemur með 7 ára (3+4) ábyrgð og honum fylgir 3 ára þjónusta.** Skoðaðu nánar á toyota.is

Verð með vsk. frá: 4.290.000 kr.

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

7 3+4 ÁBYRGÐ
3 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. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

Bras og vesen skemmtilegast

Harpa Sigríður Bjarnadóttir lét sig barnung dreyma um að verða vörubílstjóri þegar hún sá konu aka bleikum vörubíl. Hún réð sig sem bílstjóra til Noregs án þess að vera komin með meirapróf.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Ég hef frá blautu barnsbeini haft mikinn áhuga á vörubílum og vinnuvélum. Afi minn var vörubílstjóri og heima í sveitinni þótt mér ekkert eðlilegra en að vera með stórar „búkollur“ og traktora í garðinum,“ segir Harpa Sigríður Bjarnadóttir, en „búkollur“ eru gríðarstór námutæki á risastórum dekkjum.

Harpa er alin upp á jörðinni Leirvogstungu sem var í eigu afa hennar á vörubílnum, eða allt þar til hann seldi landareignina undir nýtt íbúðahverfi í Mosfellsbæ.

„Áður vorum við með fimm hús í Leirvogstungu, fjárhús og hesta, en eftir söluna breyttist landslagið heldur betur og við tóku stórtækar framkvæmdir með vinnuvélum af öllum stærðum og gerðum. Ístak var þar stærsti verktakinn og afi vann fyrir þá. Dagarnir liðu í að fylgjast með spennandi framvindunni og alls konar veseni; ég man eftir bílum og búkollum sem festu sig og fóru á hliðina og þegar það var reist við aftur,“ segir Harpa og brosir að minningunni.

Kona á bleikum vörubíl

Harpa var farin að keyra traktor við sumarslátt í Kjósinni og austur í sveitum þegar hún var tólf ára.

„Ég naut mín í botn og var alltaf ákveðin í að fara þessa leið, eins og afi. Átta ára fékk ég stjörnur í augun þegar ég sá unga konu keyra bleikan vörubíl og lengi vel hélt ég að það hefði verið ímyndun hjá mér. Þegar ég réð mig svo til starfa sem bílstjóri hjá Gröfu og grjóti kom í ljós sú ótrúlega tilviljun að nýi vinnuveitandinn minn átti þennan bleika bíl og systir hans hafði ekið honum,“ segir Harpa sem tók meiraprófið undir eins og hún hafði aldur til.

„Fyrir mér var sjálfsagt og engin fyrirstaða að fara út í þennan bransa eins og fjölskyldan mín. Það var ekki fyrr en ég fór í meiraprófið og að vinna við þetta að ég uppgötvaði að í bransanum er meirihlutinn strákar. Mér fannst í fyrstu erfitt að vera eina konan í karlaríkinu, þegar strákarnir voru forvitnir um mig, vildu sjá hvort ég kynni að keyra og gæti bjargað mér. Þá voru þeir í startholunum að stökkva til og hjálpa, en í dag er þetta allt eðlilegt og þeir sjá að ég klára mig sjálf á hlutunum, rétt eins og þeir. Ég varð því fljótt ein af hópnum og virðing borin fyrir mér.“

Harpa Sigríður stendur hér stolt og keik við glæstan vinnubílinn sem er merktur nafni hennar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sjálfstraust og skynsemi segir Harpa mikilvæg við stjórn bíla og vinnuvéla.

Meirapróf á elleftu stundu

Harpa réð sig sem atvinnubílstjóra í sumarafleysingum í Noregi áður en hún var komin með meiraprófið upp á vasann.

„Norska fyrirtækið ASKO kemur hingað árvisst í leit að Íslendingum í vinnu því þeir þykja duglegir og telja ekki eftir sér að vinna langan vinnudag. Ég fór í viðtal, fékk vinnuna og varð þá að gjöra svo vel að standa mig og fá réttindin. Það var gríðarlegt stress, prófið átti að fara fram föstudaginn 31. maí og ég átti flug utan laugardagsmorguninn 1. júní. Í ljós kom að prófdómarinn var veikur á prófdaginn en ég sagði það ekki ganga upp, ég væri að fara í vinnu til Noregs innan sólarhrings og yrði að fá prófskírteinið þennan dag, og var þá annar prófdómari kallaður til,“ rifjar Harpa upp og hlær að öllu saman.

> Mér finnst allt bras voða skemmtilegt, þegar eitthvað er erfitt og vesen. Ég var til dæmis í húsaflutningum á eftirvagni og það var ógeðslega gaman, að keyra í lögreglufylgd á Akranes með heilt hús í eftirdragi.

Harpa kann tökin á alls konar vinnuvélum, eins og þessari stóru búkollu í bakgrunni.

Í Noregi vann hún á kassabíl við dreifingu matvæla hingað og þangað um Noreg.

„Ég hrósa happi yfir að hafa byrjað ferilinn í Noregi því þar er umferðin komin miklu lengra á veg en hér, vegakerfið er miklum mun betra og umferðin agaðri. Mér var strax hent út í djúpu laugina og réttir billyklarnir, kunni ekki á lyftara né verklagið, og fann út úr hlutunum sjálf. Þá þekkti ég ekki landssvæðið og vissi aldrei fyrir víst hvort ég væri komin í réttan bæ, en treysti bara á landakortið. Norðmenn veigra sér svo við að tala ensku í sínu heimalandi og því þurfti ég að dusta rykið af grunnskóladönskunni og blanda einhverju saman í von um að gera mig skiljanlega, en ég gat orðið spjallað aðeins eftir sumarið.“

Fann sína réttu hillu

Eftir norsku sumarvinnuna fór Harpa að vinna á „trailer“ sem er vörubíll með eftirvagni, og þaðan réði hún sig í vinnu hjá Gröfu og grjóti, þar sem hún vinnur enn. Þar ekur hún hvítum, fallegum vörubíl sem er merktur nafni hennar, og á búkollu eins og til fellur.

„Ég er klárlega á réttri hillu í lífinu og væri til í að vera viðloðandi vörubíla og vinnuvélar í framtíðinni þótt ég verði kannski ekki akkúrat í þessum bransa þegar ég verð komin með börn og buru. Þetta er ekki endilega fjölskylduvæn vinna og iðulega unnið frá klukkan sjö á morgnana til sjö á kvöldin og ætlast til að maður sé til taks fram á kvöld, en auðvitað er vel hægt að finna störf í þessum bransa með styttri vinnutíma,“ segir Harpa sem er ein af fáum konum sem vinna í fullu starfi sem þessu á Íslandi. Aðrar grípa í stöku verkefni.

„Við erum ekki margar en tæplega tuttugu í Snapchat-grúbbu þar sem við spjöllum saman og sýnum frá vinnu okkar og leitum ráða. Ef ný kona kemur til starfa fréttist það um leið og við vingumst við hana og erum til taks. Ég væri til í að sjá miklu fleiri stelpur í þessum bransa og hvet þær til að prófa. Þetta er ekki erfiðari vinna en hver önnur og lærist eins og annað. Upp úr stendur að þetta er rosalega skemmtilegt starf og það er hægt að hafa gott upp úr því. Maður er fljótur að vinna sér inn fyrir hlutunum. Sjálf ætla ég að byggja hús í Leirvogstungu í sumar og hef safnað mér fyrir því í þessari vinnu. Það er líka búbót og hæg heimatökin að kunna til verka á vinnuvélunum sjálf.“

Sjálfstraust og skynsemi

Skemmtilegast segir Harpa vera þegar mikið er að gera og um að vera.

„Mér finnst bras voðalega skemmtilegt, þegar eitthvað er erfitt og vesen. Ég var til dæmis í húsaflutningum á eftirvagni og það var ógeðslega gaman, að keyra í lögreglufylgd á Akranes með heilt hús í eftirdragi. Því meira bras, því meiri áskorun og skemmtilegt.“

Hún segist aldrei smeyk undir stýri.

„Ég var það stundum fyrst en sjálfstraustið jókst hratt. Í kringum mann er líka fullt af góðu fólki og reynsluboltum ef eitthvað gerist. Ég hef lítið keyrt á slæmum þjóðvegunum en fór ferðir vestur á firði með lifandi laxaseiði og þar eru vegirnir örmjóir og ótraustir. Þá hefur maður varann á og keyrir hægar. Með skynsemina að vopni er ekkert að óttast, en það þarf sjálfstraust til að bera og að treysta á sjálfan sig. Þá eru manni allir vegir færir.“

SIMPLY MY TRUCK.
SIMPLY THE BEST.
MAN
TGX
INTERNATIONAL
TRUCK OF THE YEAR
2021
MAN
MAN 640
Nýr MAN TGX.
Vörubíll ársins 2021
Hin fullkomna heildarlausn: Ný kynslóð MAN vörubifreiða er svo sannarlega heillandi með bestu MAN ökumannsaðstöðu frá upphafi, framúrskarandi skilvirkni sem og hagkvæmni, fjölbreytt framboð ökutækja og öflugt samstarf í þjónustu við viðskiptavini. Þetta gerir nýja MAN TGX að Vörubíl ársins 2021 að dómi Evrópskra blaðamanna fagtímarita.
Þetta gerir starfsfólk MAN stolt af afrekum sínum.
#SimplyMyTruck www.kraftur.is
MAN

Fimm magnaðar trukkakvikmyndir

Trukkaþemað hefur lengi verið vinsælt í kvikmyndasögunni og þá sérstaklega hefur hryllingsmyndaiðnaðurinn í BNA nýtt sér þessa ákveðnu atvinnugrein til að setja fram vegasögur.

Jóhanna María Einarsdóttir
johannamaria@frettabladid.is

Þegar kemur að því að stilla upp meginandstæðum sveitar og borgar í bandarísku samfélagi eru vörubílstjórar oft skjólstæðingar sveitarinnar á meðan aðrar persónur eru fulltrúar borgarinnar. Í flestum tilfellum er sveitin að hefna sín á eða refsa persónum sem koma úr borginni og skilja ekki hvernig lífið virkar utan borgarmarkanna. En vörubílstjórar eru auðvitað jafn misjafnir og þeir eru margir í kvikmyndum og það eru alls ekki allar trukkakvikmyndir hryllingsmyndir. Sumar falla mun frekar undir ævintýraþemu, dramakvikmyndir og jafnvel söngleiki eins og í tilfelli Bollywood-kvikmyndarinnar Aasha.

Rúllandi hefnd

Rolling Vengeance, einnig þekkt undir nafninu Monster Truck, er kvikmynd frá árinu 1987. Um er að ræða svokallaða „exploitation“ kvikmynd, sem er sérstök kvikmyndagrein sem nýtir sér þemu úr samtímanum, eins og kynlíf, ofbeldi eða fíkniefni. Kvikmyndinni var leikstýrt af Steven Hilliard Stern og voru aðalleikarar Don Michael Paul og Ned Beatty.

Rolling Vengeance fjallar um trukkabílstjóra sem útbýr sérstakan átta tonna trukk sem hann notar til þess að leita hefnda gegn bóndadurgum sem myrtu fjölskyldu hans og nauðguðu kærustu hans. Upphaflegt handrit kvikmyndarinnar átti að fjalla un ungan mann sem útbjó sérstaka risatrukka til þess að útrýma bílstjórum sem keyrðu undir áhrifum áfengis og fíkniefna.

Vörubílakvikmyndir falla oft undir hryllingsgreinina en það er þó alls ekki algilt. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY.

> Þeir halda niður í undirheimana undir Kínahverfinu þar sem þeir standa frammi fyrir aldagömlum seiðskratta að nafni David Lo Pan.

Klikkaði Kalli: Reiðileiðin

Mad Max: Fury Road muna margir eftir enda vinsæl kvikmynd sem kom út árið 2015 og byggir á Mad Max-æðinu. George Miller leikstýrði Fury Road í samstarfi við Brendan McCarthy og Nico Lathouris sem sáu um handritið. Aðalleikarar eru þau Tom Hardy, Charlize Theron, Nicholas Hoult, Hugh Keays-Byrne, Rosie Huntington-Whiteley, Riley Keough, Zoë Kravitz, Abbey Lee og Courtney Eaton.

Mad Max: Fury Road er síðheimsendasaga sem gerist í eyðilandi þar sem eldsneyti og vatn eru sjaldgæfar munaðarvörur. Myndin fjallar um Max Rockatansky sem slæst í för með Furiosa til að flýja költleiðtogann Immortan Joe og hersveitir hans sem ferðast um í stórum brynvörðum trukk. Stór hluti kvikmyndarinnar snýst um aðdáunarverðan og spennandi vegabardaga þeirra á milli.

Trukkakvikmyndir eru oft einnig eins konar vegamyndir. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Vonarstjarna

Aasha, sem merkir von, er indversk dramakvikmynd á hindí frá árinu 1980. Kvikmyndinni er leikstýrt af J. Om Prakash. Aðalleikarar eru Jeetendra, Reena Roy og Rameshwari og tónlistin er samin af Laxmikant Pyarelal.

Sagan fjallar um vörubílstjórann Deepak (Jateendra) sem skutlar frægri söngkonu, Aasha (Reena Roy), þegar bifreið hennar bilar. Þau verða góðir vinir. Deepak er ástfanginn af Mala (Rameshwari) sem hann giftist og Aasha biður þau vel að lifa. Þó svo hún kalli Deepak „dost“ eða vin, þá er hún að sjálfsögðu gjörsamlega kolfallin fyrir honum. Kvikmyndin var afar vinsæl á sínum tíma og síðan þá hefur hún orðið eins konar költkvikmynd.

Ansans vandræði í Litla-Kína

Big Trouble in Little China kom út árið 1986 og var leikstýrt af John Carpenter. Kvikmyndin er eins konar blanda af bardagalista-fantasíu og hasar/grínmynd og eru aðalleikararnir þau Kurt Russell, Kim Cattrall, Dennis Dun og James Hong.

Sagan segir af Jack Burton, sem hjálpar vini sínum Wang Chi að bjarga græneygðri kærustu Wangs frá ribböldum í Kínahverfi San Francisco. Þeir halda niður í undirheimana undir Kínahverfinu þar sem þeir standa frammi fyrir aldagömlum seiðskratta að nafni David Lo Pan, sem þarfnast græneygðrar konu til þess að giftast honum svo hann geti losnað undan aldagömlum álögum.

Rúnturinn

Joy Ride er bandarískur hryllingstryllir frá árinu 2001 sem John Dahl leikstýrði. Handritshöfundar voru J. J. Abrams og Clay Tarver.

Lewis Thomas, sem leikinn er af Paul Walker, er nýbyrjaður í háskóla og heldur í ferðalag í sumarfríinu til að sækja æskuskotið, Vennu, sem leikin er af Leelee Sobieski. Með í för er bróðir Lewis, Fuller (Steve Zahn), sem notar útvarpið í bílnum til að gera trukkabílstjóra nokkrum grimman grikk. Fórnarlamb Fullers, trukkabílstjórinn sem þeir þekkja undir nafninu Rusty Nail, reynist vera kolklikkaður raðmorðingi og eltir bræðurna veröldina á enda til þess að ná sér niður á þeim.

Varahlutasala og þjónusta
Ósal sérhæfir sig í þjónustu og varahlutasölu í aftanivagna af öllum gerðum. Allt frá ljósaperum upp í vagnöxla.
Ásetning á bremsuborðum. Bilanagreining í bremsukerfum vagna. Stilling á loftventlum. Sérpantanir á varahlutum.
ÓSAL
ÓSAL VARAHLUTAVERSLUN • TANGARHÖFÐA 4
110 REYKJAVÍK • SÍMI: 515-7200 • FAX: 515-720
NETFANG: osal@osal.is • www.osal.is

Verktakar, iðnaðarmenn, húsbílaeigendur.
Ljósabúnaður og speglar á vörubíla og sendibíla
Hjólkoppar í úrvali
www.Ljosboginn.is
LJÓSBOGINN.IS
Startarar og alternatorar
Fyrir flestar gerðir fólksbíla, jeppa, vörubíla og vinnuvéla.
Höfum einnig varahluti í alternatora og startara
Þjónusta í meira en 60 ár
1957-2021
BOSCH DENSO Valeo
LJÓSBOGINN ehf.
Bíldshöfða 14 sími 553-1244
ljosboginn.is ljosboginn@ljosboginn.is

MERLO

Verkfæri ehf. er nýr umboðsaðili fyrir Merlo S.p.A. á Íslandi

Fyrir frekari upplýsingar sendið póst á **merlo@vvv.is** eða hringið í síma **544 4210**

VERKFÆRI EHF

Þjónustuverkstæði

Tónahvarf 3 • 203 Kópavogur
Dalsbraut 1 • 600 Akureyri

Sími: 544 4210 • verkfaeriehf.is • info@verkfaeriehf.is

Rafsendibílum fjölgar mikið

Í flokki minni sendibíla hefur orðið mikil fjölgun á rafútgáfum að undanförnu. Margt mælir með að þeir séu rafdrifnir enda mest notaðir innanbæjar og dugar að hlaða þá einu sinni yfir nótt.

Njáll Gunnlaugsson
njall@frettabladid.is

Von er á Peugeot e-Expert millistærðarsendibíl á næsta ári með 300 km drægi.

Það er auðvelt að breyta sendibíl í rafbíl hjá framleiðendum enda er byggingarlag hans með þeim hætti að það hentar vel að koma rafmótor fyrir í vélarsalnum og rafhlöðunni undir flötu gólfinu. Erlendis eru það aðallega Renault og Nissan sem hafa ráðið á þessum markaði en nú er von a mikilli samkeppni. Citroen og Peugeot hafa verið að ryða sér til rúms og von er á nýjum bílum frá Volkswagen og Ford til að mynda. Hérlendis hefur Nissan eNV200 verið vinsælastur en nú er von á samkeppni.

Citroen Berlingo Electric og Peugeot Partner Electric eru sami billinn að undaskildu merkinu framan á þeim. Þeir fengu uppfærslu árið 2017 en drægi þeirra er frekar lítið eða rúmlega 160 km. Þeir eru ekki í boði hjá Brimborg eins og er og koma ekki fram á verðlistum. Von er á stærri rafdrifnum sendibílum frá bæði Citroen og Peugeot áður en langt um líður.

Nissan eNV200 hefur verið vinsæll sem rafsendibíll þar sem hann er með gott pláss í flutningsrými fyrir lítinn sendibíl. Hann hefur aðeins meira drægi en franska samkeppnin eða um 170 km og kostar frá 5.390.000 krónum hjá BL.

Renault Kangoo EV er minni bíll en Nissan eNV200 en með mun meira drægi eða 230 km. Hann er með 33 kWst rafhlöðu og er vinsælastur í þessum flokki í Evrópu. Hægt er að leigja rafhlöðuna svo að aldrei þarf að hafa áhyggjur af að hún missi drægi sitt. Hann kostar frá 4.650.000 krónum hjá BL. Stærsti sendibíllinn í flokki rafsendibíla er Renault Master Ze sem er aðeins með 120 km drægi. Einnig er hægt að fá smábílinn Zoe sem lítinn sendibíl með tæplega 400 kg flutningsgetu. Með tæplega 400 km drægi er það eflaust kostur fyrir suma.

> **Erlendis eru það aðallega Renault og Nissan sem hafa ráðið á þessum markaði en nú er von á mikilli samkeppni.**

Maxus er nýtt merki á rafbílamarkaði hérlendis en þessi kínverski rafsendibíll er boðinn frá 4.990.000 krónum hjá Suzuki umboðinu. Hann tekur 2-3 vörubretti og er fáanlegur með 35 og 52 kWst rafhlöðu. Fyrir vikið er drægið gott eða 235-340 km. Auk hans er von á stærri gerð rafsendibíls sem kallast Deilver 9.

Volkswagen er nýkominn með nýjan eTransporter á markað þótt hann sé ekki að finna á verðlistum Heklu. Í stað vélarinnar er kominn 111 hestafla rafmótor og rafhlaða sem dugar til 215 km aksturs. Til stóð í fyrra að frumsýna rafútgáfu e-Caddy en búið er að fresta því talsvert og ekki víst að hann komi fyrr en eftir 2-3 ár. VW e-Crafter fær andlitslyftingu á árinu og spurning er hvort hann verði þá í boði hérlendis.

Mercedes-Benz eVito er fullkominn rafsendibíll í millistærðarflokki og er með 114 hestafla rafmótor og 150 km drægi. Hann er þó ekki á verðlista Öskju þótt eVito Tourer sé kominn í sölu. Sama má segja um Mercedes eSprinter sem er heldur ekki á verðlista en drægi hans er 155 km sem er þokkalegt í flokki stærri sendibíla. Í flokki minni sendibíla mun Mercedes reiða sig á Renault Kangoo grunninn fyrir eCitan sem væntanlegur er á markað.

Opel Vivaro-e er í raun og veru sami bíll og Citroen e-Dsipatch eða Peugeot e-Partner. Hann er athyglisverður kostur þar sem hann er með allt að 330 km drægi. Hann var nýlega valinn sendibíll ársins hjá What Car. Þótt slíkur bíll sé til sýnis hjá Bílabúð Benna er hann ekki kominn á verðlista á heimasíðu Opel umboðsins á Íslandi.

Mercedes-Benz eVito er byggður á sama grunni og EQV-fjölskyldubíllinn.

Nissan frumsýndi fyrir nokkrum dögum Winter Camper útgáfu af e-NV200.

Stutt er síðan Volkswagen eTransporter kom á markað en hann er ekki í boði hér enn sem komið er. Rafhlaða bílsins dugar til 215 km aksturs.

Opel Vivaro-e er hér boðinn með 257 km drægi.

Renault Kangoo EV er vinsæll sendibíll í sínum flokki.

Portwest
VETRARÚLPUR
Slitsterkar, vatnsheldar og frábærar í kuldanum núna!
Kíktu í heimsókn
Sjón er sögu ríkari

Kr. 26.857

Kr. 24.794
RUBIX
is.rubix.com
Dalvegur 32a

Vinnufatnaður

FÖSTUDAGUR 29. JANÚAR 2021

Kynningar: BYKO, Sindri.

Ásmundur Vilhelmsson vöruflokkastjóri og Guðsteinn Haukur Barkarson, sölumaður BYKO í Breidd, í rúmgóðri vinnufatadeild BYKO í Breidd. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Þægilegur vinnufatnaður í BYKO

Í BYKO fá allir í iðnaðarstörfum, óháð kyni, endingargóðan og sterkan vinnufatnað, skó og öryggisbúnað við hæfi. Umhverfisvitund er í öndvegi hjá heimsþekktum framleiðendum. →2

Framhald af forsíðu

Hjá BYKO fæst flest það sem iðnaðarmenn þurfa til vinnu sinnar og höfum við lengi verið með frábært úrval vinnufatnaðar sem mætir kröfum hvers og eins og er á hagstæðu verði,“ segir Ásmundur Vilhelmsson, vöruflokkastjóri á vörustjórnunarsviði BYKO.

Vinnufatnaðurinn í BYKO kemur frá heimsþekktum framleiðendum sem vita upp á hár hvernig framleiða á fatnað, skó og öryggisvörur sem standast strönguslu kröfur um gæði, öryggi og traust. Þau helstu eru Snickers Workwear, Solidgear, Toeguard, Tranemo, Lyngsoe, Cofra, CAT, Dovre, Honeywell, Miller og 66°N.

„Það skiptir öllu máli að vera rétt klæddur til verksins. Vinnueftirlitið gerir strangar kröfur um öryggisvörur, svo sem hjálma, hlífðargleraugu, eyrnahlífar og fallvarnarbúnað, sem og sýnileikafatnað þar sem sýnileiki þarf að vera mikill á vinnusvæðum. Við mætum því öllu með úrvali öryggisfatnaðar og -búnaðar og erum til að mynda með endurskinsfatnað fyrir regn og kulda en líka fyrir innanhússvinnu þar sem þess gerist þörf,“ upplýsir Ásmundur.

Að undanförnu hefur mikið bæst við fallvarnarbúnað í BYKO.

„Þegar fólk vinnur í ákveðinni hæð þarf að gæta sérstaklega að fallvörnum með viðurkenndum búnaði sem uppfyllir strangar öryggiskröfur. Búnaðurinn er þá festur í belti og sem betur fer er nú víðast hvar farið fram á að fallvarnarbúnaður starfsmanna sé traustur og í góðu lagi.“

Reyna að höfða til flestra

Það fer allt eftir iðnaðarmönnum í hverju fagi fyrir sig hver útbúnaður þeirra er og eru mismunandi kröfur gerðar þar að lútandi.

„En þetta snýst líka um þægindi og nú eru vinsælar vindbuxur úr efni sem teygist í fjórar áttir. Það er hentugt þegar menn þurfa að krjúpa mikið, beygja sig og bugta, að efnið teygist vel yfir hnén, rassinn og í klofinu. Efnin eru orðin mun sterkari og skemmtilegri en áður, og stíf og heftandi fataefni hafa vikið fyrir léttum og þægilegri efnum,“ segir Ásmundur.

Spennandi nýlunda í vinnufatadeild BYKO er sífellt stækkandi vinnufatalína fyrir konur í iðnaðarstörfum og hefur mælst einkar vel fyrir.

„Konum í iðnaðarstörfum hefur fjölgað mikið á Íslandi og við reynum að hugsa vel um þær. Kvenfatalínan frá Snickers er hönnuð af iðnaðarkonum og fæst í öðrum sniðum, stærðum og litum en fyrir karlana, og skórnir í minni númerum en herraskór Snickers. Auðvitað vilja flestir líta vel út við sín störf, í endingargóðum og þægilegum vinnufatnaði sem passar þeim vel, algjörlega óháð því við hvað þeir starfa dagsdaglega,“ segir Ásmundur. „Við erum líka með innanundirfatnað fyrir þau sem vinna úti í vetrarhörkunum, síðar nærbuxur, síðerma boli og fleira. Við reynum að höfða til flestra.“

Glæsilegur, vistvænn kuldajakki sem unninn er úr endurnýttum efniviði, þar á meðal plastflöskum og trefjaefni.

Vistvænir valkostir í boði

Í samstarfi við birgja sína í vinnufatnaði býður BYKO upp á umhverfisvæna kosti í úrvali.

„Við erum með vörur sem framleiddar eru úr eldri og endurnýttum efniviði, til dæmis öryggisskó með stáltá og naglavörn, sem og kuldajakka og regnfatnað sem að stórum hluta er búinn til úr plastflöskum og trefjaefni,“ upplýsir Ásmundur.

Önnur umhverfissjónarmið ráða ríkjum hjá Snickers Workwear.

„Snickers sýnir ábyrga umhverfisvitund með því að vinna markvisst að því að minnka kolefnisspor sitt og huga að sóun, íblöndunarefnum, vatnsnotkun og fatnaðinum sjálfum, því það skiptir máli fyrir þá sem nota vinnufatnað að eiga endingargóð vinnuföt og þurfa ekki að kaupa sér nýjar buxur oft á ári. Fyrir vikið er Snickers aðeins dýrari lína en á móti kemur að í öllu framleiðsluferlinu er sérstaklega hugað að gæðum, endingu og umhverfinu.“

Ásmundur segir velflesta framleiðendur komna inn á grænu línuna.

„Maður finnur hvað þetta skiptir neytendur miklu máli, hvaða leið framleiðendur fara til að koma vörunni til kaupenda. Þeir vilja umfram allt klæðast sínum vinnufötum með góðri samvisku og án þess að skaða umhverfið,“ segir Ásmundur og bætir við:

„Það er okkar markmið í innkaupum á slíkum vörum að geta boðið viðskiptavinum upp á vistvæna valkosti og gegnsæi í framleiðsluferli í sem flestum tilfellum.“

Það skiptir máli við hvað er verið að starfa, BYKO er með fatnað, skó og öryggisvörur sem mæta ströngum öryggiskröfum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Við finnum að það skiptir neytendur máli hvaða leið framleiðendur fara til að koma vörum til kaupenda. Þeir vilja umfram allt klæðast vinnufötum sínum með góðri samvisku og án þess að skaða umhverfið.

BYKO mætir líka iðnaðarkonum með sérstakri vinnufatalínu fyrir konur frá framleiðandanum Snickers Workwear sem hefur vistvæna framleiðslu í hávegum.

Það er mikilvægt að vera rétt búinn við iðnaðarstörf, til að mæta mismunandi veðri og aðstæðum en líka að nota réttan öryggisbúnað sem tryggir líf og heilsu.

Vinnuföt í takt við tískuna

Vinnuföt geta verið einstaklega klæðileg og ekki bara í vinnunni.

„Vinnufatnaður er líka tískufatnaður og vinsælt er að klæðast merkjunum okkar við hin ýmsu tilefni. Iðnaðarmenn vilja hafa lúkkið í lagi við vinnuna og nú er mikið um aðsniðin föt, buxur og jakka, og mikið lagt í hvert einasta smáatriði í frágangi fatnaðarins. Tískan í þessu breytist reglulega þótt ákveðnar vörur séu alltaf eins, eins og appelsínugulur regnfatnaður. Hver sem er getur því fundið sér flott föt hjá okkur, þótt ekki sé fyrir vinnuna, en líka hvar sem fólk vinnur,“ segir Ásmundur.

Solidgear Ocean með BOA-reimum sem herðast og losna með einu handtaki. Uppfyllir öryggiskröfur.

Vinnufatnaður fæst í fimm verslunum BYKO, í Breiddinni, á Granda, Selfossi, í Reykjanesbæ og á Akureyri.

„Þá hafa æ fleiri uppgötvað hversu þægilegt það er að versla í vefverslun BYKO, byko.is, og panta sér þaðan vinnufatnað og það sem þeir eru vanir að fá sér og þarf ekki endilega að máta. Þá gera þau kaupin heiman úr stofu og fá þau send heim eða sækja til okkar í búðina,“ segir Ásmundur.

Sjá nánar á byko.is

Ásmundur með flotta og vistvæna Cofra-skó með stáltá og naglavörn.

Vinnuskórnir frá Cofra eru unnir úr endurnýttum plastflöskum.

Útgefandi: Torg ehf. | Ábyrgð- armaður: Björn Víglundsson | Sölumaður auglýsinga: Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, | Veffang: frettabladid.is

Vandaður vinnufatnaður fyrir alla

Nýlega opnaði Sindri stóra og glæsilega vinnufataverslun á Smiðjuvegi 11. Verslunin byggir á gömlum grunni og býður upp á vandaðan vinnufatnað sem hentar öllum, konum og körlum.

Verslunin á Smiðjuvegi var opnuð í desember þegar starfsemi útibúanna í Skútuvogi og ofar á Smiðjuvegi sameinaðist á einum stað. Verslunin byggir á gömlum grunni og 35 ára reynslu af sölu vinnufatnaðar. Hjá Sindra fæst allur vinnufatnaður, bæði almennur og tæknilegur, en þar er einnig gott úrval af öryggisskóm.

Jón Ragnarsson, viðskiptastjóri hjá Sindra, segir mikla þróun hafa orðið í vinnufatnaði undanfarið en vinnufatnaður þarf að uppfylla ýmiss konar staðla og vottanir.

„Það hefur til að mynda orðið bylting í vinnubuxum meðal annars vegna four way stretch efnisins sem teygist í allar áttir. Þú færð ekki þægilegri vinnufatnað en það. Four way stretch buxurnar hafa verið mjög vinsælar hjá okkur en við byrjuðum að selja þær fyrir rúmu ári síðan," segir Jón.

Auk vinnufatnaðar er líka hægt að fá boli, peysur, jakka, úlpur, kuldagalla og fleira sem fólk hefur keypt sér til að nota hversdags.

„Við erum líka með vinnubuxur og vinnusamfestinga fyrir börn. En við erum samt mest að selja til iðnaðarmanna og fyrirtækja," útskýrir Jón.

„Stærsti birgirinn okkar er Blákläder sem er 60 ára gamalt fyrirtæki og því með áratuga reynslu í framleiðslu vinnufatnaðar. Við erum einnig með vönduð vinnuföt frá ýmsum fleiri framleiðendum, en Blákläder er líklega sá þekktasti enda hefur fatnaður frá þeim verið í sölu hér á landi í að minnsta kosti 20 ár."

Jón Ragnarsson, Sara Dögg Alfreðsdóttir og Ólafur Hafsteinsson aðstoða við að finna réttu vinnufötin. Hjá Sindra er mjög gott úrval af öllum vinnufatnaði, bæði almennum fatnaði og tæknilegum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Vinnufatnaður þarf að uppfylla vissa staðla og hefur þróast mikið.

Hjá Sindra er boðið upp á merkingu á vinnufatnaði bæði með þrykkingum og ísaumi. Hægt er að fá merkingar á staðnum á meðan beðið er.

Verslunin er opin alla virka daga frá klukkan 7.30-18 og frá 8-12 á laugardögum.

Vinnufatnaður fyrir fagfólk

EIN VERSLUN
Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU
• AUKIÐ VÖRUÚRVAL
• AUKIN ÞJÓNUSTA
• ALLT Á SAMA STAÐ!

SINDRI
Smiðjuvegi 11 | Sími 575 0000 | www.sindri.is
Opið 7:30–18:00 virka daga | Opið 8:00–12:00 laugardaga

Sagan á bak við stáltána

Skór með stáltá hafa bjargað ófáum tám í gegnum tíðina, en þeir veita mikla vörn fyrir fæturna og eru skylda í sumum störfum. Stáltáin var fundin upp á fyrri hluta 20. aldar í Þýskalandi og náði fljótt vinsældum.

Það er ekki vitað nákvæmlega hver fann upp stáltána, né hvenær. Á fyrri hluta 20. aldar fóru öryggisstaðlar í iðnaði að koma til sögunnar og þá varð ódýrara fyrir fyrirtæki að tryggja öryggi en að ráða alltaf nýjan starfsmann þegar einhver slasaðist. Talið er að fyrstu skórnir með stáltá hafi orðið til undir lok seinni heimsstyrjaldarinnar. Fyrst voru þeir notaðir af verkamönnum en þýskir hermenn fóru fljótlega að nota þá líka.

Eftir lok styrjaldarinnar fór stáltáin að breiðast út og á 7. áratugnum voru vörumerki eins og Red Wing Shoes, Dr. Martens og Grinders byrjuð að framleiða skó með stáltá. Fyrst um sinn voru þeir eingöngu notaðir af verkamönnum og hermönnum en seinna urðu þeir tískuvara hjá ýmsum jaðarmenningarhópum eins og pönkurum, gotum, iðnaðarrokkurum og þungarokkurum. Þeir hafa líka notið vinsælda hjá ofbeldishópum eins og nýnasistum og fótboltabullum, sem nota stáltána sem vopn. Ólíkt öðrum öryggisbúnaði taka skór með stáltám svo sífelldum breytingum í takt við tískuna.

Skór með stáltá hafa bjargað ófáum tám í gegnum tíðina en líka brotið nokkur nef. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Gallabuxur hafa góða endingu, sérstaklega þegar ekki er mikið af teygju í þeim. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY.

Lífseig mýta um hampinn

Gallabuxur hafa löngum verið fatnaður verkamannsins, enda bæði sterkar og endingargóðar. Það er þó lífseig sögusögn að fyrstu Levi's-gallabuxurnar hafi verið saumaðar úr hampi því efnið í þessum gallabuxum kom frá Amoskeag Manufacturing Company sem framleiddi bómullar- og ullarefni. Misskilningurinn er upprunninn af hendi manns að nafni Jack Herer sem var þó á sínum tíma betur þekktur sem Hampkeisarinn, eða Hemp Emperor. Jack þessi var bandarískur aktívisti sem barðist fyrir lögleiðingu kannabisefna og aukinni framleiðslu á hampi innan textíliðnaðarins. Þessi lífseiga mýta hefur þó alls ekki verið áhrifalaus því í mars 2019 leyfði Levi's framleiðslu á gallabuxum úr hampi og hafa fyrstu hampgallabuxurnar litið dagsins ljós í verslunum.

Ullin er alltaf góð til að halda hita á líkamanum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Ullarpeysa stendur fyrir sínu

Þegar unnið er úti í köldu veðri er mikilvægt að klæðast nokkrum lögum af fötum. Innsta lagið ætti að draga í sig raka frá húðinni til að koma í veg fyrir að líkaminn kólni þegar við svitnum. Þunnur ullarklæðnaður er tilvalinn sem innsta lag en það ætti alls ekki að nota bómull sem innsta lag. Næsta lag ætti að vera einangrandi og þá getur flíspeysa komið sér vel í sumum störfum en hún hentar ekki við allar aðstæður. En góð ullarpeysa sem heldur hitanum í líkamanum stendur alltaf fyrir sínu. Ysta lagið þarf svo að vera vatns- og vindhelt og tryggja þannig að líkaminn haldist heitur þegar unnið er úti löngum stundum á köldum vetrardögum.

DS LAUSNIR

Við lyftum þér upp!

Víðtæk þjónusta við hvers kyns iðnað með áherslu á flutninga og hífingar

Sala og leiga

á byggingarkrönum, bílkrönum, vörubílum
með krana, skotbómulyfturum og rafstöðvum.

Breiðhella 22 • 221 Hafnarfjörður • S. 561-8373 • www.dslausnir.is

Núna erum við jarðvirkjar

Næsta haust býður Tækniskólinn í fyrsta sinn upp á formlegt nám á framhaldsskólastigi í jarðvinnu. Nýliðun í faginu hefur ekki gengið sem skyldi en vonast er til að námið bæti úr því.

Nú er loks komið að því að jarðvinnugeirinn fái sinn stað í menntakerfi landsins. Ég hef unnið við jarðvinnu í 32 ár og þegar ég er spurður við hvað ég starfa hef ég alltaf lent í vandræðum því starfið er mjög fjölbreytt líkt og hjá öðrum iðnaðarmönnum," segir Vilhjálmur Þór Matthíasson hjá Fagverk og Malbikstöðinni.

„Við erum risastór hluti af iðnaði landsins. Ekkert hús er byggt án þess að við leggjum grunninn og enginn vegur lagður fyrr en við komum að borðinu til að nefna einhver augljós dæmi."

Vilhjálmur útskýrir að Félag vinnuvélaeigenda hafi lagt af stað í þá vegferð að koma á námi til að undirbúa fólk undir störf í faginu með það að leiðarljósi að auka þekkingu innan geirans og stuðla að nýliðun í greininni. Verkefnið fékk styrk úr Framfarasjóði Samtaka iðnaðarins (SI). Ráðinn var verkefnastjóri til að halda utan um verkefnið og stýrihópur stofnaður sem skipaður var fulltrúum frá félaginu, Tækniskólanum, SI og mennta- og menningarmálaráðuneytinu. Samkomulag um stofnun námsbrautarinnar var undirritað af samstarfsaðilum í nóvember 2019.

„Á Lilja D. Alfreðsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, heiður skilið fyrir að vinna málinu brautargengi og veita iðnmenntun verðskuldaða athygli. Kosið var um nafn á námið innan Félags vinnuvélaeigenda og varð nafnið jarðvirkjun fyrir valinu. Nú erum við því jarðvirkjar," segir Vilhjálmur.

Nýliðun í faginu hefur því miður ekki gengið sem skyldi að sögn Vilhjálms og segir hann að ýmsar ástæður gætu verið fyrir því.

„Ein þeirra er ímynd geirans og misskilningur um eðli starfsins. Starfið er oft á tíðum mjög tæknivætt og verkfærin sem við vinnum með kosta tugi milljóna. Mistök geta verið dýrkeypt og oft erfitt að leiðrétta þau. Því er mikilvægt að í greininni starfi fagaðilar sem vanda til verka. Mikilvægt er að lyfta greininni á hærra plan og fara að kenna undirstöðuatriðin áður en haldið er af stað út í verkin. Þar spilar námið lykilhlutverk og bindum við miklar vonir við að vel takist til," segir hann.

Rafn Magnús Jónsson og Vilhjálmur Þór Matthíasson eru ánægðir með að loks verði hægt að læra jarðvirkjun í Tækniskólanum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Nám í jarðvirkjun mætir sívaxandi kröfum

Rafn Magnús Jónsson, verkefnastjóri hjá Véltækniskólanum, segir að það gleðji hann mjög að vera kominn á þann stað að geta boðið upp á formlegt nám á framhaldsskólastigi í jarðvirkjun næsta haust.

„Við hjá Tækniskólanum viljum mæta sívaxandi kröfum um örugg vinnubrögð, aukin gæði, styttri framkvæmdatíma, minna rask og tækniþróun með fyrsta flokks menntun á þessu sviði," segir hann.

„Jarðvirkjun er nám sem undirbýr einstaklinga undir þau fjölbreyttu störf sem felast í jarðvegsvinnu af öllum toga, hvort sem það eru efnisflutningar, frágangsvinna eða grunnvinna við byggingarlóðir. Námið er skipulagt og unnið í góðu samstarfi við atvinnulífið og er bæði ætlað nýnemum á framhaldsskólastigi, en ekki síður þeim sem þegar starfa í greininni. Einnig mun námið nýtast sem grunnur að frekara námi á framhaldsskólastigi."

Við jarðvinnu eru oft notuð dýr tæki og mikilvægt er að hafa þekkinguna til að nota þau. MYND/AÐSEND

Jarðvinnunámið er skipulagt þannig að það henti bæði óvönum og fólki sem hefur reynslu af jarðvinnu.

Lögð verður mikil áhersla á að bjóða þeim sem sækja námið upp á nota tækjabúnað af fullkomnustu gerð og gott svæði til verklegra æfinga að sögn Rafns.

„Við teljum það vera lykilinn að því að svara þeirri þörf sem vinnumarkaðurinn stendur frammi fyrir," segir hann.

Námið er skipulagt sem tveggja ára námsbraut á framhaldsskólastigi sem verður kennd á lotuformi. Með því er verið að brjóta námið niður í smáar námslotur þar sem hver lota inniheldur vel afmarkað námsefni. Hver lota getur verið í boði oftar en einu sinni yfir veturinn.

„Í þessu felst ákveðinn sveigjanleiki, sem gerir þeim sem þegar starfa í greininni auðvelt fyrir að taka ákveðnar lotur sem námskeið," segir Rafn og bætir við:

„Í náminu erum við að horfa til þess að nemendur öðlist yfirgripsmikla þekkingu á öllum helstu þáttum jarðvirkjunar þannig að þeir þekki vel til öryggismála á vinnusvæðum, merkinga vinnusvæða, flokkunar jarðefna, verklags og vinnu við jarðstrengi og lagnaefni, en þessu öllu fylgir svo yfirgripsmikil verkleg þjálfun."

ÁRATUGA REYNSLA OG FAGLEG VINNUBRÖGÐ

Við erum vel tækjum búin til að sjá um nær alla þá þjónustuþætti er snúa að stærri atvinnubifreiðum

Sinnum öllu viðhaldi er snýr að bremsu- og fjöðrunarbúnaði, hjólalegum og öðrum hjóla- og stýrisbúnaði. Einnig ljósa og rafmagnsviðgerðir og alhliða vélaviðgerðir.

Við búum yfir gríðarlegri þekkingu og árátuga reynslu á sviði viðgerða og þjónustu eftirvagna hverskonar og höfum þjónustað helstu landflutningarfyrirtæki landsins um árabil.

Fullkomið smurverkstæði fyrir flestar tegundir atvinnu bifreiða, stórar sem smáar.

Í samvinnu við viðskiptavininn ákveðum við fyrirfram þjónustuskoðanir, eins og til dæmis smurþjónustu, eða fyrir árlega skylduskoðun ökutækis og almennt eftirlit til að draga úr þeirri hættu að tækið bili án nokkurs fyrirvara.

VERIÐ VELKOMIN TIL OKKAR
Í DESJAMÝRI 10 EÐA KLETTAGARÐA 4

SLEGGJAN
ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI ATVINNUTÆKJA

WWW.SLEGGJAN.IS 588 4970 · DESJAMÝRI 10, 270 MOSFELLSBÆ & KLETTAGARÐAR 4, 104 REYKJAVÍK

Vinnuþjarkar sem má leika sér á

Ellingsen býður upp á gríðarlegt úrval af fjórhjólum, sexhjólum og buggy-bílum frá Can-Am, á afar breiðu verðbili, sem henta fullkomlega sem vinnutæki og eru frábær kostur fyrir hálendisferðir.

Á heimasíðunni okkar ellingsen.is má sjá fjölbreytt úrval fjórhjóla, sexhjóla og buggy-bíla. Við bjóðum upp á gífurlega margbreytni í útfærslum á hverri týpu hvað varðar fjöðrun, vélar, aksturseiginleika, afl, afköst og ýmsan annan útbúnað sem gerir þessi tæki afar fjölhæf og sérsníðanleg fyrir hvers kyns vinnu og notagildi," segir Arnar Sigurðarson hjá Ellingsen.

Arnar Sigurðarson og Arnar Bergmann (fyrir aftan) hjá Ellingsen sýna hér forláta fjórhjól og sexhjól frá Can-Am. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Alflottustu í bransanum

Can-Am, sem framleiðir fjór- og sexhjólin og buggy-bílana sem fást í Ellingsen, hefur verið leiðandi á markaðnum í þessum bransa og framleiðir mjög tæknileg hjól. „Austurríski vélaframleiðandinn Rotax framleiðir vélarnar í Can-Am hjólin, en þeir þykja þeir alflottustu þegar kemur að léttmótorum. Þá hafa þeir náð gríðarlegum framförum í að ná upp mun meiri orku úr minna slagrými en áður hefur náðst. Þannig endurspeglar 650 kúbika vél ekki endilega þann fjölda hestafla eins og áður var reiknað. Hér er um að ræða létta háþrýstimótora sem ná fram mun fleiri hestöflum en áður var talið mögulegt. Á sama tíma eru hjólin frá Can-Am afar eyðslugrönn."

Fjölbreyttur notendahópur

Samkvæmt Arnari þjónustar Ellingsen mikið íslenskan landbúnað, þá er fólk fyrst og fremst að velja fjórhjólin og sexhjólin frá Can-Am, en einnig minni gerðina af buggy-bílunum. „Bændur nota þessar vinnuvélar mikið í smalamennsku, girðingavinnu og margt fleira sem fólk þarf að sjá um á landareign sinni. Einnig nota verktakar þessi tæki og aðrir sem þurfa á minni og liprari tækjum að halda með mikla dráttar- og burðargetu. Þá þjónustum við stóra viðskiptavini eins og Landsnet, Landsvirkjun, Rarik og aðrar stofnanir sem sinna innviðum svo sem háspennulínum, samskiptabúnaði og veðurstöðvum.

Einnig eru tækin okkar mikið notuð í starfi björgunarsveita víðsvegar um landið, enda henta þau vel í erfiðar aðstæður að vetri sem og sumri. Í raun má segja að þessi tæki séu gríðarlega öflugar græjur fyrir alla þá sem þurfa að fara yfir torfært landsvæði. Þá eru buggy-bílarnir og fjórhjólin sérstaklega lipur og létt á fæti og komast hratt yfir á illfæru undirlagi."

Sexhjólin fyrir dráttar- og burðargetuna

Sexhjólin frá Can-Am hafa tekið mikla forystu á markaðnum síðustu ár, en þau voru kynnt til leiks árið 2015. „Can-Am hjólin eru sterkbyggð og öflug en samt eyðslugrönn og auðveld í akstri. Fjórhjólin ná töluvert meiri hámarkshraða og eru liprari og henta því betur í léttari störf. Þá eru fjórhjólin þar að auki vinsæl til fjalla- og hálendisferða og gegna þannig tvenns konar hlutverki, sem vinnuþjarkur og ferðatæki. Á meðan eru sexhjólin meira hugsuð sem hreinræktuð vinnutæki enda eru þetta farartæki með gríðarlega burðar- og dráttargetu. Þau eru þó útbúin afar öflugri og skemmtilegri fjöðrun sem eykur þægindi í torfærum."

Buggy-bílar í vinnu og leik

Ellingsen er einnig með buggy-bíla. „Um er að ræða tvo ólíka flokka. Annars vegar eru það hreinræktaðir vinnubílar með mikla burðar- og dráttargetu og má líta á þá sem stærri útgáfur af sexhjólunum. Þeir eru með veltibúri og stærri palli. Einnig eru þeir útbúnir stærri mótorum og öflugri drifbúnaði en sexhjólin almennt. Þessar týpur hafa verið að koma mjög sterkar inn á síðustu árum. Hins vegar erum við með kraftmeiri buggy-bíla sem eru ætlaðir meira í ferðamennsku og leik. Þessir bílar hafa verið gríðarlega vinsælir síðastliðin ár og koma að einhverju leyti í stað hefðbundinna jeppa, þegar kemur að hálendisferðamennsku. Enda fara engin fjöldaframleidd torfærutæki yfir eins og þessir bílar," segir Arnar.

> **Í raun má segja að þessi tæki séu gríðarlega öflugar græjur fyrir alla þá sem þurfa að fara yfir torfært landsvæði.**

Ekki rafvæðing strax

Aðspurður hvort búast megi við rafvæðingu í buggy-bílunum eða fjór- og sexhjólunum eins og hefur gerst víða í bílabransanum, segir Arnar að það séu vissulega tilraunaverkefni í gangi hjá framleiðendum þessara tækja. „Gallinn er bara sá að vandamálið við rafvæðingu þessara tækja snýst að miklum hluta um aðgang að rafmagni. Þessi tilteknu tæki eru mikið notuð á hálendi og í óbyggðum, enda að hluta til hönnuð til þess og hafa í mörgum tilfellum jafnvel leyst fjallajeppana af hólmi. En á hálendinu er engar hraðhleðslustöðvar að finna og sjálfur myndi ég ekki vilja verða rafmagnslaus uppi á miðjum jökli.

Það er þó markmið BRP, móðurfyrirtækis Can-Am, að hafa þróað hybrid hjól eða tæki sem er fullknúið af rafmagni fyrir 2025. Á síðasta ári kynntu þeir fyrsta rafmagns- og vetnisknúna vélsleðann sem er nú í prufum og stefnt er á að fjöldaframleiða eftir 4-5 ár. Stefnan er því sú hjá flestum framleiðendum að hafa tæknina tilbúna þegar innviðir, eins og hraðhleðslustöðvar víðar um land, eru klárir," segir Arnar að lokum.

Ellingsen er til húsa að Fiskislóð 1, 101 Reykjavík á Granda. Nánari upplýsingar um fjórhjól, buggy-bíla eða sexhjól má nálgast á ellingsen.is.

Fjórhjólin er sérstaklega lipur og skemmtileg farartæki sem henta hvort tveggja í léttari verk og sem stórskemmtileg ferðatæki.

Buggy-bílarnir frá Ellingsen eru frá Can-Am sem er leiðandi merki í fjórhjólum, sexhjólum og buggy-bílum.

Can-Am sexhjólin frá Ellingsen eru alveg hreinræktaðir vinnuþjarkar með gífurlega burðar- og dráttargetu.

Hér er Arnar sestur upp í buggy-bílinn, en þessi tryllitæki eru virkilega skemmtileg í ferðamennskuna.

Búnaður fyrir bílstjórana

Hér er svolítið af búnaði sem getur borgað sig fyrir vörubílstjóra að hafa með sér á ferðalagi. Sumt af þessu er nauðsynlegur eða gagnlegur öryggisbúnaður, en annað eykur einfaldlega þægindi.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is

Það er ýmiss konar búnaður sem getur gert líf vörubílstjóra þægilegra, auðveldara og öruggara. Það skiptir ekki máli hvort bílstjórarnir hafa margra áratuga reynslu eða að fara í sína fyrstu ferð, hér eru nokkrir hlutir sem getur komið sér vel að pakka niður áður en lagt er í hann.

Auka föt og hanskar

Það þarf bæði að hugsa um þægindi og tíðarfarið. Það er ekkert endilega þægilegast að sitja í gallabuxum allan daginn þannig að til að bæta blóðflæðið og auka þægindi getur verið gott að hafa þægilegar joggingbuxur til að vera í á ferðinni. Svo þarf bara að passa að vera með það sem þarf fyrir versta veður, hríðarbyl eða mígandi rigningu og rok, því veðrið á Íslandi getur verið óútreiknanlegt.

Það getur líka borgað sig að vera með skó með stáltá, mannbrodda og almennan öryggisbúnað, eins og öryggishjálm og vesti með endurskinsmerki.

Til að forðast sýkingarhættu þarf auðvitað líka að vera með andlitsgrímu og sótthreinsispritt og kannski baðskó fyrir almenningssturtur líka, ef þær eru notaðar.

Svo er alveg nauðsynlegt að hafa góða hanska. Þeir verja hendurnar ekki bara gegn kuldanum heldur geta þeir líka komið í veg fyrir meiðsli.

Sjúkra- og neyðarkassi

Það er mikilvægt að ganga úr skugga um að í bílnum sé góður sjúkrakassi og að hann innihaldi allt sem þarf ef neyðartilvik kemur upp.

Það er líka betra að hafa almennan neyðarkassa ef bíllinn bilar eða það verður slys. Þar ættu að vera neyðarvistir, listi með nauðsynlegum símanúmerum (ef síminn skyldi deyja), keðjur til að setja á dekkin, neyðarblys og öryggiskeilur.

Einnig er gott að hafa verkfærakassa með helstu verkfærum, svo sem skiptilyklum, skrúfjárni, hamri, auka rafhlöðum, töngum, vasahníf og loftþrýstingsmæli fyrir dekk.

Hreinlætisvörur

Í lengri ferðum þarf að hafa með sér tannbursta, tannkrem, tannþráð, svitalyktareyði, sjampó og sápu. Til að hafa þetta sem þægilegast er hægt að pakka niður ferðastærðum af þessu öllu saman. Það gæti líka komið sér vel að hafa klósettpappír, ef neyðartilvik kemur upp. Eyrnatappar eru líka nauðsynlegur búnaður fyrir alla sem þurfa að leggja sig á óþægilegum tímum og stöðum.

Það er líka gott að hafa hreinsivörur eins og eldhúspappír, yfirborðshreinsiefni, hreinsiklúta og jafnvel handryksugu til að halda bílnum hreinum að innan. Það er auðveldara að gera þetta jafnóðum en að taka stórhreingerningar.

Raftækin

Það þarf auðvitað að hafa símann og hleðslutæki og svo er líka mjög gott að vera með dokku fyrir síman til að hægt að sé að nota hann handfrjálst. Það getur líka verið gott að hafa með sér ferðatölvu, sjónvarp og leikjatölvu til að nýta dauðar stundir.

Svo er aldrei að vita hvenær þarf að vippa sér út úr bílnum til að athuga eitthvað, en myrkrið á Íslandi er oft þrúgandi og veðrið byrgir stundum sýn. Þess vegna er mikilvægt að vera með öflugt og endingargott LED vasaljós.

Vatn og vistir

Það er mikilvægt að fá góða næringu og það getur stundum verið erfitt að finna hana í vegasjoppum. Þess vegna er gott að hafa með sér næringarríkt nasl. Það er best að pakka matvælum sem hafa gott geymsluþol svo það þurfi ekki að hafa neinar áhyggjur af nestinu. Það er líka hollt og gott að vera með góða margnota vatnsflösku og fylla á hana þegar stoppað er.

Skjalamappa

Síðast en ekki síst er gott að hafa einn góðan, vísan og öruggan stað fyrir öll gögn og pappíra svo það sé auðvelt að hafa gott skipulag og finna allt hratt. Því borgar sig að hafa góða skjalamöppu meðferðis.

Það er alveg nauðsynlegt fyrir alla vörubílstjóra að eiga góða hanska og hafa þá alltaf með. Þeir verja hendurnar ekki bara gegn köldu stýri og kuldanum úti heldur geta þeir líka komið í veg fyrir alls kyns minniháttar meiðsli.

Vörubílstjórar geta þurft á alls kyns búnaði að halda á þjóðvegum Íslands, bæði til að tryggja öryggi sitt og auka þægindin. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Almennur öryggisbúnaður eins og öryggishjálmur og vesti með endurskinsmerki getur komið í mjög góðar þarfir, til dæmis á vinnusvæðum.

» Svo er aldrei að vita hvenær þarf að vippa sér út úr bílnum til að athuga eitthvað, en myrkrið á Íslandi er oft þrúgandi og veðrið byrgir stundum sýn. Þess vegna er mikilvægt að vera með öflugt og endingargott LED-vasaljós.

OK VARAHLUTIR
Bíldshöfða 14 • 110 Reykjavík • s: 696 1050 • okspares@okspares.is
Vinnuvéladekkin vinsælu frá TECHKING
Góð gæði, gott verð og gott grip.
Bjóðum Búkollu og hjólaskófludekk á góðu verði.

KROON OIL GÆÐAOLÍUR OG GLUSSI Í BÍLANAUST

Hágæða varahlutir

Bremsuhlutir

Gæðaolíur

KROON OIL

Varta rafgeymar

Brenderup kerrur

Rekstrarvörur fyrir landbúnaðinn í miklu úrvali
7 verslanir um land allt. Sími 535 9000

Bílanaust
Á FULLRI FERÐ

STÓRVERSLUN DVERGSHÖFÐA 2 110 Reykjavík S. 535 9000	Vatnagörðum 12 104 Reykjavík S. 535 9000	Dalshrauni 17 220 Hafnarfirði S. 555 4800	Hafnargötu 52 230 Reykjanesbæ S. 421 7510	Hrísmýri 7 800 Selfossi S. 482 4200	Furuvöllum 15 600 Akureyri S. 535 9085	Sólvangi 5 700 Egilsstöðum S. 471 1244

www.bilanaust.is

Vel vakandi á vegum úti

Vörubílstjórar eyða stórum hluta ævinnar á vegum úti sem þýðir að þeir sitja oft tímunum saman. Það er því mikilvægt fyrir þá að huga að heilsunni enda er kyrrseta talin afar heilsuspillandi.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is

Vörubílstjórar verða að passa vel upp á svefninn. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Það er víst fátt jafn heilsuspillandi og langvarandi kyrrseta en það er einmitt mjög einkennandi hluti af lífi vörubílstjóra og annarra bílstjóra. Þá getur keyrslan einnig verið þreytandi og því brýnt að vera bókstaflega vel vakandi á vegum úti. Því er skynsamlegt að vera vel skipulagður.
Hér eru nokkur atriði sem eru gagnleg fyrir vörubílstjóra sem vilja passa upp á heilsuna.

1) Það sem mestu máli skiptir er að sjálfsögðu að vera vel úthvíldur. Því þurfa vörubílstjórar að gæta þess vandlega að hvíla sig vel í frítíma sínum. Það eru ýmis ráð sem stuðla að bættum svefni en meðal þeirra eru að draga úr skjánotkun fyrir svefn, passa að svefnherbergið sé dimmt og stunda öndunaræfingar eða aðrar róandi æfingar áður en farið er upp í rúm.
2) Ef þreytan fer að segja til sín þá er auðvitað lykilatriði að leggja á góðum stað og loka augunum um stund. Það þarf ekki að vera langur tími en í þessum tilfellum getur hreinlega verið um líf eða dauða að tefla.
3) Ef að eitthvað er jafn mikilvægt og hvíld er það án vafa vatnsdrykkja. Vökvaskortur hefur gríðarlega slæm áhrif á líðan manneskjunnar og þurfa því allir vörubílstjórar að ganga úr skugga um að þeir séu alltaf með nóg af vatni innan seilingar.
4) Líkt og þreyta og þorsti spyr hungrið ekki heldur um stað eða stund og því þurfa vörubílstjórar alltaf að hafa fljótlegt og næringarríkt nasl innan handar. Það dregur stórkostlega úr líkunum á því að óhollur skyndibiti verði fyrir valinu en eins og margir vita þá getur skyndibiti og kyrrseta verið banvæn, eða í það minnsta heilsuspillandi, blanda.
5) Þar sem maturinn er jú eldsneyti mannsins þá er líka mikilvægt fyrir vörubílstjóra að vera með búnað sem gerir þeim kleift að útbúa mat. Með því að hafa til dæmis rafmagnspönnu í bílnum er hægt að töfra fram alls kyns einfalda rétti sem eru bæði góðir fyrir budduna og magamálið. Þá eru margir vörubílstjórar sem dásama hægeldunarpotta en þeir bjóða upp á ótal valmöguleika og eru því fullkomnir í löngum keyrslum.
6) Það þarf varla að minnast á góðan kaffibrúsa en allir vörubílstjórar sem drekka annaðhvort kaffi eða te ættu að hafa einn slíkan til að grípa í þegar þreytan segir til sín, enda fátt hættulegra en þreyttir ökumenn og því stærra sem ökutækið er, því meira eykst hættan.
7) Á tímum hlaðvarpa og tónlistarveitna er úr meira en nógu efni að velja til að hlusta á við aksturinn. Það er því hægt að rækta hugann á marga vegu á meðan keyrslu stendur, hlusta á fróðleik, sögur eða kynna sér nýja og skemmtilega tónlist á meðan augun eru límd við veginn og hendurnar við stýrið.
8) Langvarandi kyrrseta getur haft alls kyns miður skemmtileg áhrif. Eitt af því er hin hræðilega gyllinæð. Þetta er eitthvað sem vörubílstjórar ættu hiklaust að fylgjast með en það er ýmislegt hægt að gera til að draga úr líkum á slíkum ófögnuði. Þar á meðal má kaupa svokallaðan kleinuhringjapúða til að sitja á og svo þarf auðvitað að teygja úr sér reglulega og drekka nóg af vatni.
9) Líkt og í fleiri störfum skiptir einna mestu máli hvernig frítíminn er nýttur. Hjá vörubílstjórum ætti hreyfing og hvíld að vera efst á lista en bæði þessi atriði eru undirstaða góðrar heilsu.

- Allar stærðir sjálfreisandi krana á lager.
  - Bómulengdir frá 27-55m.
- Ýmsar stærðir af Turnkrönum.
  - Bómulengdir frá 40-75m.
  - Hífigeta upp að 16 tonnum.
- Öll þjónusta við **Liebherr** krana. Flutningur, reising og felling.

Hýsi-Merkúr hf. | Lambhagavegi 6 | 113 Reykjavík | Sími 534 6050 | merkur@merkur.is | **www.merkur.is**

HARDOX SLITSTÁL

-FYRIR ERFIÐAR AÐSTÆÐUR

HÉÐINN

Gjáhella 4 - Hafnarfjörður S: 569-2100

HARDOX®
WEARPARTS

Nýja árið byrjar vel fyrir CAT

Klettur – sala og þjónusta ehf. er umboðsaðili fyrir Caterpillar-vinnuvélar á Íslandi ásamt fleiri þekktum merkjum. Góð þjónusta hefur ávallt verið lykilatriði í velgengni hjá Kletti.

Að sögn Vilmundar Theodórssonar, sölustjóra CAT landvéla hjá Kletti, fer árið 2021 vel af stað í sölu vinnuvéla sé það borið saman við undanfarin 5-6 ár.

Vilmundur, sem hóf störf hjá Kletti fyrir þremur mánuðum, býr yfir gífurlegri reynslu á þessu sviði en hann hefur undanfarinn áratug starfað í Noregi hjá umboðsaðila Caterpillar þar í landi sem „Senior Project Manager“. Áður en hann fluttist til Noregs hafði Vilmundur starfað í rúm sjö ár hjá Kletti og þar áður Heklu; það má því segja að hann sé kominn heim þar sem hann starfar nú við hlið Snorra Árnasonar, viðskiptastjóra CAT landvéla hjá Kletti.

Spennandi tímar fram undan

„Fyrstu vikur ársins hefur sala vinnuvéla verið mjög góð og ekki síst í stærri vélunum. Sem dæmi má nefna að nú í byrjun ársins erum við að afhenda fjórar stórar beltagröfur sem eru yfir 50 tonn að þyngd sem er óvenjulegt, því algengustu stærðirnar eru 20-40 tonna vélar.

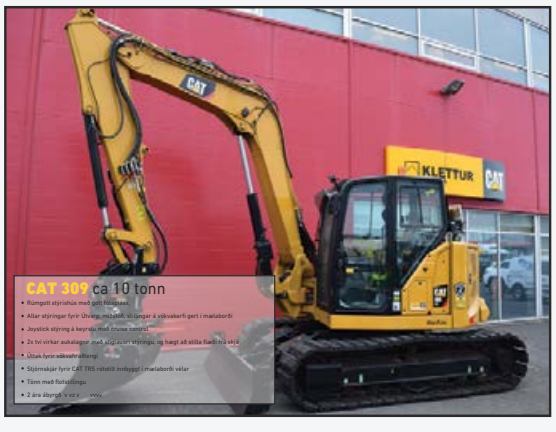
Þessi misserin er mikil endurnýjun í gangi í vörulínu Caterpillar, næsta kynslóð CAT-véla er smám saman að koma inn og því eru mjög spennandi tímar fram undan. Hjá Kletti koma um 60 manns með einum eða öðrum hætti að sölu og þjónustu við CAT-vélarnar en aðalstyrkur okkar á þessu sviði er tvímælalaust þjónustubatteríið,“ segir Vilmundur.

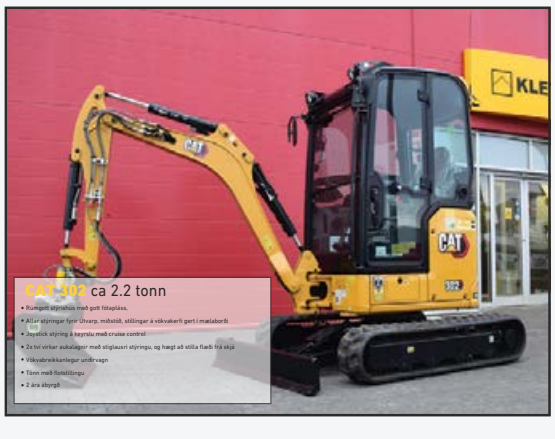
Vilmundur Theodórsson afhendir Elvari Kristni Sigurgeirssyni hjá Þotunni ehf. í Bolungarvík hjólaskóflu af gerðinni CAT 938M sem setur ný viðmið varðandi þægindi, afköst og eldsneytisnýtingu auk þess að mæta strömgustu kröfum um mengunarvarnir. Næsta kynslóð CAT-véla og spennandi tímar fram undan. MYND/AÐSEND

> **Fyrstu vikur ársins hefur sala vinnuvéla verið mjög góð og ekki síst í stærri vélunum.**

Nánari upplýsingar um CAT-vinnuvélar og aðrar vörur Kletts má finna á heimasíðunni klettur.is

KLETTUR fremstir í okkar fagi!





KLETTUR / SALA OG ÞJÓNUSTA / KLETTAGARÐAR 8-10 104 REYKJAVÍK / 590 5100 / klettur.is

KLETTUR

ÚTSALAN ER HAFIN

icebreaker

Einnig fáanleg í barna-stærðum

30-50% afsláttur

OSPREY

OSPREY BAKPOKAR

Hágæða bakpokar
Eitt mesta úrval landsins!

Klifurbakpokar
Leiðsögumannabakpokar
Fjallgöngubakpokar • Dufflar
Krakkabakpokar • Fjallaskíðabakpokar
Hjólabakpokar • Ferðatöskur

30-50% afsláttur

sherpa ADVENTURE GEAR

30-50% afsláttur

FERRINO

30% afsláttur

PeakPerformance

ALLAR singing rock OG GRIVEL VÖRUR
MEÐ GÓÐUM AFSLÆTTI

30-50% afsláttur

KEEN

GÖNGUSKÓR
OG SANDALAR

20-50% afsláttur

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: Föstudagur: 10:30-18. Laugardagur: 11-18. Sunnudagur: 12-16

Smáauglýsingar

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

Þjónusta

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

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

Rúnar Múrari ehf
S - 780 - 28 38

Húsaviðgerðir Tröppuviðgerðir Flotun Lekaviðgerðir Flísalögn Málningarvinna-Þakmálun o.m.fl.

40 ára reynsla í utanhússviðhaldi.

Við gerum tilboð þér að kostnaðarlausu.
runarmur@gmail.com

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105
Upplýsingar í síma 782 8800

Til sölu

Gítarinn ehf.
Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is

Ukulele á tilboði
Mikið úrval
Verð við allra hæfi

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar

Heilsa

Nudd

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

Húsnæði

Húsnæði í boði

2 herb. íbúð til leigu sv. 103 fyrir reglus. og reykl. Uppl. í s. 581 4629 og 846 4666.

Geymsluhúsnæði

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

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

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Auglýsing um tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, eru hér með auglýstar tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.

Hraunberg 4

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 16. desember 2020 og borgarráðs Reykjavíkur þann 7. janúar 2021 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á skilmálum deiliskipulags Breiðholts III, austurdeild, vegna lóðarinnar nr. 4 við Hraunberg. Í breytingunni felst að bætt er við heimild til að gera íbúðir á efri hæðum. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

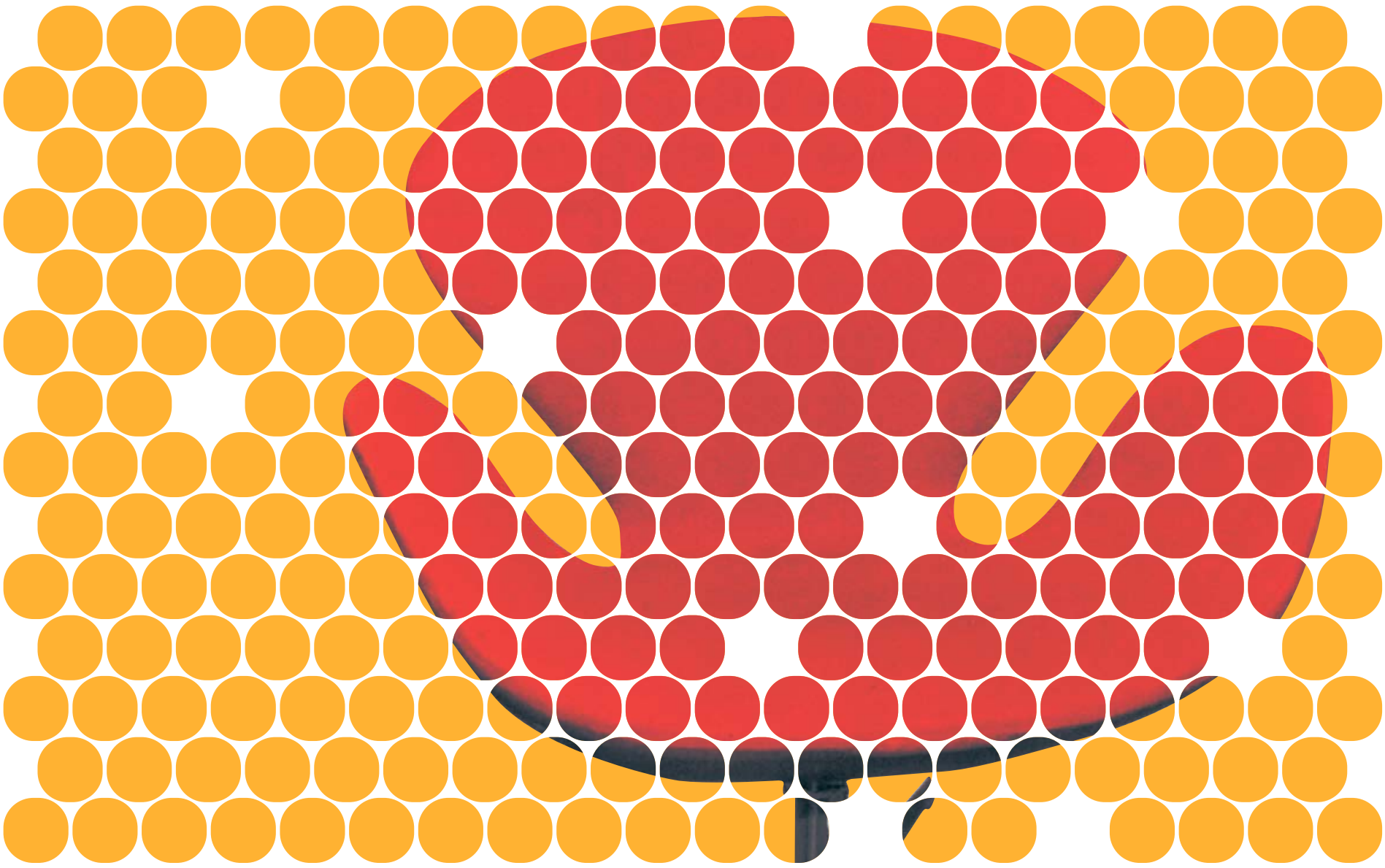
Sægarðar 1 og 3

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 13. janúar 2021 og borgarráðs Reykjavíkur þann 21. janúar 2021 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Sundahafnar norðan Vatnagarða vegna lóðanna nr. 1 og 3 við Sægarða. Í breytingunni felst að færa lóðarmörk Sægarða 1 og 3 til suðausturs, stækka lóð Sægarða 3, stækka byggingarreit, hækka hámarkshæð byggingar á lóð Sægarða 1 og færa lagnaleið Veitna. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna

Tillögurnar má einnig nálgast á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 **frá 29. janúar 2021 til og með 15. mars 2021**. Einnig má sjá tillögurnar á vefnum, ***www.reykjavik.is***, **skipulag í kynningu**. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 15. mars 2021. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 29. janúar 2021
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

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



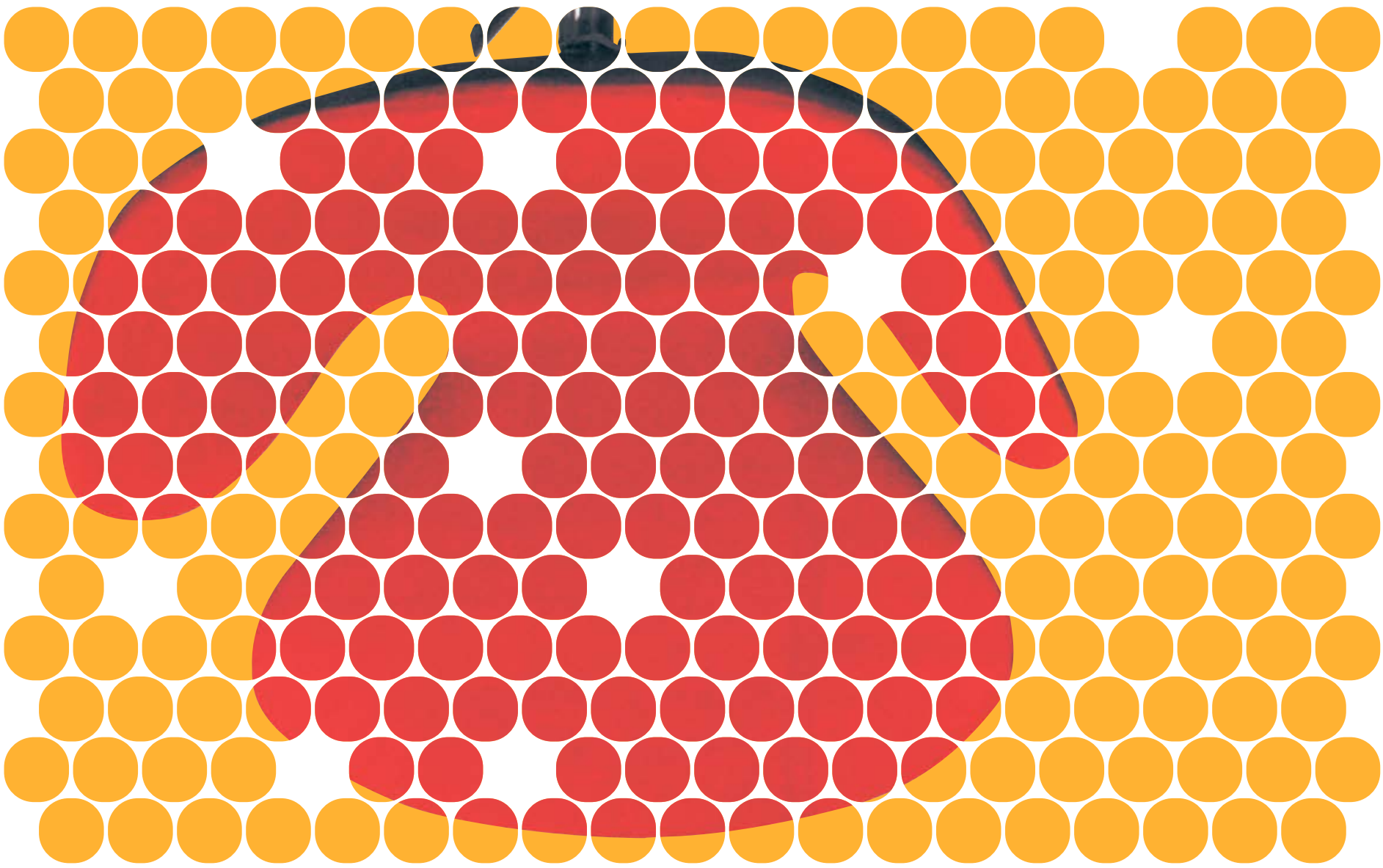
Allt að sjötíu prósenta afsláttur af sýningarvörum

Í DAG, Á MORGUN LAUGARDAG OG SUNNUDAG, 29. - 31. JANÚAR

HANS J. WEGNER,
ARNE JACOBSEN,
BORGE MOGENSSEN,
PHILIPPE STARCK,
ERIK MAGNUSSEN, OFL.

Skeifan 6 / 5687733 / **www.epal.is**

epal



VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Föstudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-2 °C | 3 ↖	-1 °C | 5 ↗	-3 °C | 3 ↗
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
-4 °C | 3 ↖	0 °C | 2 ↘	-9 °C | 4 ↗

Áfram hægur vindur í dag með þurru og köldu veðri, en norðaustan 8-13 og él við norðurströndina um kvöldið. Frost 0 til 13 stig, mildast syðst.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-2 °C | 3 ↖	-6 °C | 7 ↙	-6 °C | 2 ↙
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
-4 °C | 4 ↓	-2 °C | 3 ↙	-12 °C | 7 ↘

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-1 °C | 8 ←	-6 °C | 5 ↖	-12 °C | 1 ↑
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
-6 °C | 1 ↑	-5 °C | 3 ↘	-13 °C | 4 ↗

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

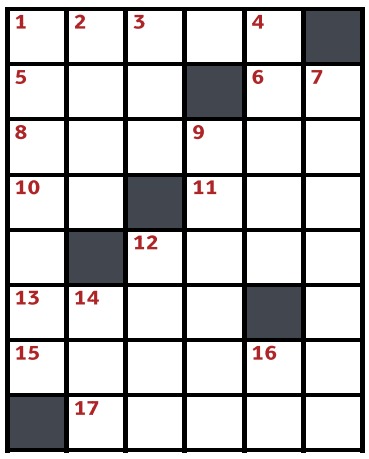
ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1 rófa
5 aftra
6 goð
8 fipa
10 í röð
11 stafur
12 línurit
13 lesa
15 tímaeining
17 hindra

LÓÐRÉTT
1 dreifður
2 hnarreist
3 ónn
4 tefja
7 jafnhliða
9 ske
12 laut
14 stansa
16 verkfæri



LÁRÉTT: 1 skott, 5 tef, 6 ás, 8 ringla, 10 jk, 11 emm, 12 graf, 13 æra, 15 ljósár, 17 aftra.
LÓÐRÉTT: 1 strjál, 2 kelk, 3 ófn, 4 tálma, 7 samfara, 9 gerast, 12 gröf, 14 æja, 16 ár.

Skák

Gunnar Björnsson

Vignir Vatnar Stefánsson (2.314) átti leik gegn Davíð Kjartanssyni (2.326) á Skákþingi Reykjavíkur.

13. Rec6! De8 (13...bxc6 14. Rxc6 De8 15. Rxe7 Dxe7 16. Bxa8 er vonlaust). **14. Rxe7+ Dxe7 15. Dxc7** og stöðuyfirburðir Vignis dugðu til sigurs. Hjörvar Steinn Grétarsson er efstur með 4½ vinning eftir 5 umferðir. Sex keppendur hafa 4 vinninga. Mótinu er framhaldið í kvöld.

www.skak.is: Nýjustu fréttir.

Hvítur á leik

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

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

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

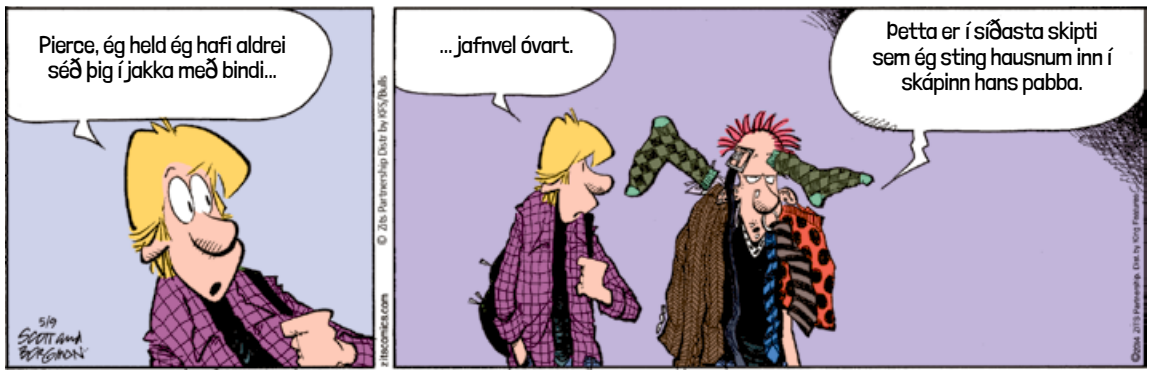
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

FRÉTTABLAÐIÐ er helgarblaðið

Sérhver ástarsaga einstök

Þórunn Erna Clausen gefur nú út sína fyrstu sólóplötu. Platan er kveðja hennar til Sigurjóns Brink, eiginmanns hennar sem lést skyndilega fyrir tíu árum. Tónlistin hjálpaði henni að rata út úr völundarhúsi sorgarinnar og vill hún veita fleirum aðild að henni. Þórunn er í dag ástfangin, nýbökuð móðir sem hefur lært að hjartað fyllist ekki, heldur stækkar.

Ég ætlaði að standa með henni

Tinna Garðarsdóttir lærði að meta litlu hlutina í lífinu þegar besta vinkona hennar greindist með krabbamein á síðasta ári. Hún ákvað að standa þétt við bakið á henni og styðja hana. Nú stendur yfir vitundarvakning og fjáröflunarherferð Krafts, stuðningsfélags ungs fólks sem greinst hefur með krabbamein.

Næturvæta getur tekið toll af sjálfsálitinu

Vísindamenn háskólans í Árósum hafa í samstarfi við Íslenska erfðagreiningu, Landspítala og Háskóla Íslands náð að greina erfðafræðilega þætti sem auka líkur á næturvætu, það sem í daglegu tali er kallað að pissa undir. Einnig kemur fram að sömu þættir auki líkurnar á athyglisbresti og ofvirkni, ADHD.

Helgarblað Fréttablaðsins, ómissandi hluti af góðri helgi

Bætum við vörum daglega
Sjáðu allt úrvalið á www.byggtogbuid.is
ÚTSÖLUNNI FER AÐ LJÚKA
ALLT AÐ 75% afsl.
AF YFIR 4500 VÖRUM
KAFFIVÉLAR, ELDHÚSÁHÖLD, POTTAR OG PÖNNUR, VÖFFLUJÁRN, BLANDARAR, DISKAR OG GLÖS, HEILSUGRILL, HRAÐSUÐUKÖNNUR, ELDFÖST MÓT, HITAKÖNNUR OG BRÚSAR, BAÐVOGIR OG MARGT FLEIRA!
ÚTSÖLUNNI FER AÐ LJÚKA!
RÝMINGARSÖLUVÖRUR Á 50-75% AFSLÆTTI
BÆTUM VIÐ VÖRUM OG HÆKKUM AFSLÁTTINN
KOMDU OG GERÐU FRÁBÆR KAUP!
Sjáðu allt úrvalið á www.byggtogbuid.is
byggtogbúið
KRINGLUNNI • SÍMI 568 9400 • BYGGTOGBUID.IS
Líkaðu við okkur á Facebook: www.facebook.com/byggtogbuid

3.998 kr./kg

KS Lambafillet
frosið

1.198 kr./kg

KS Lambaleggir
frosnir

198 kr./pk.

Euro Shopper Tortillur
8 stk. 20 cm / 6 stk. 25 cm

359 kr./770 g

Myllan Heimilisbrauð
770 g

198 kr./500 g

Bónus Heilkorna Brauð
500 g

795 kr./ks.

Egils Kristall Kassi
10 stk. í ks. - nokkrar tegundir - 330 ml

795 kr./ks.

Pepsi Kassi
10 stk. í ks. - 330 ml x 10

359 kr./pk.

Anamma Vegan Réttir
300 g - nokkrar tegundir

NÝTT Í BÓNUS

798 kr./stk.

Just Egg Vegan Hræra
355 ml

359 kr./stk.

Nature & Moi Vegan Ostur
200 g - nokkrar tegundir

Verð gildir til og með **31. janúar** eða meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

NÝTT Í BÓNUS
ÞÝSKIR RIBEYE HAMBORGARAR

169 kr./pk.

Myllan Kartöfluhamborgarabrauð
2 stk. í pk.

898 kr./pk.

Nautaveisla - Ribeye Hamborgarar
2 stk. í pk. - þýskir

998 kr./pk.

MS Samlokuostur
500 g

198 kr./stk.

Nocco Ice Soda
330 ml

98 kr./stk.

Barbells Crunchy Fudge
Prótein Stykki - 20 g prótein

398 kr./750 ml

Himneskt Lífrænt Eplaedik

498 kr./750 ml

Himneskt Lífrænn Rauðrófusafi

598 kr./200 ml

Himneskt Lífrænn Engiferskot

FRÁBÆRT Í SMÚÐINGINN

398 kr./pk.

Euro Shopper Bláber
500 g

498 kr./pk.

Euro Shopper Jarðarber
1 kg

598 kr./pk.

Euro Shopper Mangó
1 kg

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

RIF
RESTAURANT

HM TAKE AWAY TILBOÐ

Forréttur
Premium vængir
1.032 kr ~~1.290 kr~~

Réttir
Fish and chips (2 bitar)
1.752 kr ~~2.190kr~~
Tríó
1.912 kr ~~2.390 kr~~
Beikonborgari
2.072 kr ~~2.590 kr~~
El Paso salat
2.152 kr ~~2.690 kr~~

Eftirréttur
Súkkulaðikaka
1.032 kr ~~1.290kr~~

Gildir út janúar 2021

/rifrestaurant
/rifrestaurant

Fjörður Verslunarmiðstöð,
Fjarðargata 13-15
www.rif.is

DAGSKRÁ

Föstudagur

HRINGBRAUT

20.00 Lífið er lag (e) Þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri áranna. Umsjón Sigurður K. Kolbeinsson.
20.30 Karlmennskan (e) Femínískt sjónarhorn á karlmennsku, karla og jafnrétti í feðraveldissamfélagi.
21.00 Helgarjóga Í Helgarjóga með Þóru Rós róum við okkur niður í núvitundinni – og erum til staðar í stundinni.
21.30 Viðskipti með Jóni G. (e) Í viðskiptaþættinum með Jóni G. Haukssyni er rýnt í verslun og viðskipti landsmanna með aðstoð sérfræðinga og stjórnenda atvinnulífsins.

RÚV SJÓNVARP

09.00 Heimaleikfimi
09.10 Kastljós
09.25 Menningin
09.35 Baðstofan
10.30 Ormstunga Ástarsaga
11.15 Heimaleikfimi
11.25 Kvöldstund með listamanni 1986-1993 Dr. Hallgrímur Helgason.
12.15 Ljósmóðirin
13.10 8 dagar - Til tunglsins og heim á ný
14.00 Grænir fingur 1989-1990
14.15 Loftlagsþversögnin
14.25 Aldrei of seint
15.05 Tónatal
16.10 Táknmálsfréttir
16.20 Frakkland - Svíþjóð Bein útsending frá leik í undanúrslitum á HM karla í handbolta.
18.05 KrakkaRÚV
18.06 Ósagða sagan
18.35 Húllumhæ
18.50 Landakort Von
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Gettu betur - Stjörnustríð Stjörnustríð er skemmtiþáttur í anda Gettu betur þar sem þekkt andlit úr sögu þáttanna; spyrlar, spurningahöfundar, stigaverðir og keppendur, snúa aftur auk keppnisliða úr óvæntum áttum. Þau hafa engu gleymt, nema svörunum! Umsjónarmaður og dómari: Örn Úlfar Sævarsson.
21.00 Vikan með Gísla Marteini Gísli Marteinn tekur á móti gestum á föstudagskvöldum í vetur og fer með þeim yfir helstu atburði vikunnar í stjórnmálum, menningu og mannlífi.
21.50 Frankie Drake Kanadískir þættir um einkaspæjarann Frankie Drake að störfum á stofu sinni Drake Private Detectives í Toronto á þriðja áratugnum. Aðalhlutverk: Lauren Lee Smith, Chantel Riley og Rebecca Liddiard.
22.30 Maður í rauðgulri skyrtu Man in an Orange Shirt
00.30 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

07.30 European Tour 2021 Bein útsending frá Omega Dubai Desert Classic.
13.30 Champions Tour Highlights 2021
14.25 European Tour 2021 Útsending frá Abu Dhabi HSBC Championship.
20.00 PGA Tour 2021 Bein útsending frá Farmers Insurance Open.

SJÓNVARP SÍMANS

12.30 Dr. Phil
13.15 The Late Late Show
14.00 Superstore
14.25 Þung skref - saga Heru Bjarkar (1.2) Heimildamynd í tveimur hlutum þar sem fylgst var með bataferli og upprisu söngkonunnar Heru Bjarkar Þórhallsdóttur sem gafst upp á að standa ein í baráttu við offitu og leitaði sér hjálpar.
15.10 Þung skref - saga Heru Bjarkar (2.2)
16.30 Family Guy
16.50 The King of Queens
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 Dr. Phil
18.20 The Late Late Show
19.05 American Housewife
19.30 Man with a Plan
20.00 The Bachelor
21.30 Transformers. Age of Extinction
Fjórða Transformers-m
04.00 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Í ljósi sögunnar
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Óskastundin
10.45 Morgunleikfimi
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.03 Hádegið
12.20 Hádegisfréttir
12.42 Hádegiðseinni hluti
13.00 Dánarfregnir
13.02 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Málið er Hlutverkasetur
15.00 Fréttir
15.03 Sögur af landi
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Vinill vikunnar
17.00 Fréttir
17.03 Lestarklefinn
18.00 Spegillinn
18.30 Brot úr Morgunvaktinni
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Flugur Söngdúettinn Carpenters.
19.45 Lofthelgin
20.35 Mannlegi þátturinn
21.30 Egils saga (13 af 18)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestarklefinn
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

10.55 Dan in Real Life
12.30 The Circle
14.15 Made of Honor
15.55 Dan in Real Life
17.30 The Circle
19.20 Made of Honor
21.00 X-Men. Dark Phoenix Frábær spennumynd frá 2019. Þegar alvarleg bilun í geimskutlu ógnar lífi geimfaranna í henni fær NASA Charles Xavier til að setja saman björgunarteymi úr hópi X-manna. Aðgerðin heppnast með þeirri undantekningu að Jean Grey verður fyrir gríðarlega öflugri sólareldingu sem hefði átt að ganga af henni dauðri en kallar þess í stað fram í henni nýja og illa útgáfu.
22.50 Deadpool
00.35 The Goldfinch
03.00 X-Men. Dark Phoenix

STÖÐ 2

08.00 Heimsókn
08.15 Veronica Mars
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 The O.C.
10.05 Supernanny
10.50 Who Do You Think You Are?
11.45 Shipwrecked
12.35 Nágrannar
12.55 Manifest
13.35 Blokk 925
14.05 Tónlistarmennirnir okkar
14.35 Hell's Kitchen USA
15.15 Making Child Prodigies
15.45 GYM
16.10 The Great British Bake Off
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
18.55 Í kvöld er gigg Önnur þáttaröð þessara frábæru tónlistarþátta með Ingó, einum vinsælasta tónlistarmanni landsins.
19.45 The Masked Singer Sprenghlægileg og öðruvísi söngvakeppni þar sem grímuklæddir, frægir einstaklingar keppa sín á milli.
20.55 Hurricane
22.40 Deadwood. The Movie
00.30 Tag
02.05 Plus One
03.40 Shipwrecked
04.25 Manifest

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

08.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.20 Friends
20.50 Bestu Stelpurnar
21.10 Roswell, New Mexico
21.55 Flash
22.40 Angie Tribeca
23.05 American Dad 16
23.25 Bob's Burgers
23.45 Friends
00.10 Friends
00.30 Bestu Stelpurnar

STÖÐ 2 SPORT

08.20 Dominos Körfuboltakvöld - kvenna
09.05 Dominos Tilþrifin 6. umferð
09.50 ÍBV - Stjarnan Útsending frá leik í Olís-deild kvenna.
11.15 Seinni bylgjan - kvenna
12.15 Grótta - ÍR Útsending frá leik í Olís-deild karla.
13.35 Njarðvík - Grindavík Útsending frá leik í Dominos-deild karla.
15.15 KR - Þór Þ.
16.55 Dominos Tilþrifin 6. umferð
17.45 Dominos Körfuboltakvöld - Upphitun
18.10 ÍR - Haukar Bein útsending frá leik í Dominos-deild karla.
20.10 Stjarnan - Keflavík Bein útsending frá leik í Dominos-deild karla.
22.10 Dominos Körfuboltakvöld
23.35 Grótta - ÍR

STÖÐ 2 SPORT 2

08.10 Valencia Basket - TD Systems Baskonia
09.45 Green Bay Packers - Tampa Bay Buccaneers
12.15 Kansas City Chiefs - Buffalo Bills
14.45 Lokasóknin Henry Birgir fer yfir alla leiki helgarinnar í NFL-deildinni.
15.15 Athletic Bilbao - Getafe
16.55 Ipswich - Sunderland
18.35 La Liga Show
19.00 Inside Serie A
19.55 Reading - Bournemouth
22.00 NFL Gameday
22.25 La liga. Top Goals
23.20 La liga. Top Saves
23.45 La Liga Show
00.00 Real Valladolid - Huesca

ILVA

ALLTAF OPIN - VEFVERSLUN - WWW.ILVA.IS -

Útsölulok

MÁNUDAGINN 8. FEBRÚAR

26%

FAME BEKKUR Svart leðurlíki.
L153 cm. Áður 89.900 kr. **NÚ 66.900 kr.**

33%

EMILIA BORÐSTOFUSTÓLL
Bleikt áklæði. Áður 29.900 kr. **NÚ 19.900 kr.**

50%

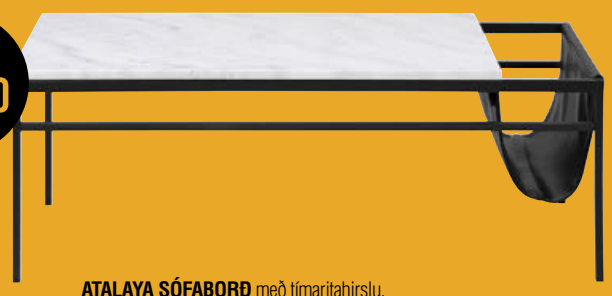
UMAGE EOS Svartar fjaðrir. Ø45 cm. Perustæði selt sér.
Áður 24.995 kr. **NÚ 11.995 kr.**

32%

DOLPHIN BARSTÓLL
Brúnt leðurlíki. H107 cm. Áður 34.900 kr. **NÚ 23.900 kr.**

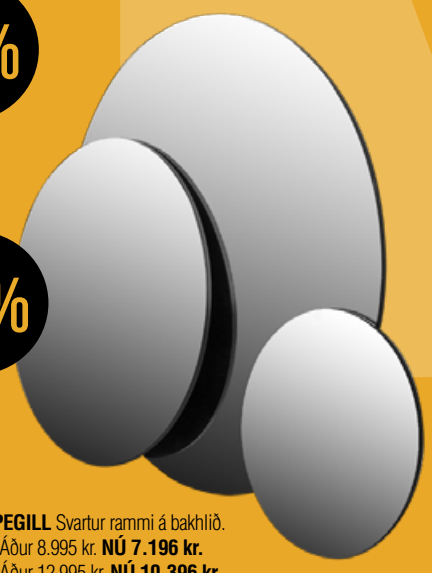
LILI BLÓMAPOTTUR
Ø12 cm. Áður 1.295 kr. **NÚ 971 kr.**

26%



ATALAYA SÓFABORÐ með tímaritahirslu.
L115 x B58 cm. Áður 64.900 kr. **NÚ 47.900 kr.**

20%



GILA SPEGILL Svartur rammi á bakhlið.
Ø50 cm. Áður 8.995 kr. **NÚ 7.196 kr.**
Ø80 cm. Áður 12.995 kr. **NÚ 10.396 kr.**
Ø110 cm. Áður 17.995 kr. **NÚ 14.396 kr.**

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is
laugardaga og sunnudaga 12-18 - mánudaga - föstudaga 11-18:30

netgíró
VALITOR

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM .COM/ILVAISLAND

Louise de Chevigny var flott í aviator-jakka fyrir sýningu Chanel.

Jakkar í yfirstærð halda greinilega áfram velli.

Fyrirsætan Maria Decremps í peysu frá Chanel.

Þetta er nokkurs konar einkennislúkk síðasta árs. Næntís-leðurjakkar voru ótrúlega vinælir.

Götutískan á tískuvikum í París

Heimsfaraldurinn hefur haft sín áhrif á tískuheiminn líkt og flest annað. Nú er mæting á viðburði aðeins að glæðast eins og sjá mátti á tískuvikunni í París seint á síðasta ári og núna á hátískuvikunni.

Hátískuvikan í París stendur nú yfir en hin almenna tískuvika fer síðan fram í febrúar. Flestar tískuvikur síðasta árs voru slegnar af eða voru í það minnsta með mjög breyttu sniði, að undanskilinni tískuvikunni fyrir 2021 sem fram fór í október í París. Fátt var um gesti og þó sérstaklega erlenda gesti. Þetta virðist eitthvað farið að breytast því mörg þekkt andlit létu sjá sig á hátískuvikunni í París. Sýning Fendi í gær vakti sérstaka athygli fyrir val á fyrirsætum, en meðal þeirra voru leikkonan Demi Moore, Kate Moss og dóttir hennar Lila Grace og ofurmódelið Christy Turlington. Meðfylgjandi myndir eru frá tískuvikunni í október og þeirri sem stendur núna yfir í París.

steingerdur@frettabladid.is

Ekki er vitað hvort einhver „low-talker“ hafi mögulega haft áhrif á skyrtuval Phuong Thythu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Gestur í fallegri peysu frá Givenchy.

Franska fyrirsætan Clara Berry í alklæðnaði frá Louis Vuitton, tilbúin að mæta á sýningu tískurisans.

Gestur á sýningu Chanel í látlausum en töffaralegum klæðnaði.

Sáttur gestur í fallegri kápu með tösku frá Chanel á leið á sýningu sama tískumerkis.

RAPUNZEL

Fáðu jafnvægi í morgunmat

Hafrar, múslí og dass af dásemdar kókossmjöri

Við elskum lífrænt

Brautryðjandi í lífrænni framleiðslu síðan 1974

DV

DV ER KOMIÐ ÚT!

Nældu þér í eintak í næstu verslun eða á heimkaup.is og fáðu blaðið sent heim.

HEIMKAUP.IS

Tryggðu þér áskrift að DV

512 7000

www.dv.is/askrift

askrift@dv.is

Ingu Maren dreymdi söguna að baki barna-dansverkinu Dagdraumar sem frumsýna á í vor. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Ætlaði að hætta eftir hverja einustu sýningu

Dansarinn **Inga Maren** sigraðist á kvíða sem hún upplifði þegar hún steig á svið með hjálp hugleiðslu. Um helgina snýr hún aftur á sviðið með sólóverkið Ævi og sýnir barnaverkið Dagdrauma í vor.

Inga Maren Rúnarsdóttir snýr aftur á sviðið um helgina með dansverkið Ævi. Hugmyndin að baki sýningunni er byggð á sjónvarpsþáttaröðinni Ævi eftir Sigríði Halldórsdóttur. Dansverkið fjallar um lífshlaup mannsins frá upphafi til enda, ef svo má að orði komast. Verkið var frumsýnt í haust en heimsfaraldurinn gerði það að verkum að það varð að slá síðustu sýningum á frest.

Fann loks innri ró

„Það er ekki mikill hraði í verkinu Ævi en aftur á móti mikið um smáatriði. Mér finnst best að vera í hugleiðsluástandi á meðan ég geri verkið og tengja mig þannig við æviskeiðin. Sum þeirra eru byggð á minni eigin reynslu en önnur fengin að láni frá öðrum, eins og börnunum mínum og ömmum mínum. Búningarnir og sviðsmyndin eru að mörgu leyti samtvinnuð þar sem ég nota búningana mikið til þess að skapa sviðsmyndina á ákveðinn hátt. Þetta fléttast allt mjög þétt saman og flýtur svo bara áfram," segir Inga Maren.

Hugleiðslan hefur hjálpar Ingu Maren mikið, en hún þjáðist af miklum sviðsskrekk lengi vel.

„Það eru svo margir að glíma við kvíða í dag. Ég hef glímt við mikinn kvíða. Í fyrra fór ég svo í jógakennaranám og kynntist fyrst fyrir alvöru hugleiðslu. Ég byrjaði í kjölfarið að hugleiða daglega, undir lok síðasta árs. Fyrst stóð til að sýna Ævi síðasta vor. En ég hef alltaf fengið svo ótrúlegan sviðsskrekk, ég titra hreinlega og fólk spyr mig: „Inga Maren, hvað er í gangi?" Ég ákveð eiginlega á hverri einustu sýningu að ég ætli að hætta, segi við sjálfa mig að núna hætti ég, þetta sé ekki lengur þess virði," segir Inga Maren og bætir svo við: „Mér leið alveg það illa. En svo hætti ég aldrei."

Braust út úr eigin skel

Síðasta sumar var Inga Maren komin á það að hún einfaldlega gæti ekki tekið þetta sóló. Hún var komin á endastöð með kvíðann og áttaði sig á því að nú yrði hún að leita lausnar, en ekkert hafði gengið þangað til.

> ÉG FANN ALLT Í EINU AÐ ÞAÐ MYNDAÐIST EINHVER RÓ INNRA MEÐ MÉR. ÞAÐ ER MAGNAÐ HVAÐ MAÐUR LÆRIR AÐ HÆTTA AÐ HUGSA UM ÁLIT ANNARRA OG EINBEITIR SÉR BARA AÐ SJÁLFUM SÉR.

„Af einhverjum ástæðum þá byrjaði ég að hugleiða, þá náttúrulega í einhverjum tengslum við jógakennaranámið. Ég fann allt í einu að það myndaðist einhver ró innra með mér. Það er magnað hvað maður lærir þegar maður hættir að hugsa um álit annarra og einbeitir sé bara að sjálfum sér."

Hún segist í raun hafa upplifað það í fyrsta sinn að ganga á sviðið óttalaus þegar Ævi var frumsýnd í ágúst.

„Ég var sallaróleg og fann að ég var tilbúin. Þetta var skrýtin tilfinning. Áhrif hugleiðslunnar eru einhvern veginn svo alltumlykjandi."

Inga Maren hefur ferðast mikið um heiminn í starfi sínu sem dansari.

„Ég safna skeljum frá hverjum áfangastað, líka hérna á Íslandi. Ég er alltaf óð í að fylla líf mitt af einhverjum skeljum og kuðungum. Þegar ég fór að pæla í þessu þá finnst mér eins og hringnum séð náð og ég sé núna að ná að brjótast út úr minni eigin skel."

Dreymdi um Dagdrauma

Inga Maren er svo á leiðinni til Noregs þar sem hún mun frumsýna dansverkið Dagdraumar, sem er ætlað börnum á aldrinum 2-6 ára. Það verður svo sýnt hér á landi í vor. Ingu Maren hafði lengi dreymt um að setja verkið upp.

„Ég var í flugi að koma frá Cannes með Júlíönnu Láru Steingrímsdóttur, búninga- og sviðsmyndahöfundi, sem vinnur þetta allt með mér. Ég fór að segja henni frá þessari hugmynd minni að bók. Henni fannst tilvalið að við myndum gera þetta að sviðsverki, þannig að við ákváðum að slá til. Þetta var árið 2017."

Inga Maren segir að loks hafi opnast glufa hjá Íslenska dansflokknum fyrir barnaverk.

„Verkið fjallar um stelpu sem fer í ferðalag í skóginum og lendir þar í miklum ævintýrum. Hún hittir fyrir dýr og ágirnist eiginleika þeirra eða útlit og töfrar gerast. Ósk hennar rætist en hún geldur það dýru verði, hún þarf að fórna hluta af sjálfri sér í staðinn og að lokum hefur hún misst sinn einstaka persónuleika," segir hún, og viðurkennir að það sé þó nokkur munur á því að gera dansverk fyrir börn og fullorðna.

Orð stundum óþörf

„Börn hafa minni einbeitingu svo senurnar verða styttri. Við fengum börn í heimsókn til að kanna viðbrögð þeirra við sýningunni, ég kalla það rýnihópa. Þau eru sérfræðingarnir mínir. Það gekk vonum framar svo ég held ótrauð áfram. Það skiptir engu þótt orð séu ekki notuð, ég held reyndar að það sé frábært að sleppa því stundum. Við þurfum ekki að tyggja orðin öllum stundum, stundum er bara betra að þegja. Maður getur lesið svo mikið í líkamlega tjáningu og svipbrigði og svo eru búningarnir og sviðsmyndin töfrum líkust."

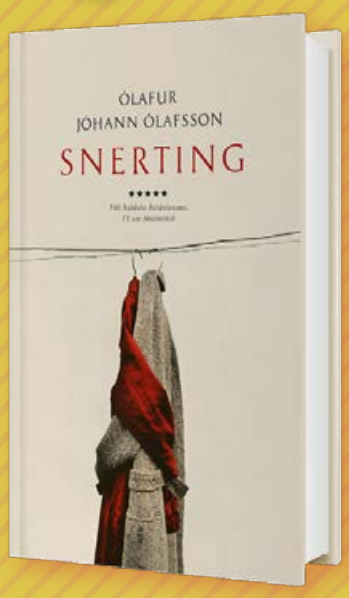
Einhvern veginn hefur það atvikast þannig að um leið og einni sýningu lýkur hefur verið uppselt á aðra að sögn Ingu Maren.

„Svo ég held bara áfram í því flæði. Verkið Dagdraumar verður svo sýnt í vor hér á landi, það er vonandi að það standist veður og vinda samfélagsins í dag og það fái að líta dagsins ljós á Barnamenningarhátíð Reykjavíkur."

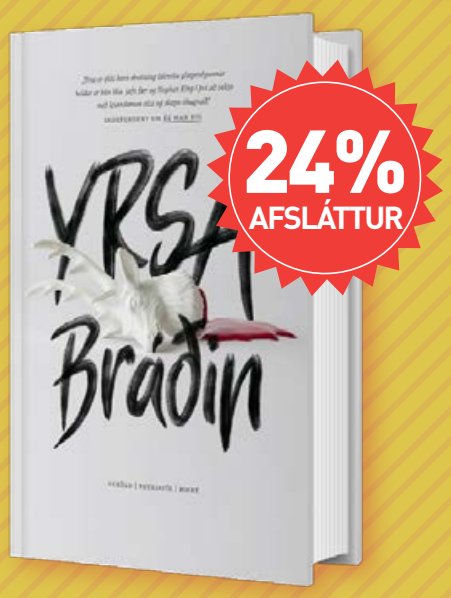
steingerdur@frettabladid.is

AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason *gustaf@torg.is*, **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Auður Húnfjörð *audur@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson *hlynur@frettabladid.is* , Reynir Elís Þorvaldsson *reynir@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078:** Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ivar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is* FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, **TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*

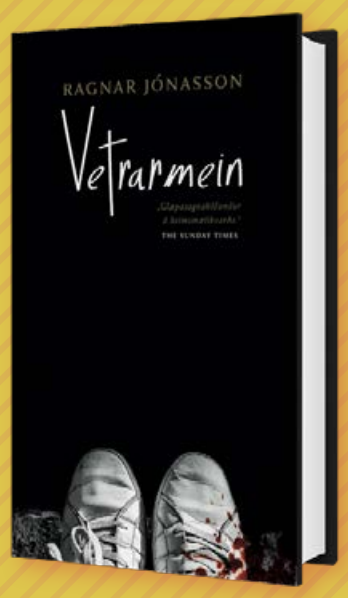
ÚTSALA! ÚTSALA!



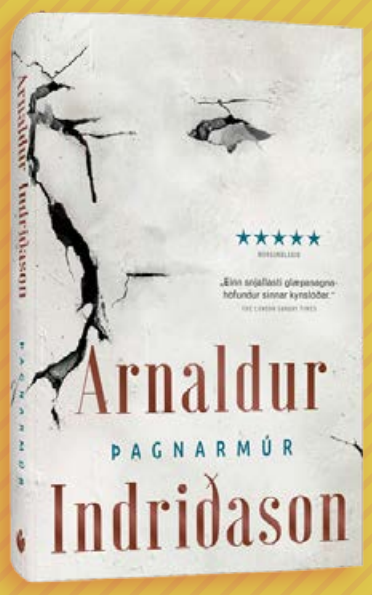
Snerting
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 5.299.-



Bráðin
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 5.299.-



Vetrarmein
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 5.299.-

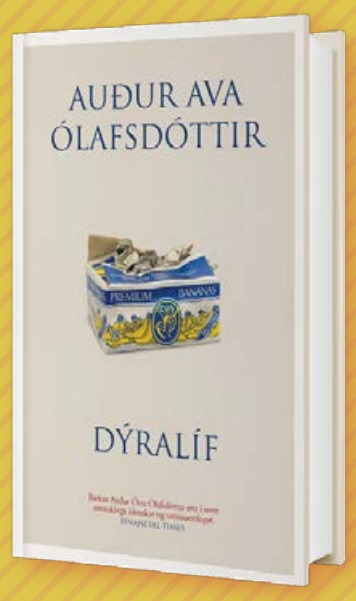


Þagnarmúr
TILBOÐSVERÐ: 4.299.-
Verð áður: 5.299.-

Berskjaldaður
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 7.499.-

Íslensku fuglarnir og þjóðtrúin
TILBOÐSVERÐ: 6.499.-
Verð áður: 13.999.-

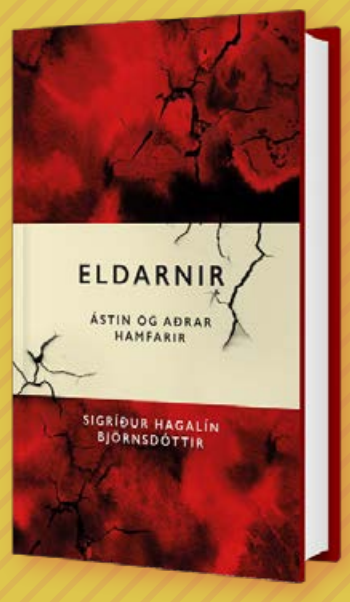
Fjarvera þín er myrkur
TILBOÐSVERÐ: 4.499.-
Verð áður: 5.299.-



Dýralíf
TILBOÐSVERÐ: 4.499.-
Verð áður: 5.299.-

Sögur frá Sovétríkjunum
TILBOÐSVERÐ: 3.499.-
Verð áður: 5.499.-

Fótbolti - Meistarataktar
TILBOÐSVERÐ: 2.899.-
Verð áður: 6.499.-



Eldarnir
TILBOÐSVERÐ: 4.499.-
Verð áður: 5.299.-

Dauðabókin
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 5.299.-

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. Tilboðsverð gilda til og með 17. febrúar. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

FRÉTTABLAÐIÐ

550 5000 | RITSTJÓRN ritstjorn@frettabladid.is | AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is | PRENTUN Torg ehf. | DREIFING Póstdreifing ehf. dreifing@postdreifing.is

BAKÞANKAR

Svanborgar Sigmarsdóttur

Beðið eftir svari

Ég fór til kvensjúkdómalæknis í desember. Þetta var ágætis stund að venju. Ræddum svolítið pólitík, sérstaklega húsnæðismál eins og oft áður og leiðir til að bæta lýðræðið. Svo ræddum við auðvitað þetta venjulega: stöðuna og horfur, egg og blæðingar og þess háttar.

Við kvöddumst með þessari venjulegu kveðju: „Ef það er eitthvað, þá verður haft samband. Annars geturðu verið alveg róleg.“ Og auðvitað, af því að þetta er læknirinn minn, þá treysti ég honum. Ekkert heyrðist og ég var bara alveg róleg. Það er engin ástæða til annars en að ætla að allt sé í fínu lagi.

En svo bara veit kona ekki. Fréttir berast af leghálskrabbameinssýnum, allt frá því í desember, sem liggja bara í einhverjum kössum. Mögulega á leið til Danmerkur. Mögulega ekki. Ef ég væri ekki svona andskoti kærulaus myndi heilsukvíðinn blossa upp. Þá væri ég líklega undir sófanum í fósturstellingu, yfir því að fá ekkert að frétta. Sem eiga að vera góðar fréttir en eru það ekki í dag.

Skipulag á viðkvæmri þjónustu við konur er í uppnámi því ekki tókst betur en þetta hjá heilbrigðisráðherra að færa skimun og greiningu frá Krabbameinsfélaginu til heilsugæslunnar. Sem ég hélt að væri eina breytingin. Að heilsugæslan tæki við verkefnum Krabbameinsfélagsins.

En það var greinilega ekki nógu mikil miðstýring. Heilsuvera segir mér að kvensjúkdómalæknirinn megi ekki lengur taka krabbameinsstroku þegar ég fer til hans. Þessi í stað þarf ég að bóka mér tíma á heilsugæslunni og fá aðra ókunnuga manneskju til að krafla í leghálsinn minn. Eru læknar ekki lengur til þess hæfir?

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN

Beinn sími: 550 5625

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

STILLANLEG RÚM | HEILSURÚM OG -DÝNUR | GAFLAR | SÆNGUR | KODDAR | SVEFNSÓFAR | STÓLAR | SÆNGURFÖT, O.FL.

JANÚARÚTSALAN Í FULLU FJÖRI – EKKI MISSA AF ÞESSU!

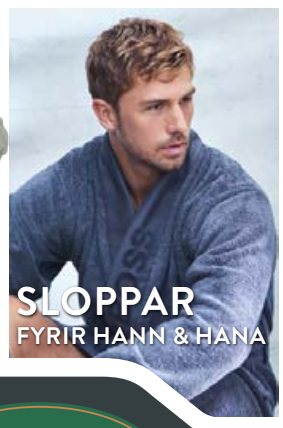
ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

ÚTSALA

DÚNVÖRUR

TEMPUR
DÝNUR OG KODDAR

SÆNGURFÖT


SLOPPAR
FYRIR HANN & HANA

FAXAFENI 5 Reykjavík 588 8477
KRINGLUNNI Reykjavík 820 6015
DALSBRAUT 1 Akureyri 588 1100
SKEIÐI 1 Ísafirði 456 4566
OPNUNARTÍMI einstakra verslana sjá www.betrabak.is

Betra BAK