

Hrollvekjandi  
vinsældir



Lára Ómars  
semur ástarlag



GLÆNÝR  
BÆKLINGUR  
RÚMFATA  
LAGERINN

Lífið > 20

Lífið > 22

# FRÉTTABLAÐIÐ

201. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR

frettabladid.is

MIDVIKUDAGUR 13. OKTÓBER 2021



Friðrik, krónprins Danmerkur, lenti ásamt föruneysi sínu á Reykjavíkflugvelli í gær og hélt rakleiðis til Bessastaða í kvöldverðarboð með forsetahjónunum og ráðherrum. Tilgangur ferðar krónprinsins er að ræða loftslagsvænar orkulausnir og samstarf Íslendinga og Dana í þeim efnum. Þó að tilgangurinn sé góður mætti prinsinn til landsins á einkapotu.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

## Skotið hreyfingar á jarðvegi við ellefu þéttbýlisstaði vegna aurskriðuhættu

Ísafjörður, Sauðárkrókur, Akureyri og Neskaupstaður eru meðal ellefu þéttbýlisstaða sem kanna þyrfti með tilliti til aurskriðuhættu.

elinhirst@frettabladid.is

**NÁTTÚRUVÁ** „Nauðsynlegt er að gera svipað átak í skriðumálum á Íslandi og gert var í snjóflódamálum eftir 1995,“ segja vísindamenn frá Veðurstofu Íslands, Náttúrufræðistofnun Íslands og Háskóla Íslands.

Þetta kemur fram í minnisblaði sem vísindamennirnir gerðu fyrir starfshóp á vegum umhverfis- og auðlindaráðuneytisins. Hópurinn var meðal annars skipaður til að

gera stöðumat á vöktun og rannsóknunum á náttúruvá eftir skriðuföllin á Seyðisfirði í desember 2020.

Tómas Jóhannesson, ofanflóðasérfræðingur hjá Veðurstofunni, segir að við ellefu þéttbýlisstaði séu landform sem kanna þurfi með tilliti til hreyfingar á lausum jarðefnum. Ef hreyfingar í jarðvegi komi í ljós gefi það tilefni til árvekni.

„Við megum eiga von á því að það verði breytingar í náttúru Íslands á komandi árum, samhliða loftslagsbreytingum,“ segir Guðmundur Ingi Guðbrandsson, umhverfis- og auðlindaráðherra. Stjórnvöld hafi beint sjónum að náttúruvá.

„Við þurfum að meta vandlega hvaða áhrif breytingar sem eru að



Við þurfum að meta vandlega hvaða áhrif breytingar sem eru að eiga sér stað hafa á náttúruvá.



Guðmundur Ingi Guðbrandsson, umhverfis- og auðlindaráðherra

eiga sér stað hafa á náttúruvá, viðbrögð við henni og varnir þar að lútandi,“ segir ráðherrann.

Litlu mátti muna að stórslys yrði er stóra skriðan féll í Seyðisfirði og eyðilagði mörg hús. „Þessi atburður og fleiri stórar skriður sem fallið hafa á síðustu árum sýna að nauðsynlegt er að vinna að rannsóknum, kortlagningu, hættumati og bættri vöktun vegna skriðufalla,“ segir í minnisblaðinu.

Tilgreindir eru ellefu þéttbýlisstaðir vegna mögulegra skriðufalla. Það eru Ísafjörður, Suðureyri, Bildudalur, Patreksfjörður, Bolungarvík, Sauðárkrókur, Siglufjörður, Akureyri, Neskaupstaður, Eskifjörður og Fáskrúðsfjörður. SJÁ SIÐU 6

## ASÍ eyddi fjörtíu milljónum króna

**KYNNINGARMÁL** Alþýðusamband Íslands fór af stað með auglýsingaherferð í tilefni nýafstaðinnar kosningabaráttu. Kostnaður auglýsingaherferðarinnar nam fjörtíu milljónum króna. Þetta kemur fram í svari ASÍ við fyrirspurn Markaðarins. Samtök atvinnulífsins fóru af stað með auglýsingaherferðina Höldum áfram og einblíndu þau á auglýsingar á samfélagsmiðlum. Heildarkostnaður samtakanna við þá auglýsingaherferð í aðdraganda kosninga nam um einni milljón króna. SJÁ SIÐU 8



Halla Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri ASÍ



N J Á L A  
Á HUNDAVAÐI

Glænýtt verk frá Hundi í óskilum

Frumnýting 5. nóv.

Tryggðu þér miða á borgarleikhus.is





Umdeild bílastæði við Hverfisgötu.  
FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Hóta málaferlum vegna bílastæða

gar@frettabladid.is

**SKIPULAGSMÁL** Eigandi Hverfisgötu 70 hafnar fullyrðingum Reykjavíkurborgar sem kveðst eiga lóðaréttindi sem borgin leggur til grundvallar greiðslubílastæðum framan við húsið.

Í bréfi lögmans húseigandans er farið yfir opinber skjöl vegna Hverfisgötu 70 og 70a. „Þegar farið var að skoða fyrirliggjandi gögn er ekkert sem gefur tilefni til að ætla að Reykjavíkurborg eigi hlutdeild í lóðinni,“ segir í bréfinu.

Til þess að komast hjá kostnaði vegna málaferla er borginni boðið að semja um lausn sem báðir geti sætt sig við. „Náist ekki ákjósanleg lausn á deiluefninu áskilur umbjóðandi minn sér rétt til að sækja rétt sinn fyrir dómstólum.“ ■

## Nýir þingmenn á skólabeck



Yngsti þingmaðurinn, Lilja Rannveig Sigurgeirsdóttir, mætti á Alþingi til að læra tókin á þingstörfunum ásamt öðrum nýjum þingmönnum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Refurinn Gústi kominn með lögmenn

helenaros@frettabladid.is

**SAMFÉLAG** Verið er að skoða mál hins landsþekktu refs Gústa Jr., að sögn umsjáradila hans Ágústs Bein-teins Árnasonar, eða Gústa B.

„Ég held þetta sé fyrsti refurinn í heiminum til að fá lögmenn,“ segir Gústi B. Skoðað sé hvort refurinn flokkist sem villt dýr þar sem hann hefur búið hjá mannfólki í sex ár.

„Þetta er í ferli núna og vonandi verður niðurstaðan sú að Gústi Jr. fær að vera heima hjá sér, sem sagt mér,“ segir Gústi B.

Nafnarnir vöktu mikla athygli á TikTok nýverið þar sem Gústi B. birti nokkur myndskreið af sér með refnum Gústa Jr. Mikil umræða skapaðist í kjölfarið þar sem Matvælastofnun, MAST, ásamt fleirum hvatti Gústa B. til að afhenda refinn, óheimilt væri að halda villt dýr. Að sögn Gústa B. komu starfsmenn



Gústi B. og Gústi Jr. á góðri stundu við Hallgrímskirkju. MYND/ADSEND

MAST meðal annars heim til hans og óskuðu eftir að fá refinn afhentan til að koma honum í umsjá Fjölskyldu- og húsdýragarðsins.

„Ég óttast hvað gerist ef hann hittir villta refi eins og í Fjölskyldu- og húsdýragarðinum. Gústi Jr. er ekki vanur því að umgangast aðra refi,“ segir Gústi B. en hann sé tilbúinn að íhuga að deila forræði með húsdýragarðinum. „Ég er tilbúinn að bjóða þeim viku og viku.“ ■

## Opnun ungbarnaleikskóla í Bríetartúni er í uppnámi

Opnun fyrsta ungbarnaleikskólans í Reykjavík tefst vegna deilna. Íbúar hyggjast kæra. Ekki liggur fyrir hvenær leikskólinn verður opnaður.

helenaros@frettabladid.is

**REYKJAVÍK** Tafir verða á opnun fyrsta ungbarnaleikskóla Reykjavíkurborgar. Til stóð að hann yrði opnaður í lok þessa árs á fyrstu hæð í fjölbýlishúsi við Bríetartún 9-11. Ekki er búið að taka ákvörðum um hvenær húsnæðið verður afhent.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins hafa nokkrir íbúar hússins leitað réttar sins vegna ágreinings um sameiginlega lóð sem að hluta á að verða útsvæði fyrir börnin á leikskólanum. Til stendur að leggja fram kærur til kæruneftar húsnæðismála.

Anna Ben Blöndal leikskólakennari var ráðin leikskólastjóri við nýja ungbarnaleikskólann fyrr í sumar. Hún segir framkvæmdir við húsið ekki hafnar og að húsnæðið hafi ekki verið afhent.

„Mín skilaboð eru þau að þessu seinna,“ segir Anna Ben.

Samkvæmt upplýsingum frá fasteignafélaginu Íþöku er málið í farvegi, lögfræðilegt álit félagsins sé að íbúar hússins eigi ekki tilkall til útsvæðisins. Húsið sé óskipt og tilheyri lóðafélagi Höfðatorgs.

Byggingarfulltrúi gaf út leyfi um miðjan september en framkvæmdir við útsvæðið eru ekki hafnar og ekki ljóst hvenær þær hefjist. Undirbúningur innandyrna sé að hluta til hafinn.

Samkvæmt svörum Reykjavíkurborgar er ágreiningur um hvort það dugi að leggja fram samþykki 91 prósentis eignarhluta á lóðinni fyrir breytingu á hagnýtingu lóðar eða hvort samþykki allra þyrfti að liggja fyrir áður en byggingarleyfið yrði samþykkt.



Óljóst er hvenær framkvæmdir á útsvæði hefjist. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Gunnar Valur Gíslason, framkvæmdastjóri Íþöku

Þá segir einnig að þar sem leiksvæðið sé einungis 410 fermetrar af sameiginlegri lóð sem sé hátt í 29 þúsund fermetrar hafi niðurstaðan verið sú að nægjanlegt samþykki lægi fyrir til að samþykkja byggingarleyfið.

Reykjavíkurborg undirritaði leigusamning við Íþöku í mars. Samkvæmt samningnum átti Íþöku að afhenda borginni fullbúið leikskólahúsnæði með sérútbúna og afgirtu útileiksvæði án lauss búnaðar 1. nóvember næstkomandi. Ljóst er að sá afhendingartími mun ekki standast.

Samningurinn sem var undirritaður er til tíu ára og er húsnæðið 676 fermetrar á 1. hæð hússins. Að

auki var samþykkt að Íþöku myndi útbúa 520 til 530 fermetra afgirt útileiksvæði áfast við húsið sunnan- og austanvert. Þá á leikskólinn að hafa aðgang að 300 fermetra útileiksvæði hússins á þjónustutíma leikskólans. Leikskólinn mun einnig hafa aðgang að innisvæði Höfðatorgs þar sem á útbúa 250 fermetra leiksvæði fyrir börnin, ekki síðar en 2023.

Að tíu árum liðnum hefur Reykjavíkurborg forleigurétt. Leigugjald greiðist frá afhendingu húsnæðis og er það tæpar 2,7 milljónir á mánuði.

Leikskólinn í Bríetartúni verður fyrsti ungbarnaleikskólinn á vegum borgarinnar fyrir börn frá 12 til 24 mánaða og var gert ráð fyrir að hann tæki til starfa fyrir lok þessa árs. Ljóst er að leikskólinn verður ekki opnaður á þessu ári. Þá virðist ekki ljóst að fullu hvenær nú sé stefnt að opnun.

Í fundargerð byggingarfulltrúa Reykjavíkurborgar frá 14. september kemur meðal annars fram að utanhúss- og lóðarfrágangi skuli vera lokið eigi síðar en innan tveggja ára frá útgáfu byggingarleyfis. ■

**HREKKJAVAKAN NÁLGAST... PARTYBÚÐIN**

Faxafeni 11 • Sími 534 0534 • www.partybudin.is





# Skælbrosandi til Skandinavíu!

*GAUTABORG • PRÁNDHEIMUR • STAFANGUR*

Við kynnum þrjá nýja áfangastaði í Skandinavíu. Í Noregi bíða ný ævintýri í Stafangri og Prándheimi og notalegar gæðastundir í Gautaborg í Svíþjóð. Með því að bjóða fargjöld á okkar lága verði höldum við uppi virkri samkeppni, okkur öllum til heilla. Skemmtum okkur saman í Skandinavíu.

Bókaðu þína ferð á [flyPLAY.com](https://flyPLAY.com)

**PLAY**



## Nota Moderna bóluefnið áfram

helenaros@frettabladid.is

**COVID-19** Sóttvarnalæknir hefur tekið ákvörðun um að halda áfram notkun á bóluefninu Moderna gegn Covid-19 hér á landi fyrir 60 ára og eldri.

Bóluefnið hefur ekki verið notað frá 8. október síðastliðnum vegna gagna frá Norðurlöndum sem sýndu aukna tíðni hjartabólgu og gollurs-hússbólgu eftir bólusetningu.

Að sögn sóttvarnalæknis eru mun meiri líkur á hjartabólgu eftir bólusetningu með Moderna hjá einstaklingum á aldrinum 18 til 39 ára og er körlum á þeim aldri sérstaklega ráðið frá því að fá bóluefnið.

Ef í ljós koma upplýsingar um örugga notkun Moderna hjá yngri einstaklingum, til dæmis með minnkun skammta, verður ákvörðun sóttvarnalæknis endurskoðuð. ■

## Áfengislöggjöf til endurskoðunar

arib@frettabladid.is

**STJÓRNSÝSLA** Mikilvægt er að ráðast í heildarendurskoðun á áfengislögum að mati dómismálaráðuneytisins. Í bréfi sem ráðuneytið sendi Félagi atvinnurekenda, FA, segir að á síðustu árum hafi komið upp ýmis álitaefni, endurskoðun laganna sé þörf til að endurspeglar breytta þróun á sviði verslunar og framleiðslu, til dæmis aukna grósku í innlendri framleiðslu. FA óskaði eftir svörum um hvort sala áfengis á netinu í gegnum erlend fyrirtæki væri lögleg.



Ólafur Stephensen, framkvæmdastjóri FA

Ráðuneytið segir skýrt í lögum að smásala áfengis sé aðeins heimil í gegnum ÁTVR. Stofnunin hefur stefnt aðilum sem selja áfengi á netinu fyrir héraðsdóm. ■

### Leiðrétting

Fram kom í blaðinu í gær að framkvæmdum við Fossvogsskóla lyki að fullu haustið 2024. Rétt er að gert er ráð fyrir að þeim ljúki 2023.

# Seinka upphafi skólastarfs í rannsóknarskyni

bth@frettabladid.is

**LÝÐHEILSA** Næsta skólaár munu nokkrir grunnskólar í Reykjavík taka þátt í rannsókn í Reykjavík í samvinnu við Embætti landlæknis, þar sem upphafi skólastarfs á morgnana verður seinkað, að líkindum til klukkan níu. Val á skólum til þátttöku í verkefninu stendur yfir. Doktor Erla Björnsdóttir, sálfræðingur og framkvæmdastjóri Betri svefns, segir tilgátuna þá að með slíkri breytingu aukist hamingja og námsárangur, ekki síst meðal unglunga.

Fréttablaðið fjallaði í gær um meðalsvefntíma íslenskra barna og unglunga. Ný rannsókn sýnir að fimmtán ára unglingar sofa aðeins um sex tíma á nóttu samkvæmt meðaltalstölum. Þetta þykir áhyggjuefni og hafa spjótin meðal annars beinst að upphafi skólastarfs á morgnana, ekki síst nú þegar svartasta skammdegið er fram undan. Erla segir að allar erlendar rannsóknir sýni svart á hvítu hve mikilvægt sé að auka svefntíma unglunga með því að seinka upphafi skólastarfs. Sömu rannsóknir sýni



Doktor Erla Björnsdóttir sálfræðingur

að börn fari ekki seinna að sofa þótt skólastarf færist aftar á morgnana.

Erla segir mikilvægt að fræða börn markvisst í skólum um mikilvægi svefns. Fyrir sé fræðsla um til dæmis næringu og hreyfingu. Nú

sé tímabært að setja svefnmálin á oddinn. „Við höfum þá trú að samfélagsleg inngríp geti skipt mjög miklu máli.“

Meðal áskorana ef opnunartími skóla færist varanlega til eru breytingar sem mögulega þyrfti að gera á tómstundum barna svo eitt sé nefnt. Þá hafa sumir foreldrar sem rétt hefur verið við lýst áhyggjum af því ef hinir vinnandi á heimilum fari mun fyrr af stað en börnin. Erla telur þó að slíkar áskoranir megi leysa, enda miklir hagsmunir undir. ■

# Erfiðustu málin eru fyrst á dagskrá

Orkumál, náttúruvernd og skattamál eru meðal þeirra mála sem formenn stjórnarflokkanna ræða nú enda eru þetta mestu ágreiningsmálin frá síðasta kjörtímabili. Ingibjörg Isaksen og Guðrún Hafsteinsdóttir eru líklegar í ráðherrastóla.

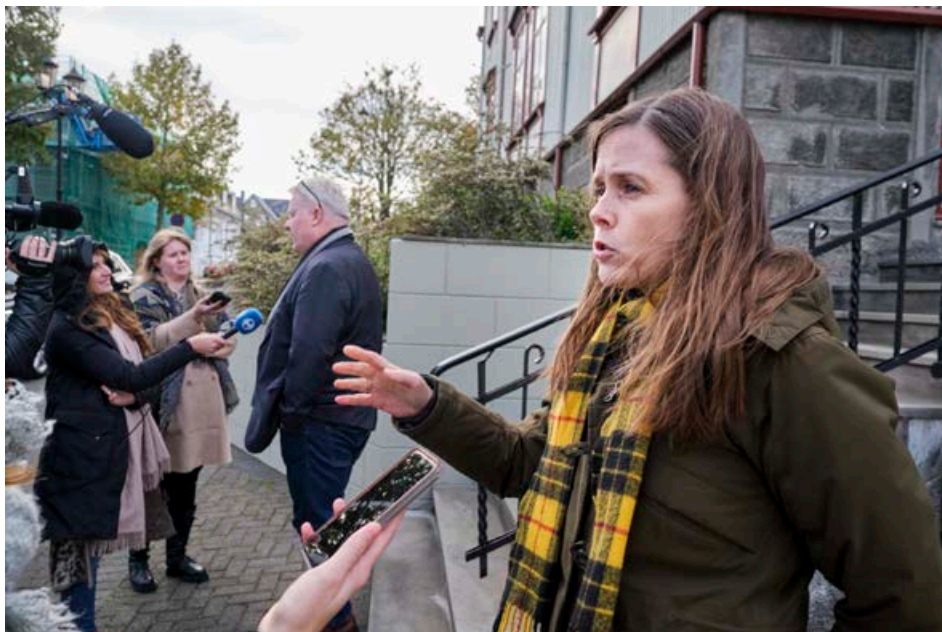
adalheidur@frettabladid.is

**STJÓRN MÁL** Formenn stjórnarflokkanna funduðu lengi í gær um áframhaldandi ríkisstjórnarsamstarf. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins eru viðræðurnar töluvert ólíkar síðustu viðræðum flokkanna, sem hófust í stjórnarkreppu eftir kosningarnar 2017. Nú sé byggt á reynslu stjórnarsamstarfs undanfarinna fjögurra ára. Flokkarnir viti betur hvað skilji þá raunverulega að og í stað þess að hefja viðræður á mögulegum sameiginlegum flötum leggi formennirnir áherslu á að ná lendingu um erfiðu málin fyrst.

Þar er annars vegar um að ræða þau mál sem helst var ágreiningur um á síðasta kjörtímabili eins og orkumál og náttúruvernd og svo ólík áherslumál flokkanna fyrir kosningar, en þar er meðal annars um skattamál að ræða.

Enn sem komið er taka ekki fleiri þátt í viðræðunum en formennirnir þrír; Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra, Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra og Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra. Viðræðurnar eru ekki komnar á það stig að málefnaþópar þingmanna hafi verið settir á laggirnar en eitthvað er þó um gestakomur sérfræðinga og embættismanna á fundi þríeykisins.

Gert var hlé á fundi þeirra klukkan fjögur í gær vegna boðaðs þingflokksfundar Sjálfstæðisflokksins



Formenn flokkanna funda enn sem komið er einir um framhaldið.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON BRINK

þar sem formaðurinn, Bjarni Benediktsson, gerði grein fyrir stöðu viðræðnanna. Hann stoppaði þó stutt við. Þingflokkurinn hélt fundi sínum áfram eftir að formaðurinn vék af fundi, mögulega til að setja nýjan liðsmann, Birgi Þórarinsson, inn í leyndardóma flokksins sem mætti til síns fyrsta fundar í nýjum flokki í gær.

Ekki var fundað hjá öðrum þingflokkum í gær en gert er ráð fyrir að bæði Vinstri græn og Framsókn fundi í dag.

Þeir þingmenn Sjálfstæðisflokksins sem Fréttablaðið ræddi við að loknum þingflokksfundum í gær voru nokkuð bjartsýnir á árangur í viðræðunum. Einn reynslumesti þingmaður flokksins sagðist telja að 70 prósentu líkur væru á áframhaldandi stjórnarsamstarfi.

Flestir virðast þó telja að viðræðurnar muni taka tíma og mögulega

## 70%

Reynslumikill þingmaður telur 70 prósentu líkur á áframhaldandi samstarfi.

lengi tíma en gengur og gerist. Það vinni hins vegar með formönnunum hve gott traust sé á milli þeirra þriggja og hve vel þekktar brekkurnar í samstarfinu séu.

En á meðan formennirnir funda um málefnið dunda aðrir sér við ráðherrakapla og þar eru þingmenn og ráðherraefni ekki undan-

skilin. Talið er víst að tveir nýir ráðherrar komi inn í stjórnina, vegna fjölgunar ráðuneyta og brotthvarfs Kristjáns Þórs Júlíussonar úr stjórnarmálum.

Í Framsóknarflokknum þykir víst að sitjandi ráðherrar haldi sætum sínum í ríkisstjórn þótt einhver stólaskipti kunnir að verða. Fá flokkurinn hins vegar fjögur ráðuneyti, sem líklegt er talið, eru skiptar skoðanir um hvort formaður fjárlaganefndar, Willum Þór Þórs-son, eigi að fá þann stól eða Ingibjörg Isaksen, sem vann stórsigur í Norðausturkjördæmi og er fyrsti þingmaður kjördæmisins.

Haldi Sjálfstæðisflokkurinn sínum ráðherra fjölda er sæti Kristjáns Þórs Júlíussonar laust. Flestir nefna nú Guðrúnu Hafsteinsdóttur, þingmann Suðurkjördæmis, sem líklegustu viðbót flokksins í næstu stjórn. ■

**Landsvirkjun**

GRÆN GAGNAVER

## Kjöraðstæður fyrir klókar lausnir

Starfsemi gagnavera hér á landi er grænn og loftslagsvænn framtíðariðnaður sem skapar verðmæti, samfélaginu öllu til heilla.

[landsvirkjun.is/framtidin](https://landsvirkjun.is/framtidin)





# Meira fyrir minna



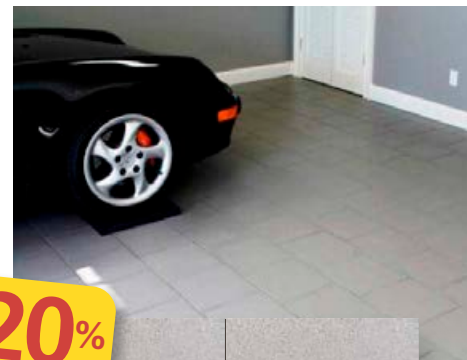
**15%**  
afsláttur

## Lavor háþrýstidæla 160 WPS með RISA aukahlutapakka

- 2500w
- 160 bör (245 m/turbo)
- 510 l. klst.
- Stór palla bursti
- Þvottabursti f. bílinn m/snúningi
- Þvottabursti
- Úðabrúsi f. sápu
- Barki til að hreinsa stíflur
- Túrbó stútur
- Stillanlegur stútur
- Eco stútur

**33.146**

Áður kr. 38.995



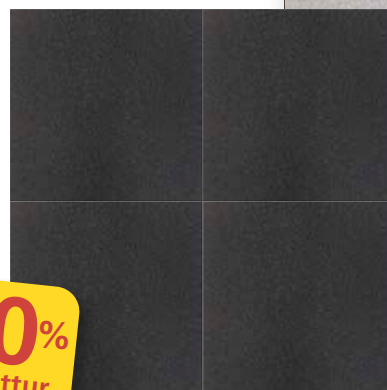
**20%**  
afsláttur



KAI dökkgrá bílskúrsflís  
33,3x33,3 cm, þykkt 7mm

**1.836** pr. m<sup>2</sup>

Áður 2.295 kr.



KAI bílskúrsflís  
33,3x33,3 cm, þykkt 7mm

**1.836** pr. m<sup>2</sup>

Áður 2.295 kr.



**20%**  
afsláttur

Colorex Eminent Pro 2RF loftmálning,  
10 lítrar

**6.716**

Áður 8.395 kr.



**20%**  
afsláttur

Colorex Projekt 10,  
10 lítrar (Málarahvítt)

**7.516**

Áður 9.395 kr.



**20%**  
afsláttur

AQUA 25 baðmálning,  
10 lítrar

**8.796**

Áður 10.995 kr.



**20%**  
afsláttur

Colorex Vagans PRO Stofn A  
innimálning 9L

**7.516**

Áður 9.395 kr.



Austurrískt harðparket

Kibo Eik 12mm 18,8x184,5cm

**kr. 3.180** pr. m<sup>2</sup>

Áður 3.975 kr.

**20%**  
afsláttur

Nýir litir

<b>Reykjavík</b>	Kletthálsi 7.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
<b>Hafnarfjörður</b>	Selhellu 6.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
<b>Reykjanesbær</b>	Fuglavík 18.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-14
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is		

# MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!



# Bólusetji kanínur sínar á hverju ári gegn bráðsmitandi veiru

tsh@frettabladid.is

**DÝRAVERND** Matvælastofnun hvetur kanínueigendur til að bólusetja dýr sín árlega til að vernda þær gegn bráðsmitandi veirusýkingu. Veiran, sem heitir RHDV2 (Rabbit Hemorrhagic Disease Virus 2) olli fjöldadauda hjá hálfvilltum kanínum í Elliðaárdal í fyrra.

Ekki hafa borist neinar nýjar tilkynningar til MAST en að sögn

sérfræðings hjá stofnuninni lifir veiran að öllum líkindum enn úti í náttúrunni.

„Það er búist við því þegar svona smit hefur komið í villtum dýrum, eða alla vega dýrum úti í náttúrunni, að veiran sé þar til fram-búðar. Hún þolir það að frjósa og þiðna til skiptis, hún þolir það að vera étin hvort sem er af fuglum eða hundum og hún er enn smitandi þegar hún kemur út í hægðum. Hún

lifir mjög lengi í lífrænum úrgangi,“ segir Þóra J. Jónasdóttir, sérgreina-dýralæknir hjá MAST.

Hún segir það vera viðbúið að ef ung dýr sem eru óbólusett komist í tæri við veiruna gæti ný bylgja smits brotist út með reglulegu millibili og valdið fjöldadauda eins og gerðist í mars 2020.

Búið er að heimila innflutning á bóluefni gegn veirunni og bjóða nú flestir dýralæknar upp á bólu-



Þóra J. Jónasdóttir, sérgreina-dýralæknir hjá MAST. MYND/ADSEND

setningu á stofum sínum. Þóra hvetur alla kanínueigendur til að láta bólusetja dýr sín.

„Að öðrum kosti er erfitt að verjast því að smita ekki dýrin af því þetta er svo harðgerð veira sem lifir lengi í náttúrunni,“ segir hún.

„Svo þarf náttúrulega ekki að vera að það komi ný bylgja, dýr sem lifa af geta myndað mótefni en það er mjög há dánartíðni hjá kanínum sem veikjast.“ ■



Persónuvernd segir að skorður þurfi að vera fyrir rafrænni vöktun.

FRÉTTABLAÐIÐ/HARI

## Mátti ekki vakta svefnherbergið

bth@frettabladid.is

**PERSÓNUVERND** Úrskurður liggur fyrir hjá Persónuvernd í kvörtunarmáli þar sem nágrannar settu upp eftirlitsmyndavélar frá Securitas við heimili sitt. Kvartandi taldi að myndsvið vélanna næði inn í hans garð, stofu og svefnherbergi. Samkvæmt úrskurði Persónuverndar náði myndsvið vélanna að hluta út fyrir lóð ábyrgðaraðila og yfir nærliggjandi hús og bílastæði. Ekki var sýnt fram á nauðsyn þess að vakta svæði utan lóðarmarka eiganda myndavélanna. Persónuvernd komst því að þeirri niðurstöðu að vöktunin væri brot á lögum.



Eigandi myndavélanna hefur fengið fyrirmæli frá Persónuvernd um að láta af allri rafrænni vöktun um að láta af allri rafrænni vöktun út fyrir lóðina.

Eigandi myndavélanna hefur vegna brotsins fengið fyrirmæli frá Persónuvernd um að láta af allri rafrænni vöktun sem beinist út fyrir lóð við hús þeirra sem kvörtuðu. Í niðurstöðukafla úrskurðarins segir að til að rafræn vöktun sé heimil verði hún að fara fram í málefna- legum tilgangi auk þess sem rafræn vöktun svæðis, þar sem takmarkaður hópur fólks fer um að jafnaði, sé háð því skilyrði að hennar sé sérstök þörf vegna eðlis þeirrar starfsemi sem þar fari fram. Vinnsla persónuupplýsinga í tengslum við rafræna vöktun þurfi ætíð að uppfylla ákvæði laga. Almenn tilið að einstaklingum sé heimil að vakta yfirráðasvæði sitt, til dæmis innan lóðar við fasteign sína, en vöktun á almannafæri skuli eingöngu vera á hendi lögreglunnar nema sérstök sjónarmið eigi við sem réttlæti slíka vöktun á hendi einkaaðila.

Rafræn vöktun ábyrgðaraðila sé í öryggis- og eignavörslutilgangi. Ekki hafi verið sýnt fram á nauðsyn þess að vakta svæði utan lóðar eigenda til að ná tilgangi vöktunarinnar. Þar með teljist vöktunin ekki samrýmast lögum nr. 90/2018, reglugerð (ESB) 2016/679 og reglum nr. 837/2006 um rafræna vöktun. ■

# Formlegar viðræður hefjist eftir helgi

Viðræður Sósíaldemókrata, Frjálslyndra og Græningja ganga það vel að leiðtogarnir vilja byrja að festa hugsanir sínar á blað strax í næstu viku. Ráðist var strax í helstu ágreiningsefni sem eru skattamál og leiðir í umhverfismálum. Taparar kosninganna skipta nú um formenn.

kristinnhaukur@frettabladid.is

**ÞÝSKALAND** Óformlegar stjórnarmyndunarviðræður Sósíaldemókrata, Frjálslyndra og Græningja í Þýskalandi ganga það vel að búist er við því að þær verði gerðar formlegar strax eftir helgi. Næsti stóri fundur er á föstudag og þó að einhver mál séu flókin úrlausnar eru leiðtogarnir bjartsýnir og telja að ný stjórn gæti orðið að veruleika fyrir áramót.

Eftir kosningarnar sunnudaginn 26. september var ljóst að Frjálslyndir og Græningjar myndu ráða ferðinni í stjórnarmyndun því að framhald á samstarfi Sósíaldemókrata og Kristilegra demókrata var talið ómögulegt eftir að kanslarinn Angela Merkel lét af störfum. Eins og búist var við völdu leiðtogar þeirra að ræða við Sósíaldemókrata en þetta eru þeir þrír flokkar sem unnu sigra í kosningunum.

Fastlega er búist við því að Olaf Scholz, fjármálaráðherra og varakanslari síðan árið 2018, verði næsti kanslari Þýskalands. Scholz er lýst sem hófsömum vinstrimanni og hefur hann verið mjög aðhaldssamur hvað varðar ríkisreksturinn og opinber útgjöld. Það kunna Frjálslyndir að meta og Scholz hafði þegar lýst því yfir að hann vildi vinna með Græningjum.

Frjálslyndir og Græningjar eru minnugir kosninganna árið 2017 en eftir þær fóru flokkarnir í langar viðræður við Kristilega demókrata. Á endanum sigldu viðræðurnar í strand því að Frjálslyndir gengu úr skaftinu. Framlengdi Merkel í staðinn samstarfið við Sósíaldemókrata, sem þó að það hafi mjög góðan



Olaf Scholz, væntanlegur nýr kanslari Þýskalands, mætir til viðræðna við Frjálslynda og Græningja. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



**Kristilegir demókratar og Valkostur fyrir Þýskaland skipta um formenn.**

meirihluta á þingi, hefur aflað hvorugum stjórnarflokknum vinsælda.

Lars Klinbeil, þingflokksformaður Sósíaldemókrata, sagði við tímaritið Politico að leiðtogarnir tækju á stóru og erfiðu málunum fyrst. „Óformlegar viðræður eru mjög ólíkar formlegum, en það sem við erum að gera núna skiptir mjög

miklu máli upp á framhaldið,“ sagði hann.

Vildi hann ekki greina frá því hver þessi stóru ágreiningsefni væru en flest þeirra liggja í augum uppi. Stærsta málið er skattlagning á hátekjufólk, sem Frjálslyndir eru á móti en Græningjar fylgjandi. Einnig orkuskiptin sem Græningjar vilja að ríkið sjái að stærstum hluta um á meðan Frjálslyndir vilja hvetja einkaaðila til þess með skattaávilnunum.

Á meðan viðræðurnar standa yfir er Kristilegi demókrataflokkurinn að undirbúa leiðtogaskipti. Flokkurinn beið afhröð í kosningunum og tapaði 50 þingsætum. Hefur flokkurinn ekki haft færri sæti síðan eftir kosningarnar 1949. Leiðtogi flokksins, Armin Laschet, sem tók við í janúar hefur gefið það út

ad hann muni axla ábyrgð og stíga til hliðar. Á mánudag sagði Paul Ziemiak þingflokksformaður að ný forysta yrði kjörin um áramót.

Annar flokkur sem beið ósigur í kosningunum er einnig að skipta um forystu, það er öfgahægriflokkurinn Valkostur fyrir Þýskaland. Flokkurinn tapaði 11 þingsætum í kosningunum og félagatalið hefur skroppið saman. Á mánudag tilkynnti Jörg Meuthen, annar tveggja formanna flokksins, að hann hygðist ekki sækjast eftir áframhaldandi forystu eftir að hafa leitt flokkinn í sex ár. Meuthen hefur hingað til verið talinn „hófsamur“ og því er búist við að flokkurinn fari enn lengra til hægri eftir að hann hættir, að andstæðan við múslima og innflytjendur aukist og enn ólíklegra sé að aðrir vilji starfa með honum. ■

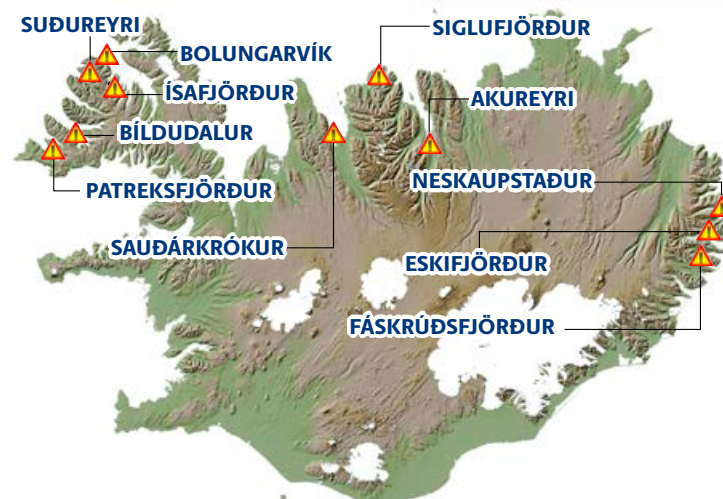
# Vísindamenn segja hættu við ferðamannastaði

elinhirst@frettabladid.is

**UMHVERFISMÁL** Vísindamenn Veðurstofunnar, Náttúrufræðistofnunar og Háskóla Íslands leggja til í minnisblaði að „óstöðugar hliðar verði skráðar í gagnasafn, kortlagðar gróflega og þeim forgangsraðað eftir því hvernig hættan er metin“, eins og segir í minnisblaðinu sem unnið var fyrir starfshóp á vegum umhverfisráðuneytisins.

„Í efsta forgangi eru óstöðugar hliðar yfir þéttbýli og þar á eftir hliðar sem ógna byggð í dreifbýli, ferðamannastöðum eða vegum,“ segir í minnisblaðinu.

Vísindamennirnir benda einnig á að margir af vinsælustu ferðamannastöðum landsins séu á svæðum þar sem hættu geti verið á



Staðir á Íslandi þar sem óstöðugar hliðar er að finna.

grjóthruni og skriðum. Þetta er til dæmis við Gullfoss, Seljalandsfoss, Dyrhólaey, Reynisfjöru, Sólheimajökul, Studlagil og Öskju.

„Ráðuneytið hefur því þessi mál ávallt til skoðunar og sérstakur starfshópur um málefnið hefur verið starfandi frá því í vor. Í vinnu hópsins verður meðal annars litið til minnisblaðsins auk margra fleiri þátta,“ segir Guðmundur Ingi Guðbrandsson, umhverfis- og auðlindaráðherra.

Samkvæmt skýrslu vísindanefndar um loftslagsbreytingar frá 2018 var hlýnun á Íslandi mjög ákóf. Frá 1980 til 2015 hafi hlýnunin numið 0,47 gráður á Celsius á áratug og talið er að hlýnun á norðurskauts-svæðum geti orðið með mesta móti á heimsvísu. ■



# JAFNRÉTTI ER ÁKVÖRÐUN

## JAFNVÆGISVOGIN 2021

## STAFRÆN RÁÐSTEFNA

FIMMTUDAGINN 14. OKTÓBER KL. 14-16 Í BEINNI ÚTSENDINGU Á WWW.RUV.IS

### Dagskrá ráðstefnu



Katrín Jakobsdóttir



Sunna D. Einarsdóttir



Sigurður B. Pálsson



Rannveig Rist



Jón Björnsson



Hildur Sigurðardóttir



Magnús Harðarson



Þórey Vilhjálmsson



Eliza Reid



Sigríður H. Pétursdóttir

SKRÁÐU ÞIG Á  
JAFNVÆGISVOGIN.IS  
TIL AÐ HORFA  
Á RÁÐSTEFNUNA

#### Opnunarávarp

*Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra*

#### Penar píur ná ekki á toppinn?

*Sunna Dóra Einarsdóttir, meðeigandi og fjármálastjóri Deloitte*

#### Vegferð BYKO í jafnréttismálum

*Sigurður B. Pálsson, forstjóri Byko*

#### Jafnrétti bætir árangur

*Rannveig Rist, forstjóri Ísal*

#### Þetta kemur ekki af sjálfu sér

*Jón Björnsson, forstjóri Origo*

#### „Hver nennir að horfa á gamla kerlingu á skjánum?“ – Áhrif sýnileika á kynjajafnrétti

*Hildur Sigurðardóttir, mannauðsstjóri RÚV*

#### Fjölbreytileiki og kynjajafnvægi

*Magnús Harðarson, forstjóri Nasdaq*

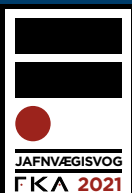
#### Kynin og vinnustaðurinn

*Þórey Vilhjálmsson, eigandi og ráðgjafi hjá EMPOWER*

#### Eliza Reid forsetafrú flytur ávarp og veitir viðurkenningar Jafnvægisvogarinnar árið 2021

#### Til hamingju Ísland - Ávarp og samantekt

*Sigríður H. Pétursdóttir, formaður FKA*



Jafnvægisvog FKA sýnir svart á hvítu hver staðan er á jafnrétti meðal stjórnenda í íslensku atvinnulífi. Markmið Jafnvægisvogarinnar er að kynjahlutfall í framkvæmdastjórnnum fyrirtækja verði 40/60 árið 2027. Til þess að það gerist þarf að grípa tafarlaust til aðgerða. Er fyrirtækið þitt á réttri leið? **Breytum þessu strax!**



Stjórnarráð Íslands  
Forsætisráðuneytið

Deloitte.

Pipar \TBWA



## ASÍ lagði fjórutíu milljónir króna í auglýsingar

magdalena@frettabladid.is

Alþýðusamband Íslands fór af stað með auglýsingaherferð í tilefni nýfstaðinnar kosningabaráttu. Kostnaðurinn við auglýsingaherferðina nam 40 milljónum króna. Þetta kemur fram í svari Höllu Gunnarsdóttur, framkvæmdastjóra ASÍ, við fyrirspurn Markaðarins. Halla segir ekkert óeðlilegt við það að Alþýðusambandið verji fjármunum með þessum hætti. „Maður heyrir þau sjónarmið að svona samtök ættu ekki að vera að skipta sér af kosningabaráttu en ég er persónulega ósammála því. Við í ASÍ vinnum að almannahag og mér þykir bara eðlilegt að við köllum eftir upplýsingum frá stjórnmalaflokkunum. Með því reynum við að draga fram þá þætti sem skipta launafólki máli,“ segir Halla í samtali við Markaðinn. Hún bætir við að ASÍ hafi ávallt reynt að beita sér í tilefni kosninga. „Við höfum alltaf gert eitthvað í tilefni kosninga. Við höfum verið með formannapallborð og gefið frá okkur efni og yfirlýsingar. Í tilefni þessara kosninga ákváðum við að bæta aðeins í og réðum til okkar starfsmann til að halda utan um þessa auglýsingaherferð. Með því að ráðast í þessa herferð vildum við draga fram þætti sem skipta launafólki máli eins og húsnæðismál og atvinnumál.“



Við í ASÍ vinnum að almannahag og mér þykir bara eðlilegt að við köllum eftir upplýsingum.



Halla Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri ASÍ

Samtök atvinnulífsins fóru af stað með auglýsingaherferðina Höldum áfram og einblíndu þau á auglýsingar á samfélagsmiðlum. Heildarkostnaður samtakanna við þá auglýsingaherferð í aðdraganda kosninga nam um 1 milljón króna, eða 963.719 krónum. Kostnaðurinn sundurliðaðist þannig að auglýsingar á samfélagsmiðlum voru keyptar fyrir 488.647 krónur en blaðaauglýsingar fyrir 475.072 krónur.

Bandalag starfsmanna ríkis og bæja (BSRB) fór einnig af stað með auglýsingaherferð í aðdraganda kosninganna. Magnús Már Guðmundsson, framkvæmdastjóri BSRB, vildi ekki gefa upp kostnað við auglýsingaherferðina þegar leitað var eftir því. ■



Starfsmenn Ankeris eru Nanna Einarsdóttir, Leifur Kristjánsson, Kristinn Aspelund, Óskar Sigþórsson og Helgi Benediktsson.

FRÉTTABLAÐID/EYÞÓR

## Frumtak fjárfesti í Ankeri Solutions

Ankeri stefnir á að ná 20-30 prósentum gámaskipa inn í kerfi sitt á næstu tveimur til þremur árum. Nýsköpunarsjóður atvinnulífsins fjárfesti í fyrirtækinu árið 2018.

helgivyfill@frettabladid.is

Vísisjóðurinn Frumtak fjárfesti í hugbúnaðarfyrirtækinu Ankeri Solutions fyrir tvær milljónir evra, jafnvirði um 300 milljóna króna, í því skyni að styðja við vöxt félagsins. Nýsköpunarsjóður atvinnulífsins og Hermann Kristjánsson fjárfestu í Ankeri árið 2018.

Ankeri hefur þróað hugbúnað sem tvinnar saman hagsmunir eigna og leigjenda skipa með bættri upplýsingagjöf, betri orkunýtingu og minni útblæstri skipaflotans. Þannig leggur Ankeri sitt af mörkum í grænni þróun og orkuskiptum heimsflotans.

„Um 90 prósent af öllum vörum í heiminum eru á einhverjum tímapunkti flutt með skipum. Flutningaskipaiðnaðurinn er stór og alþjóðlegur en eftirbátur annarra þegar kemur að stafrænni þróun og sjálfvirknivæðingu í rekstri. Við leysum þarfir viðskiptavina okkar með skýjalausnum sem tryggja þeim samstundis aðgengi að nauðsynlegum upplýsingum til ákvarðanatöku og aukum þannig skilvirkni starfseminnar,“ segir Kristinn Aspelund, framkvæmdastjóri Ankeris og annar stofnandi fyrirtækisins.

„Í dag er Ankeri notað fyrir um 10 prósent allra gámaskipa í heiminum og við ætlum að ná 20-30 prósentu markaðshlutdeild á næstu

### Nýta hlutfjárfestinguna til að allt að þrefalda starfsmannafjöldann

Kristinn segir að hlutfjárfestingin verði nýtt til að tvö- til þrefalda starfsmannafjöldann á næstu tólf mánuðum. Þeir séu nú fimm. Annars vegar verði ráðið fólk til að sinna sölu og markaðssetningu og hins vegar í vörubrúun.

„Tekjurnar eru nú nálægt því að standa undir rekstri félagsins miðað við núverandi umfang. Þeim áfanga var því náð snemma á þroskaferli félagsins,“ segir hann.

Leifur segir að þar skipti sköpum að stjórnvöld juku endur-

greiðslu vegna rannsóknar- og þróunarkostnaðar í 35 prósent. „Það gaf okkur færi á að halda áfram sókninni. Það er mikilvægt að sá stuðningur haldi áfram og geri okkur kleift að stunda vörubrúun hér á landi,“ segir hann.

Aðspurður segir Kristinn að í raun væri ákjósanlegast að reka fyrirtæki eins og Ankeri í hafnarborg á borð við Hamborg eða Singapur til að vera í návigi við viðskiptavini. „Við stefnum að því að opna söluskrifstofur erlendis til að vera nær okkar viðskiptavinum,“ segir hann.

tveimur til þremur árum,“ bætir hann við.

Kristinn bendir á að nokkur af stærstu gámaskipafélögum eigi um tíu prósent flotans hvert, en í heiminum séu alls um sex þúsund gámaskip. Stærsti viðskiptavinur Ankeris, Hapag-Lloyd, sé til að mynda með um sjö prósentu hlutdeild með um 250 skip í rekstri. Reiknað er með að tekjur félagsins hafi tífaldast árið 2023 miðað við árið í ár. „Þegar fram í sækir munum við einnig horfa til annarra tegunda flutningaskipa en í heildina eru um 50 þúsund flutningaskip í heiminum,“ bætir Kristinn við.

Hann segir að algengt sé að skipafélög eigi um helming flotans sem þau noti og leiði hinn helminginn til að stuðla að sveigjanleika í rekstri. Hugbúnaður Ankeris

### Frumtak fjárfest í 22 félögum

Frumtak hefur fjárfest í 22 félögum frá árinu 2009, meðal annars Controlant, Sidekick Health, Meniga og Kaptio. Sjóðirnir fjárfesta í félögum sem eru á fyrstu stigum fjármögnunar og þykja vænleg til vaxtar á alþjóðlegum mörkuðum.

aðstoði við að taka betri ákvarðanir um leigu á skipum. Með aðgengi að réttum upplýsingum geti félögin náð fram verulegum sparnaði í rekstri.

Leifur Kristjánsson, tæknistjóri og hinn stofnandi Ankeris, segir að fram að þessu hafi fyrirtæki sem

eigi skip ekki haft næga hvata til að fjárfesta í tækni til að draga úr olíunotkun. Leigutakar greiði fyrir olíunotkun en eigandi skipanna sjái um annan rekstur á leigutímum.

„Við höfum safnað saman miklu magni af upplýsingum um skipin, til dæmis stærðum, hvað þau rista djúpt og olíunotkun, sem auðveldar leigutökum valið á hagkvæmum skipum fyrir þau verkefni sem þau eru ætluð í,“ segir hann. Kerfið mæli með hagkvæmasta skipinu fyrir tiltekna flutninga og haldi utan um rekjanleika í samningum. Leifur segir að á samningstímanum varpi kerfið ljósi á gæði upplýsinganna sem veittar voru og auki þannig gagnsæi á markaðinum.

Kristinn segir að keppinautar Ankeris séu fyrst og fremst Microsoft Excel og Microsoft Outlook. „Stafræn þróunin hefur verið hæg í skipaflutningum,“ segir hann.

Spurður hvaða hindranir hafi verið í vegi frá stofnun segir Kristinn að Covid-19 heimsfaraldurinn hafi gert skipafyrirtæki ákvarðanafælin og því hafi það tekið lengri tíma að vinna mögulega viðskiptavini á sitt band.

„Við sjáum nú skýr merki um að fyrirtæki eru aftur komin í framkvæmdahug eftir að óvissan hefur minnkað. Rekstur skipaflutningafyrirtækja hefur tekið umtalsverðum breytingum að undanförunu. Markaðurinn tekur nú skýjalausnum opnum örmum og fyrirtækin hafa úr meiri fjármunum að móða eftir að verð á flutningum hækkaði vegna skorts á skipum til flutninga í Covid-19 og olíuverð lækkaði,“ segir hann. ■

Sjónmælingar eru okkar fag

Tímamantanir á [opticalstudio.is](http://opticalstudio.is)  
og í síma 511 5800

Optical Studio  
SMÁRALIND • HAFNARTORG • KEFLAVÍK



# GERÐU STARFSFÓLKINU GLAÐAN DAG



## SÉRHÖNNUM OG SÉRMERKJUM STARFSMANNAGJAFIR MEÐ UPPLIFUN AÐ ÞÍNU VALI

Hafðu samband og við útbúum persónulega starfsmannagjöf með kveðju frá fyrirtækinu, í þeim verðflokki sem þú óskar.



## Verðlagning nálgist árið 2007

magdalena@frettabladid.is

Jóhann G. Möller, framkvæmdastjóri Stefnis, sagði á fundi Félags viðskipta- og hagfræðinga í síðustu viku að markaðsvirði fyrirtækja í Kauphöllinni væri að nálgast þær hæðir sem það náði á árunum 2006 og 2007, en þó með heilbrigðari hætti en þá var.

Í samtali við Markaðinn segir hann að einn þáttur sem spilar þar inn í sé að samsetning vísitölunnar er dreifðari á atvinnugreinar og félög. „Um þessar mundir er samsetning félaganna dreifðari. Á sínum tíma samanstóð vísitalan mestmegnis af fjármálafyrirtækjum og fjárfestingafélögum, eða um 90 prósent, en núna erum við að sjá minna hlutfall í þeim geira og samsetning er því dreifðari. Flóra atvinnugreina er því fjölbreyttari.“

Einnig bendir hann á að mun herra hlutfall félaga í Kauphöllinni greiði nú arð en áður tíðkaðist þannig að aðhald fjárfestanna er mikið við að félögin séu með góðan rekstur sem skili viðunandi hagnaði, sem sé svo greiddur að hluta til fjárfesta.

Á fundinum var jafnframt rætt um það að miklar hækkanir hafa verið á mörkuðum hér á landi undanfarið. Jóhann sagði að það væru þó ekki merki um óheilbrigði



Jóhann G. Möller, framkvæmdastjóri Stefnis

í kennitölum félaganna, mörg félög hafi verið að uppfæra afkomuspár.

„Verðlagningin er viðunandi, síðan hafa fyrirtækin verið að uppskera eftir hagræðingaraðgerðir undanfarinna fimm ára meðal annars sem svar við dýrum kjarasamningum. Markaðurinn hefur tekið vel í það. Við sáum að árin milli 2016 og 2019 voru mögur á hlutabréfamarkaði, þau voru betri víða erlendis. Þannig að ef við skoðum lengra tímabil þá væri þróunin með svipuðu móti hér og á öðrum vestrænum mörkuðum,“ segir Jóhann í samtali við Markaðinn og bætir við að hann sé bjartsýnn á langtímaþróun markaðarins.

„Það er auðvitað erfitt að segja til um hver þróunin verður nákvæmlega. En ég held að þróunin verði jákvæð þegar lítið er til lengri tíma.“ ■

## Verðmætari ferðamenn en vanalega

helgivifill@frettabladid.is

Erlend greiðslukortavelta innlands í sumar var 66 prósent af því sem hún var árið 2019, samkvæmt nýbirtum tölum frá Seðlabankanum.

Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri Samtaka ferðabjónustunnar (SAF), segir að það séu ánægjuleg tíðindi. „Þetta staðfestir það sem við höfum fundið sterklega fyrir í sumar, að verðmæti á hvern ferðamann eru töluvert meiri en í meðalári,“ segir hann.

Jóhannes Þór segir að það sé ekki ljóst hvernig þau verðmæti dreifist yfir greinina þar sem um sé að ræða minna en þriðjung af fjölda ferðamanna 2019. „Framundan er töluvert óvissa í vetur nú þegar háðinn líkur, ekki síst varðandi það hvort tekjuöflun stuttrar sumarvertíðar mun duga fyrirtækjum til að greiða af lánum sínum, greiða fastan kostnað og halda starfsfólki í vinnu yfir vetrar-



Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri SAF

mánuðina. Það er því mjög mikilvægt að stjórnvöld skoði framlangingu ráðningarstyrkja sem hafa reynst mjög mikilvægir, og eins með hvaða hætti má vinna bug á ósjálfbærri skuldastöðu litilla og meðalstórra fyrirtækja í greininni,“ segir hann.

Jóhannes segist taka undir það sem forsvarsmenn Icelandair og Isavia hafi sagt um mikilvægi þess að slakað verði á á ferðatakamörkunum á landamærum til samræmis við það sem tíðkast í nágrenna- og samkeppnislöndum okkar. ■

## Sækir sér orku í útivist

## Svipmynd

Eyrún Anna Einarsdóttir

**Nám:** B.Sc.-gráða í iðnaðarverkfræði frá Háskóla Íslands, M.Sc.-gráða í fjárfestingastjórnun frá Háskólanum í Reykjavík og próf í verðbréfavíðskiptum.

**Störf:** Forstöðumaður viðskiptalausna eignastýringar og miðlunar Landsbankans. Safnastjóri í stýringareiningu eignastýringar Landsbankans. Hönnunarsvið Orkuveitu Reykjavíkur.

**Fjölskylduhagir:** Gift Davíð Rúðólffssyni og eigum við þrjú börn á aldrinum 20, 15 og 12 ára.



Eyrún segir að hennar uppáhaldsborg sé Verona á Ítalíu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Eyrún Anna Einarsdóttir hefur verið ráðin framkvæmdastjóri Eignastýringar og miðlunar hjá Landsbankanum.

**Hver eru þín helstu áhugamál?**  
Ég sækir mér orku í útivist. Á veturna eru það skíðin en á sumrin finnst mér fátt betra en að standa úti í falletti á að veiða. Eins uppgötvuðum við í sumar hversu skemmtilegt og gefandi það er að fara í lengri gönguferðir. Við gengum Víknaslóðir frá Seyðisfirði yfir í Borgarfjörð eystri og það er alveg magnað að vera í nokkurra daga göngu í óbyggðum með skemmtilegu fólki. Ég sé fyrir mér að endurtaka það aftur næsta sumar.

Ég hef líka mjög gaman af vatnaþingi, við höfum meðal annars verið að stunda standandi róður á vatnabretti eða svokallað SUP, það er skemmtileg upplifun að sitja með nesti úti á miðju vatni og dást að umhverfinu frá allt öðru sjónarhorni.

**Hvaða bók hefur haft mest áhrif á þig?**

Sú bók sem hefur haft mest áhrif á líf mitt er bók sem ég las þegar ég var 19 ára og á leið í fæðingarorlof. Hún heitir The Seasons of Life eftir Jim Rohn. Þar er lífið sett í samhengi við árstíðirnar, hvernig þú þarft að taka

mið af aðstæðum og hvernig lífið er undir þér sjálfum komið. Veturnir koma eftir haustinu, sumarið kemur eftir vorinu, þú breytir því ekki. Það sem þú getur hins vegar haft áhrif á er hvernig þú nýtir vorin og sumrin í lífinu og hvernig þú bregst við þegar haustin og veturnir koma.

**Hver er helstu verkefni framundan?**

Helstu verkefni í vinnunni næstu daga eru að taka púlsinn á fólkinu mínu. Það hefur verið rifandi gangur hjá okkur og við erum búin að ná öllum ársmarkmiðunum. Verkefni næstu viku er að stilla upp nýjum markmiðum með hópnum og keyra af stað. Það eru spennandi tímar framundan!

**Hvar sérðu þig eftir tíu ár?**

Ég hef verið einstaklega lánsöm, unnið að fjölbreyttum verkefnum með skemmtilegu fólki innan sviðs og innan bankans. Ég þrífst á því að hafa krefjandi og fjölbreytt verkefni. Ég sé fyrir mér að eftir tíu ár verði ég áfram að vinna að fjölbreyttum og skemmtilegum verkefnum.

**Ef þú þyrftir að velja annan starfsframa, hvað yrði fyrir valinu?**

Mér hefur alltaf þótt orkuviðnæðurinn einstaklega áhugaverður, þá hvernig við beislum og nýtum þessa krafta. Við erum svo framarlega í



**Mér hefur alltaf þótt orkuviðnæðurinn einstaklega áhugaverður, þá einnig hvernig við beislum og nýtum þessa krafta. Við erum svo framarlega í þessum geira.**

þessum geira, margt sem við getum kennt öðrum þjóðum heims. Mér finnst þetta svo áhugavert út frá sjálfbærnisjónarmiðum og núverandi stöðu heimsins í umhverfis- og loftslagsmálum.

**Hver er uppáhalds borgin þín?**

Uppáhalds borgin mín er Verona á Ítalíu. Mér fannst borgin svo sjarmerandi, allt svo snyrtilegt og fallett, maturinn var æðislegur, stemningin var svo lágstemmd. Ég upplifði svo mikla ró og sögu hvert sem farið var. Mér fannst Verona vera algjörlega æðisleg borg. ■

## Skrúfað fyrir endurgreiðslur



Edda Bára Árnadóttir  
lögfræðingur hjá  
KPMG Law

Eru skattifyrvöld að skrúfa fyrirvaralaust fyrir endurgreiðslur virðisaukaskatts til byggjenda íbúðar- og frístundahúsnæðis?

Í gegnum tíðina hafa íslensk stjórnvöld sett fram aðgerðir sem ætlað er að stemma stigu við yfirstandandi erfiðleikum sem hafa slæm áhrif á efnahagslífið í landinu. Í efnahagshruninu 2008 var ráðist í slíkar aðgerðir þegar endurgreiðsluhlutfall virðisaukaskatts af vinnu manna við íbúðarhúsnæði var tímabundið hækkað úr 60% í 100%. Þá var einnig endurgreiddur virðisaukaskattur vegna hönnunar og eftirlits, sem alla jafna fæst ekki endurgreiddur, auk þess sem heimildin gat einnig varðað frístundahúsnæði.

Í kjölfar kórónuveirufaraldursins voru sambærilegar aðgerðir settar á laggirnar sem gilda að öllu óbreyttu út árið 2021. Endurgreiðsluhlutfall virðisaukaskatts af vinnu manna var hækkað í 100% og var endurgreiðsluheimildin rýmkuð með

sama hætti og gert var í kjölfar efnahagskreppunnar. Markmið aðgerðanna var að draga úr tjóni, tryggja stuttan varanleika neikvæðra áhrifa á atvinnulíf og efnahag, tryggja viðspyrnu, örva einkaneyslu, auka eftirspurn og skila sér í lægra verði byggingaraðila, þó með jákvæðum fjárhagslegum áhrifum á fyrirtæki í byggingarstarfsemi.

Frá rýmkuð ákvæðisins í byrjun árs 2020 og fram undir miðbik yfirstandandi árs hafa skattifyrvöld þó endurgreitt byggjendum framangreinds húsnæðis virðisaukaskatt athugasemdalaust en fyrirvaralaust virðast þau hafa skrúfað fyrir endurgreiðslurnar um mitt ár. Í dag er afstaða skattifyrvalda sú að endurgreiðsla verður ekki veitt fyrr en húsnæði er orðið skráð sem íbúðar- eða frístundahúsnæði í fasteignaskrá Þjóðskrár Íslands. Í rúm 30 ár, frá setningu laga um virðisaukaskatt, hafa slíkir skilyrði ekki verið fyrir hendi og hefur almennt dugað til að umskjandi endurgreiðslu sé eigandi íbúðarhúsalóðar. Er endurgreiðsluheimildin því þrengd frekar en rýmkuð þar sem húsbýggjendur geta ekki sótt endurgreiðslu að mati skattifyrvalda fyrr en húsnæði er orðið skráð í fasteignaskrá. Það segir sig því sjálft að ýmis kostnaður vegna framkvæmda á byggingarlóð undir íbúðar- eða frístundahúsnæði

fæst þannig ekki endurgreiddur þrátt fyrir að hönnunar- og framkvæmdaferli sé hafið að virtu samþykki sveitarfélags og útgefna byggingarleyfi.

Túlkun skattifyrvalda gengur því augljóslega í berhög við tilgang laganna og þau sjónarmið sem lágu að baki aukinni endurgreiðslu virðisaukaskatts til byggjenda íbúðarhúsnæðis og kemur í veg fyrir endurgreiðsluflæði sem er stór liður í fjármögnun framkvæmda húsbýggjenda. Vart má telja að verið sé að fylgja vilja löggjafans með þessum skerðingum sem gera byggjendur í raun tímabundið verr setta nú en áður en til breytinganna kom.

Einstaklingur sem byggir sér frístundabústað eða verktaka-fyrirtæki sem byggir nokkrar íbúðablokkir getur því orðið fyrir miklum fjárútlátum áður en hægt er að uppfæra skráningu lóðarinnar í fasteignaskrá yfir í íbúðar- eða frístundahúsnæði. Virðisaukaskattur af því fæst þó ekki endurgreiddur sem fyrr segir, fyrr en skráningu hefur verið breytt í fasteignaskrá, sem eftir atvikum getur gerst eftir að framkvæmdum er lokið.

Sennilega er hægt að fullyrða að eins og er séu þetta ekki þau jákvæðu fjárhagslegu áhrif sem breytingunni var ætlað að hafa í för með sér fyrir byggingaraðila. ■



## FJÁRFESTING Í SJÓÐUM ER GÓÐUR VALKOSTUR

TIL AÐ ÁVAXTA PENINGA TIL SKEMMRI OG LENGRI TÍMA



ÍSLENSK VERÐBRÉF

Kynntu þér árangur og úrval íV sjóða á [WWW.IV.IS](http://WWW.IV.IS)

— síðan 1987 —



## Fyrirtæki hafi átt erfitt með að fá borgað

magdalena@frettabladid.is

Ólafur Stephensen, framkvæmdastjóri Félags atvinnurekanda, segir að fyrirtæki hafi átt í erfiðleikum undanfarið með að fá borgað frá Vinnuálastofnun í tengslum við átakið Hefjum störf.

Hann gagnrýnir jafnframt upplýsingaflæðið sem hann segir að hafi ekki verið eins og best verður á kosid. „Það er ámælisvert að nýja kerfið sé í raun ekki tilbúið þegar það er tekið í notkun. Framan af virkaði þetta þannig að menn sendu reikninga í gegnum vef Fjársýslunnar og reikningar hafa svo verið greiddir innan tíu daga. Þetta var kerfi sem virkaði vel.



Það er ámælisvert að nýja kerfið sé í raun ekki tilbúið þegar það er tekið í notkun.



Ólafur Stephensen, framkvæmdastjóri Félags atvinnurekanda

Síðan var kerfinu breytt þannig að fyrirtæki áttu að senda umsókn í gegnum Mínar síður hjá Vinnuálastofnun. Það kerfi var í raun tekið í notkun áður en það var tilbúið því menn lentu í því að fá höfnun í kringum síðustu mánaðamót og þeim tjáð að þeir hefðu ekki sent reikningana rétt í kringum Mínar síður hjá Vinnuálastofnun.“ segir Ólafur og bætir við að þó svo hann búist við að reikningarnir verði greiddir á endanum skapi þetta mikil óþægindi fyrir fyrirtækin. „Reikningarnir verða vafalaust greiddir á endanum en þetta veldur mönnum bæði kostnaði og veseni. Það er bara eðlileg krafa að þegar ný kerfi eru tekin í notkun virki þau frá fyrsta degi.“



Við höfum ekki orðið vör við að það sé meira flækjustig í nýja kerfinu.



Unnur Sværisdóttir, forstjóri Vinnuálastofnunar

Unnur Sværisdóttir, forstjóri Vinnuálastofnunar, kannast ekki við að fyrirtæki hafi lent í erfiðleikum með nýja kerfið. „Við höfum ekki orðið vör við að það sé meira flækjustig í nýja kerfinu, þvert móti hefur innleiðingin gengið sérstaklega vel.

Það er það sem þeir sem starfa í fjármáladeildinni hjá okkur hafa tjáð mér,“ segir hún og bætir við að henni þyki það miður ef eitthvað hafi skolast til í upplýsingagjöfnni. „Mér þykir leitt ef einhverjar upplýsingar hafa skolast til en við létum fyrirtækin vita af þessu með tilskildum fyrirvara þannig að flestir hefðu mátt vita af þessari breytingu.“ ■

## Vænta fleiri ferðamanna hingað til lands en áður

helgivifill@frettabladid.is

Brottfarir ferðamanna frá Leifsstöð voru 108 þúsund í september og var mánuðurinn sá þriðji í röð með yfir 100 þúsund ferðamenn. „Eru þetta nokkru fleiri brottfarir en við höfðum vænst og því jákvæðar fréttir þrátt fyrir fækkunina milli mánaða,“ segir Jón Bjarki Bentsson, aðalhafgræðingur Íslandsbanka, í greiningu sem birtist á vefbankans.

Ferðamenn hingað til lands voru álika margir á fyrstu þremur ársfjórðungum þessa árs og í fyrra. „Horfur eru hins vegar á allnokkurri fjölgun fram til áramóta, borið saman við síðasta ár, og í kjölfarið er útlit fyrir allhraðan bata í greininni,“ segir í greiningunni.

Í nýlegri þjóðhagsspá Íslandsbanka var gert ráð fyrir að ferðamenn yrðu um 600 þúsund í ár. Miðað við þá spá ættu um 50 þús-



Veðrið hefur ekki leikið við ferðamenn hér á landi undanfarna daga.

und manns að sækja landið heim í mánuði hverjum út árið. „Þótt takmarkanir hafi verið hertar að áliðnu sumri virðist þó áhugi á heimsóknum hingað til lands talsverður, enda bólusetningar víða orðnar mjög útbreiddar og ferðavilji almennings bæði í Evrópu og Bandaríkjunum farinn að aukast á nýjan leik,“ skrifar Jón Bjarki. Nú telur bankinn líklegt að ferðamenn verði fleiri en 600 þúsund í ár. ■



## Íbúafundur borgarstjóra í Háaleiti og Bústöðum

Borgarstjóri býður til opins íbúafundar í Réttarholtsskóla fimmtudaginn 14. október 2021, kl. 20.00.

Hvað er efst á baugi í Háaleitis- og Bústaðahverfi?

Íbúar geta sent fyrirspurnir á netfangið [frettir@reykjavik.is](mailto:frettir@reykjavik.is) eða borið spurningar upp í lok fundar.

Heitt verður á könnunni frá kl. 19.30 og þá verða fulltrúar Hverfisskipulags á staðnum til að heyra skoðanir íbúa.

Fundinum verður streymt á [reykjavik.is](http://reykjavik.is)

### Dagskrá íbúafundar

Dagur B. Eggertsson  
Borgarstjóri  
Háaleiti og Bústaðir

Bryndís Eva Ásmundsdóttir  
Íbúi og kennari  
108 4life

Ævar Harðarsson  
Arkitekt og deildarstjóri Hverfisskipulags  
Samráð við gerð hverfisskipulags fyrir Háaleiti og Bústaði

Ragnhildur Skarphéðinsdóttir  
Landslagsarkitekt og ráðgjafi Hverfisskipulags  
Áhugaverðir möguleikar með hverfisskipulagi

Björn Einarsson  
Formaður Víkings  
Víkingur - Öflug þjónusta í hverfinu okkar

Fundarstjóri er Dóra Magnúsdóttir  
Formaður hverfisráðs Háaleitis og Bústaða



Reykjavíkurborg



# Utan stjórnar



Adalheiður  
Ámundadóttir  
adalheidur  
@frettabladid.is

Fjölflokkastjórnir eru nýr veruleiki í íslenskum stjórnmálum. Töluverð umræða hefur skapast um þetta nýja stjórnarform, kosti þess og galla, á undanförunum árum. Minna er rætt um fjölflokkastjórnarandstöðu sem óumflýjanlega fylgir fjölgun flokka á Alþingi. Þó hefur ekki farið fram hjá þeim sem fylgjast með stjórnmálum hve mikil áhrif sundurleitir flokkar hafa á stjórnarandstöðuna á Alþingi, bæði störf hennar og ásýnd.

Þótt nýir þingmenn ali eðlilega þá von í brjósti að geta komið hugsjónum sínum í farveg er mikilvægasta starf alþingismanns utan stjórnarmeirihluta að veita ríkisstjórninni aðhald. Þegar margir og jafnvel ólíkir flokkar eru í stjórnarandstöðu er ekki von á öðru en að hún verði sundurleit. Þetta höfum við séð undanfarin tvö kjörtímabil. Flokkar, sem hafa jafnvel lagt áherslu á samvinnu á fyrstu dögum eftir kosningar, færast í sundur um leið og stjórn hefur verið mynduð. Þetta kemur niður á því aðhaldi sem mikilvægt er að hverri ríkisstjórn sé veitt.

Vandinn sem blasir við vinstri hlið íslenskra stjórnmála er ekkert leyndarmál. Þrátt fyrir að yfir helmingur kjósenda myndi velja annað stjórnarmynstur en það sem er í kortunum er engin leið fær til að uppfylla þær óskir. Viðreisn er of frjálsslynd fyrir VG og Framsókn og Pírötum er ekki treyst. Þessir flokkar fá nú annað tækifæri til að sýna samstarfshæfileika sína þegar við blasir að þeir, ásamt Samfylkingu, Flokki fólksins og tveimur Miðflokksmönnum, myndi áfram stjórnarandstöðu.

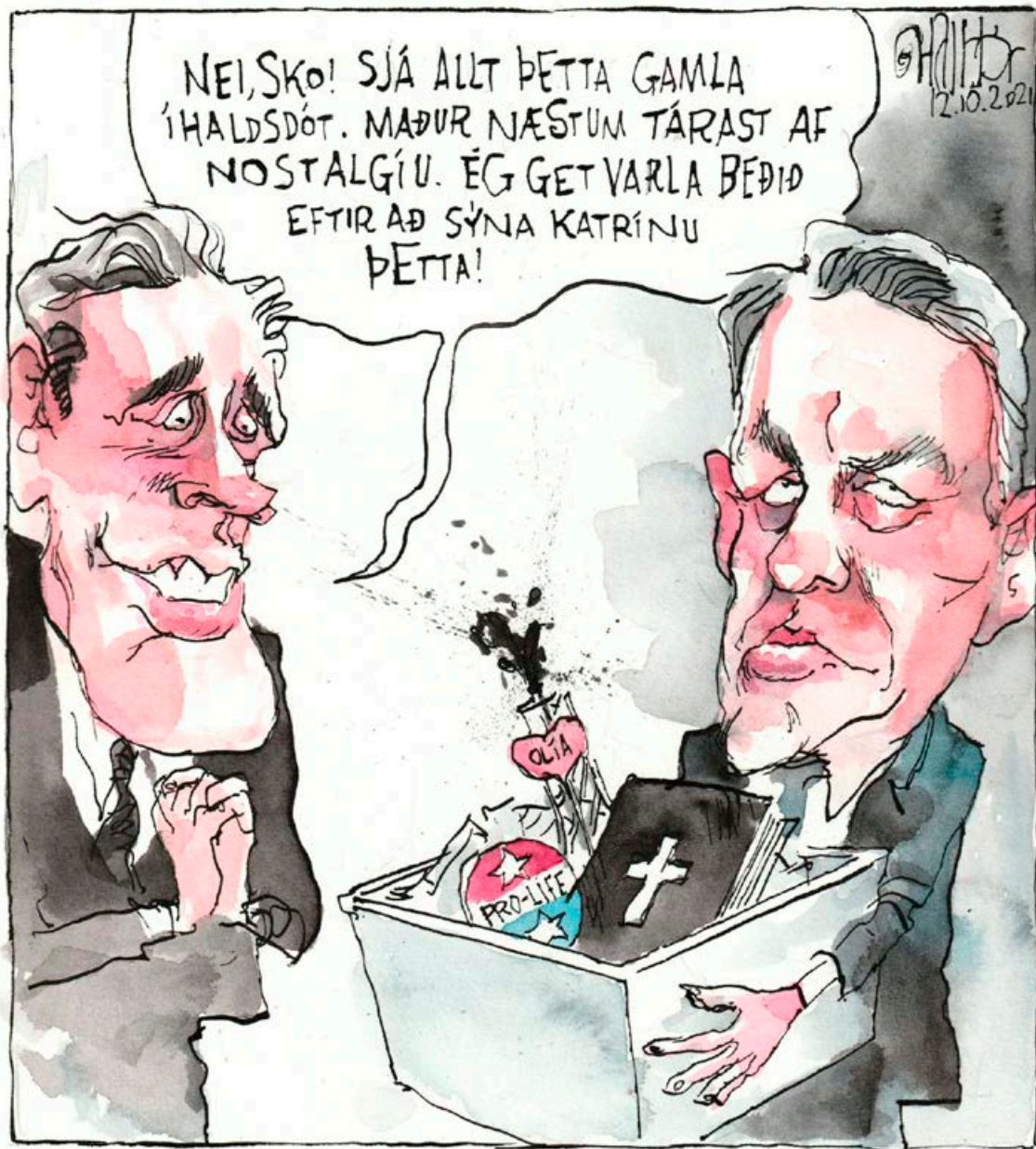
Þótt stjórnarandstöðuflokkar velji sér ekki samstarfsflokk og engin hefð sé fyrir viðræðum um samstöðu gegn ríkisstjórninni, er ekkert því til fyrirstöðu að rjúfa hefðina. Flokkar sem hafa vilja til að vinna saman í ríkisstjórn geta sýnt kjósendum hvernig slíkt samstarf gæti litið út í stað þess að hlaupa hver í sína áttina þegar íhaldsstjórn hefur verið mynduð.

Það er litið þúður í skuggafjársögum sem einn sex manna þingflokkur gæti lagt fram sem svar við fjárlögum ríkisstjórnar. Þrjú þingflokkar, Pírata, Samfylkingar og Viðreisnar, gætu hins vegar komið einstaka stjórnarflokkum í veruleg pólitísk vandræði með því að koma sér saman um og leggja fram slíkt skuggaplagg ofan í fjárlagafrumvarp ríkisstjórnarinnar.

Slík samvinna gæti líka slegið á fordóma sem ríkja um meint hæfileikaleysi þessara flokka til forystu og gefið bæði kjósendum og stjórnmálaflokkum, sem leitað hafa á önnur mið, von um að leiðin sé enn fær. ■

Þótt engin hefð sé fyrir viðræðum um samstöðu gegn ríkisstjórninni er ekkert því til fyrirstöðu að rjúfa hefðina.

## ■ Halldór



## ■ Frá degi til dags

arib@frettabladid.is

### Fimmaur

Jakob Frímánn og Tommi á Bullunni settust á Alþingi. Þeir spurðu vinkonu Steingríms hvar þeir ættu að sitja. „EKKI setjast þarna hjá Simma í Kastljósi, þar ætlum við að planta herragarði Framsóknarmanna.“ Tommi spurði hvort þeir mættu þá vera fyrir aftan háskólafélkið, það var samþykkt með því skilyrði að þeir spyrðu ekki út í peningana þeirra. Jakob spurði svo Sjálfstæðiskonu hvort hún væri Samherji og uppskar skammir frá samherja hennar. Piratinn sneri sér við og spurði hvað þeir væru að gera þarna. „Við erum bara eldri borgarar að biða eftir tilboði aldarinnar!“

### K\*\*\*a í vinnunni

Þetta er líklega ekki það sem Miðflokkurinn hafði í huga þegar hann ákvað að bjóða Sjálfstæðisflokknum Birginn. Eftir marga daga af ding, ding, ding, sagði Erna Bjarnadóttir að hún ætlaði ekki að fylgja Birgi Þórarinsyni yfir í Sjálfstæðisflokkinn. Hefði Birgir betur mátt hringja í Gunnar Braga Sveinsson eftir tölvupóstinum, eða jafnvel biða eftir kjörbréfanefndinni, því ef kosið verður aftur gæti Karl Gauti Hjaltason ratað aftur inn á þing í stað Bergþórs Ólasonar. Að öllu Skaupi slepptu má rekja þennan farsa til þess eins að Birgir vildi ekki vinna í fjögur ár með manni sem fer á barinn eftir vinnu til að kalla hann k\*\*\*u. ■

## Lífið breytir um lit



Halla  
Þorvaldsdóttir  
framkvæmdastjóri  
Krabbameinsfélagsins

Bleikur október er runninn upp. Það er táknrænt að skipta um lit í október, í mánuðinum sem helgaður er krabbameinum hjá konum, því oft er það líkast því að lífið skipti um lit þegar fólk greinist með krabbamein.

Bleiki liturinn er litur umhyggjunnar. Með Bleiku slaufunni, átaki Krabbameinsfélagsins í rúm 20 ár, sýnum við þeim 850 konum sem á hverju ári greinast með krabbamein stuðning okkar í verki og minnumst þeirra sem við höfum misst.

Krabbamein valda flestum ótímabærum dauðsföllum hér á landi og krabbameinstilvikum fer fjölgandi samhliða hækkunum aldri þjóðarinnar. Góðu fréttirnar eru þær að dánartíðni fer lækkandi en lífshorfur kvenna sem greinast með krabbamein hafa meira en tvöfaldast frá því skráning krabbameina hófst fyrir 60 árum. Nú eru um 9.000 konur á lífi sem fengið hafa krabbamein.

Að takast á við krabbamein er krefjandi bæði fyrir þann sem veikist og aðstandendur. Enginn þarf að standa einn í þeim sporum. Þess vegna býðst sjúklingum og aðstandendum ókeypis stuðningur og ráðgjöf fagfólks og sjálfbodaliða hjá Krabbameinsfélaginu.

Markmið Krabbameinsfélagsins er að fækka krabbameinum. Það er þolinmæðisverkefni þar sem árangurinn skilar sér oft ekki fyrr en áratugum seinna. Forvarnarstarf félagsins átti stóran þátt í að draga verulega úr reykingum og notkun ljósabekkja en lengra er í land varðandi aðra áhættuþætti.

Á vegum félagsins er stundað öflugt vísindastarf, bæði hjá félaginu sjálfu en einnig á vegum Vísindasjóðs félagsins, sem hefur styrkt 37 rannsóknir um 316 milljónir á síðustu fimm árum. Allt miðar það að því að finna orsakir krabbameina, nýjar leiðir í meðferð eða að bæta lífsgæði sjúklinga og aðstandenda.

Starf Krabbameinsfélagsins er mjög fjölbreytt. Það er rekið fyrir sjálfsafrafé, stuðning almennings og fyrirtækja í landinu. Félagið er til fyrir fólk í landinu og almennungur á heldur betur hlutdeild í árangursríku starfi þess í gegnum tíðina.

Ég hvet þig til að vera til taks og sýna stuðning í verki með kaupum á Bleiku slaufunni. Verum til! ■

„  
Bleiki liturinn er litur umhyggjunnar.“



## Jólin hefjast á Jómfrúnni

Jólamatsdill frá 11. nóvember.

Kom glad!

Bókanir í síma 551 0100 | jomfruin.is | jomfruin@jomfruin.is





FORLAGIÐ

Alltaf opið á [www.forlagid.is](http://www.forlagid.is)

MIÐVIKUDAGUR 13. október 2021



McDonald's hefur lengi verið einn af vinsælustu skyndibitum heims.

## Veganborgaraferð á McDonald's

thordisg@frettabladid.is

Það er vinsælt að skjótast í borgarferð til Lundúna og þá þykir mörgum ómissandi að gleðja munn og maga á McDonald's. Í dag er spennandi dagur fyrir grænkeri á McDonald's því hamburgerarinn teflir fram sínum fyrsta veganhamborgara á Bretlandseyjum. Borgarinn, McPlant, verður strax fáanlegur í átján borgum og 250 McDonald's-stöðum og í janúar verður hann á matseðli allra McDonald's-staða á Bretlandi.

Alls tók þrjú ár að prófa nýja veganborgarann svo hann líktist sem mest ekta McDonald's-ostborgara og mætir McPlant hörðustu kröfum grænkeri.

### Næstum megrunarfæði

Fyrirmynd McPlant er hefðbundinn McDonald's Cheese Deluxe. Hann inniheldur veganbuff sem er framleitt í samstarfi við kjötlíkisframleiðandann Beyond Meat. Hvert og eitt hráefni er framleitt úr jurtaríkinu, þar af veganostur úr baunaprótíni sem smakkast eins og heimsfrægur McDonald's-osturinn, sem og ný vegansósa. Samsetning McPlant er því svohljóðandi: Hamborgarabrauð með sesamfræjum, tómatsósa, sinnep, vegansósa, salatblað, laukur, pikkles, veganbuff og veganostur.

Ekki sakar að McPlant er næstum því megrunarfæði; aðeins 430 hitaeiningar, sem er um 200 hitaeiningum færri en í kjötútgáfunni. ■



Hannesína byrjar hvern dag á því að fá sér kollagen frá Feel Iceland sem hún mælir heils hugar með fyrir bættu liðheilsu og fleira.

FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

## Kollagenið gerir kraftaverk

Hannesína Scheving, bráðahjúkrunarfræðingur og framhaldsskólakennari á Akureyri, finnur fyrir miklum mun á hári sínu, nöglum og liðum eftir að hún fór að taka inn Feel Iceland kollagen. Hún segist glöð yfir að geta tekið inn náttúruleg fæðubótarefni í stað gigtarlyfja. **2**



POWERFUL NUTRITION  
FROM PLANTS

**ALOE VERA**  
HREINN SAFI



**30**  
DAGA  
SKAMMTUR

www.celstus.is





Hannesína hrærir Feel Iceland kollgeni bæði út í kalt vatn sem morgunsopann sinn en líka út í gríska jógúrt með heimagerðu músli, eplum og kanil.

Hannesína Scheving, bráða-  
hjúkrunarfræðingur og fram-  
haldsskólakennari í Verkmennta-  
skólanum á Akureyri (VMA),  
ber sjaldgæft nafn ömmu sinnar  
heitinnar.

„Ég fer nú ekki huldu höfði með  
þetta nafn og þegar ég sagði sjö  
ára stúlku að ég hétí Hannesína  
á dögnum, sagði sú litla: „Það  
heitir enginn svoléðis,“ og hló. Ég  
leið fyrir nafnið á æskuárunum  
í Keflavík og vildi því alltaf vera  
kölluð Hanna, en þegar ég flutti  
norður ákváð ég að kynna mig  
alltaf sem Hannesínu og er alltaf  
kölluð Hannesína í dag. Ég ber því  
með stolti nafn góðrar og flottrar  
konu.“

Hannesína var komin á fer-  
tugsaldurinn þegar hún skræði  
sig til náms í hjúkrunarfræði en  
hún útskrifaðist sem hjúkrunar-  
fræðingur orðin 38 ára.

„Þegar við hjónin fluttum frá  
Keflavík til Akureyrar árið 2000  
skræðum við okkur bæði til náms.  
Við keyptum okkur litla íbúð og  
ákváðum að fjölskyldan byggji  
þröngt á meðan á náminu stæði,  
sem gekk vel. Hann lærði vélstjórn  
og ég hjúkrun en þegar maður  
hefur háskólanám á fullorðinsaldri  
verður svo óskaplega gaman að  
læra og því ákváð ég eftir útskrift  
að bæta við mig bráðahjúkrun og  
þar á eftir framhaldsskólakennara-  
réttindum,“ greinir Hannesína frá,  
en hún kennir einnig skyndihjálp.

#### Daglegir göngutúrar og jóga

Frá árinu 2012 hefur Hannesína  
kennt nemendum á sjúkraliða-  
braut VMA, þar sem hún er einnig  
skólahjúkrunarfræðingur, og hún  
kennir einnig félagsliðum hjá  
Símenntunarstöð Eyjafjarðar.

„Það hefur alltaf blundað í mér  
að hjálpa fólki og ég hef oft sagt að  
ég gæfi hjartað í mér ef ég gæti,“  
segir Hannesína og brosir.

Hún hefur einnig um árabíl  
unnið sem bráðahjúkrunarfræð-  
ingur á bráðamóttöku Sjúkrahús-

ins á Akureyri en ákváð í haust að  
söðla um og færa sig yfir á geð-  
deildina.

„Mig langaði að breyta aðeins til.  
Ég veit að samskipti eru mín sterka  
hlið og ákváð að fara á geðdeildina  
sem ég veit að verður góður skóli.  
Ég er alsæl á geðdeildinni þótt  
ég elski líka að starfa í asa bráða-  
móttökunnar. Spítalinn er lifandi  
staður og ávallt mikill erill en ég  
vil hafa nóg fyrir stafni. Maður  
þarf bara að vera skipulagður og  
hugsa vel um sjálfan sig,“ segir  
Hannesína.

Hún hefur alla tíð stundað  
hreyfingu af kappi.

„Í dag labba ég sjö kílómetra  
hvern einasta dag og stunda jóga  
jafnhliða því. Ég fer í göngutúr  
með tónlist í eyrunum og kem  
alltaf glöð til baka. Við eigum bara  
þennan eina kropp og með aldr-  
inum verður maður meðvitaðri  
um að hugsa vel um líkamann svo  
hann endist manni vel. Við vitum  
öll hvað þarf til, til að öðlast betri  
heilsu; það er hreyfing, nægur  
svefn og hollt mataræði. Fólk þarf  
bara að hafa trú á sjálfu sér og  
þeim breytingum sem það getur  
gert til bættrar heilsu. Við getum  
allt ef við bara viljum.“

#### Hefur tröllatru á kollageninu

Hannesína hefur nú í tæpt ár tekið  
inn kollagen frá Feel Iceland.

„Ég hef alltaf verið í og með  
á móti fæðubótarefnum og fæ  
mín bætiefni í gegnum hollan og  
góðan mat. Þegar ég sá hvað Telma  
Ásdisardóttir leit vel út eftir að  
hafa grennst mikið ákváð ég að  
hafa samband við hana til að vita  
hvað hún gerði til að viðhalda húð-  
inni svo góðri, því oft verður húð  
þeirra sem grennast hratt tekin.  
Telma sagði það vera Feel Iceland  
kollagen og ég ákváð að slá til og  
prófa. Fljótt sá ég mikinn mun  
á hárinu mínu sem þykknaði til  
muna og nöglunum sem vaxa eins  
og arfi í grasi. Hárgreiðslukonan  
mín sagði: „Vá, hvað hárið á þér er



Hannesína nýtur þess að starfa við hjúkrun og segir mikilvægt að bera ábyrgð á eigin heilsu.

FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN



”

Ég næ  
að fussa  
á vefja-  
gigtina ef  
ég hreyfi  
mig og tek  
inn kolla-  
gen frá Feel  
Iceland. Í  
tvær vikur  
átti ég það  
ekki til og  
fann þá  
að ég varð  
verri í lið-  
unum en  
ella.

gott!“ og í raun hef ég ekki undan  
að fara í klippingu til hennar,“ segir  
Hannesína.

Hún hefur tröllatru á kollagen-  
inu frá Feel Iceland.

„Ég hef tvívegis verið greind með  
vefjagigt en ég næ að fussa á hana  
ef ég hreyfi mig og tek inn Feel  
Iceland-kollagenið. Í tvær vikur  
átti ég það ekki til og fann þá að ég  
varð verri í liðunum en ella. Kolla-  
genið virkar því vel og ég mæli  
svo sannarlega með því fyrir betri  
liðheilsu, sterkara hár og neglur,  
og unglegri húð,“ segir Hannesína  
sem hrærir kollagenið út í kalt vatn  
að morgni eða gríska jógúrt með  
heimagerðu músli, eplum og kanil.

„Þetta er morgunsopinn minn  
og ég tek tvær skeiðar á dag. Kolla-  
genið gerir kraftaverk fyrir mig  
og ég er glöð yfir að geta tekið inn  
náttúruleg fæðubótarefni í stað  
sterkra gigtarlyfja.“ ■

Feel Iceland vörurnar fást meðal  
annars á eftirtöldum stöðum:  
Lyfju, Heilsuhúsinu, Lyfjum og  
heilsu, Hagkaupi, Fjarðarkaupum,  
Apótekanum, Fríhöfninni, Jurta-  
apótekinu, Krónunni og Nettó. Sjá  
nánar á [feeliceland.com](http://feeliceland.com)



# Jólahlaðborð

KYNNINGARBLAÐ

MIÐVIKUDAGUR 13. október 2021

Kynningar: Skíðaskálinn í Hveradölum, Nomy, Grill- og Fiskmarkaðurinn, Bryggjan Grindavík



Ólöf Ása og Grettir með syni sína þrjá, elstur er Óðinn, síðan Ási og yngsti er Benedikt. Allir úr fjölskyldunni hjálpast að og vinna að rekstrinum í sameiningu. Á myndinni er einnig frænka Grettis, Bjarnveig Björk, sem hefur starfað mikið með fjölskyldunni.

MYND/BRYNJA KRISTINSDÓTTIR

## Sannkallað jólaævintýri í Hveradölum

Jólahlaðborðin í Skíðaskálanum í Hveradölum hafa alltaf þótt einstaklega rómantísk. Ekki er verra hversu fallega skreytt húsið er fyrir jólin og stemmingin einstök. Jólahlaðborð Skíðaskálans hefst 19. nóvember. **2**



Það er hátíðlegt að keyra að Skíðaskálanum fyrir jólin, sérstaklega ef umhverfið er þakið snjó. Skíðaskálinn er þjóðþekkt hús sem staðsett er rétt áður en komið er á Hellisheiði. Þegar aðventan gengur í garð breytist staðurinn í sannkallaða jólaveröld. Stórglæsilegt jólahlaðborð með margvíslegum kræsingum verður allar helgar til jóla. Á sunnudögum verður jólamaturinn sérstaklega settur upp fyrir fjölskyldufólk en þá mun jólasveinninn koma úr fjöllumunum í kring með glaðning handa börnunum. Benni Sig sér um hátíðlega tónlist en á meðan á borðhaldi stendur heilsar hann upp á gesti og þenur nikkuna. Ekki er ólíklegt að Benni stjórni hópsöng þegar fjörið verður í hámarki.

„Það eru ekki mörg veitingahús með jafn fallega umgjörð fyrir jólahlaðborð og Skíðaskálinn,“ segir Ólöf Ása, sem rekur skálann ásamt eiginmanni sínum, Gretti Rúnarsyni. „Við bjóðum einnig upp á jólamarkað á jarðhæðinni, kakó og kökuhlaðborð í veislusalnum þar sem rithöfundar lesa upp úr jólabókum og árita, stúllknakór mun mæta og syngja jólalög og jólatrésala verður við húsið, svo eitthvað sé nefnt. Það verður því jólastemming hér hjá okkur,“ upplýsir hún.

#### Jákvæð viðbrögð

„Við höfum fundið fyrir mikilli ánægju meðal fólks að boðið sé upp á jólahlaðborð á ný í Skíðaskálanum. Við buðum upp á hlaðborð í sumar sem var vel tekið. Sömu fjölskyldur hafa komið til okkar áratugum saman og notið ljúffengrar veislumáltíðar saman. Við erum hálf orðlaus yfir viðbrögðum sem urðu vegna jákvæðrar umfjöllunar á Facebook en nú þegar er uppselt hjá okkur nokkur kvöld fyrir jólin. Þess vegna ákváðum við að byrja fyrr og fyrsta jólahelgin verður því 19.-21. nóvember,“ segir Ólöf Ása.

Í Skíðaskálanum er rekin alhliða veisluþjónusta með fjölbreytta matseðla og frábæra aðstöðu fyrir smærri og stærri hópa. Salirnir taka frá 50 til 300 manns í sæti en þeir kallast Gamla stofan, Koníaksstofan og Arinstofan.

#### Löng og merkileg saga

Saga Skíðaskálans spannar mörg ár og hann á sér mikla sögu. Skíðafélag Reykjavíkur reisti skálann árið 1934 og rak hann til ársins 1971 þegar Reykjavíkurborg keypti hann. Frá 1985 var skálinn í eigu Carls Johansen veitingamanns og fjölskyldu hans. Að kvöldi sunnudagsins 20. janúar 1991 brann skálinn til kaldra kola en nýr skáli í svipuðum stíl var reistur á sama stað og tekinn í notkun 4. apríl árið eftir. Ólöf Ása og Grettir eignuðust Skíðaskálanum árið 2013.

Árlega stoppa þúsundir erlendra gesta við Skíðaskálanum og skoða jarðhitasvæðið sem er mjög aðgengilegt. Ólöf Ása og Grettir hafa ákveðið að blása til sóknar á svæðinu, opna húsið af krafti og virkja enn frekar þennan risastóra sumar- og vetrarleikvöll.

#### Giftu sig í skálanum

„Við byrjuðum starfseminu á hefðbundnum forsendum þegar við tókum við húsinu á sínum tíma. Buðum upp á matarveislur, aðallega fyrir hópa. Við höfum verið með alls kyns viðburði, brúðkaup, stórafmæli, árshátíðir og jólahlaðborð svo eitthvað sé nefnt. Við giftum okkur sjálf herna viku eftir afhendinguna enda þykir okkur mjög vænt um húsið,“ segja hjónin en nú stendur til að stækka það aðstöðu við skálann en þær hugmyndir voru á tímabili þróaðar töluvert lengra.

„Okkur dreymdi um að gera það í dalnum fyrir innan Skíðaskálanum, fengum fjárfesta að verkefninu með okkur, en til að



Á jarðhæðinni eru hjónin með jólamarkað með kertum og ýmsu fallegu jóla-skrauti.



Hátíðleikinn umleikur salinn í Skíðaskálanum í Hveradölum.

gera langa sögu stutta þá enduðu allar hugmyndirnar í umhverfismati eftir mörg ár í skipulagsvinnu og eru þar enn í dag,“ segir Grettir. „Síðan komu auðvitað þessir skrítnu tímar sem fylgdu Covid en fyrr á þessu ári skiptum við verkefninu upp og eigum við nú skálann og svæði í kringum hann aftur ein,“ segir Grettir og bætir við að þau hafi fært áherslur sínar aftur að Skíðaskálanum með

ríkari áherslu á útivist og afþreyingu tengda henni. Öll fjölskyldan hjálpast að við reksturinn.

#### Paradis fyrir útivistarfólk

„Íslendingar eru duglegir að stunda útivist, jafnt fjallahlaup sem fjallahjól, göngur hvers konar, gönguskíði og fjallaskíði. Flest af þessu kallar ekkert endilega á skíðalyftur eins og var áður forsenda lífs í fjallinu. Þá er ótalið



Borðin svigna undan kræsingunum á jólahlaðborði Skíðaskálans.



Skíðaskálinn í Hveradölum er einstaklega fallegur fyrir jólin, sérstaklega ef jörð er hvít.

allt jeppa- og snjósleðafólkið sem hefur nýtt heildina á veturna um áratugaskeið. Nú þarf fólk bara bílastæði og aðstöðu til að hlýja sér, fá sér mat og drykk eftir ferð með vinum og kunningjum eftir útivistina. Við ætlum að vera miðstöð þessa fólks herna svæðinu,“ segir Ólaf Ása.

„Fram undan er uppbygging á göngu- og hjólaleiðum út frá Skíðaskálanum og tenging frá honum inn á þekktar leiðir sem liggja herna um allt svæðið,“ segir hún en fremur en nýlega fóru þau Ólöf og Grettir í samstarf við Víkingamótaröðina sem er stærsta mótaröð sinnar tegundar á Íslandi og Skíðaskálinn er því orðinn heimavöllur Landsnets MTB, eins stærsta fjallahjólamóts landsins.

„Mótið í september tókst frábærlega. Það var mjög gaman að sjá svipinn á hjólaðafólkinu þegar það kom herna í mark. Ekki síður þegar það kom inn í skálann og gat hlýjað sér við arininn. Síðan gat það sest að glæsilegu hlaðborði sem við höfðum útbúið,“ segir Ólöf Ása og bætir við að þetta hafi verið einstaklega ánægjulegt.

#### Frábærir göngustígar

Skíðaskálanum hefur verið vel við haldið og hluti hússins var nýverið tekinn í gegn og uppfærður. Í lok sumars voru svo teknir í notkun nýir stígar yfir friðlýsta hverasvæðið við Skíðaskálanum. „Þetta er ný lausn til að auðvelda aðgengi og vernda viðkvæm svæði í náttúrunni fyrir ágangi. Þessir stígar eru bylting fyrir fólk í hjólastólum þar sem því verður gert auðvelt að skoða heilandir hverasvæðið við bestu aðstæður með hámarks upplifun. Göngutúr frá bílastæði skálans og upp á fjallstoppinn fyrir ofan er ekki langur en býður upp á gríðarlega fallegt útsýni í allar áttir um suðvesturhorn landsins. Skemmtileg tilbreyting við Esjuna, Úlfarsfell og Helgafell,“ segja þau hjónin. ■

Fyrir þá sem vilja kynnast Skíðaskálanum í Hveradölum í allri sinni jóladýrd er hægt að panta borð í síma 567 2020 eða á netfanginu skidaskali@skidaskali.is. Einnig er hægt að skoða hvað er í boði á heimasíðunni skidaskali.is

Ólöf og Grettir við fallega arininn en þar finnst mörgum kósi að setjast niður.

MYNDIR/ BRYNJA KRISTINSDÓTTIR



Jólaþjafi: Kristjana Guðný



### TILBOÐSVERÐ Á GISTINGU

Tveggja manna herbergi  
með morgunverði  
frá 19.900 kr.



# Jólahlaðbord

MEÐ ÚLFARI FINNBJÖRNSSYNI  
Á GRAND  
HÓTEL REYKJAVÍK

Borðhald: föstudaga kl. 19:30 – laugardaga kl. 19:00

19. nóvember

~~20. nóvember~~ – uppselt

~~26. nóvember~~ – uppselt

27. nóvember – örfá sæti laus

3. desember

4. desember

10. desember

11. desember

17. desember

18. desember

– VERÐ 13.900KR. Á MANN –

ÍSLANDS  
HÓTEL

Sjá nánar á [islandshotel.is/tilbod](http://islandshotel.is/tilbod)  
– [jolahlabord@grand.is](mailto:jolahlabord@grand.is) – 514 8000 –

Grand  
HÓTEL  
REYKJAVÍK

Jólabrunch kl. 12:00 – 6.900 kr. á mann

28. nóvember – 5. desember – 12. desember – 19. desember

50% afsláttur fyrir börn 6-12 ára - frítt fyrir börn 0-5 ára – Jólasveinar kíkja í heimsókn



Gott meðlæti gerir oft kraftaverk þegar jólahlaðborð er skipulagt í heimahúsi eða á vinnustað.

starreifreyr@frettabladid.is

Það er einfalt mál fyrir smærri fyrirtæki að útbúa eigið jólahlaðborð, til dæmis á vinnustaðnum eða í heimahúsi. Oft er það gott meðlæti, salöt, sósur og grænmeti, sem gera gæfumuninn með aðalréttum á borð við hamborgarhrygg, villibráð, hnetusteik eða kalkúni. Hér koma þrjár einfaldar uppskriftir að salötum sem passa við flesta aðalrétti á jólahlaðborðinu.

#### Rauðrófusalat fyrir 4

Muldar valhnetur og fetaostur í blandið við bragðmikið rúkkólasalatid gerir þetta salat einstaklega bragðmikið og gómsætt. Þetta salat hæfir flestu kjöti á jólahlaðborðinu.

250 g forsoðnar rauðrófur. Skerið í hæfilegar sneiðar eða teninga  
120 g rúkkólasalat  
60 g fetaostur (eða geitaostur)  
3 msk. valhnetur, muldar hæfilega

#### Salatsósa:

2½ msk. extra virgin olía  
1 msk. balsamedik  
1 msk. hunang  
½ tsk. salt  
Svartur pipar

Setjið hráefnið fyrir salatsósuna í krukku með loki og hristið vel saman. Smakkið til með salti.

# Lítið mál að slá upp veislu heima fyrir



Bragðmikið og ilmandi kartöflusalat sem inniheldur ristað maiskorn, beikon, reyktu papriku og chipotle-sósu.



Muldar valhneturnar eru punkturinn yfir i-ið í þessu dásamlega rauðrófusalati.

Setjið rúkkólasalatið í skál. Stráið rauðrófunum yfir og næst muldum fetaostinum og valhnetunum. Blandið varlega saman. Hellið salatsósunni yfir og hristið aðeins saman.

#### Chipotle-kartöflusalat fyrir 6

Reykta paprikan, ristað maís-

kornið og chipotle-sósan gera gæfumuninn í þessu dásamlega kartöflusalati sem fer vel með reyktu kjöti og raunar ljósu kjöti líka.

900 g kartöflur, skornar í litla teninga  
3 stökkar sneiðar beikon, muldar í litla bita  
300 g frosin maiskorn  
¼ rauðlaukur, saxaður smátt

1 jalapeno saxaður smátt  
2 tsk. reykt paprika  
¾ tsk. Dijon-sinnep  
¼ bolli + 1 msk. chipotle-sósa  
1½ bolli gott majónes  
¼ bolli kóríander, saxaður  
¼ límóna (safinn)  
¼ tsk. broddkúmen (cumin)  
½ tsk. hvítlauksduft

Hitið ofn í 220 gráður. Setjið maís-kornið og rauðlaukinn á bökunar-

plötu. Stráið olíu yfir, salti og pipar, og 1 teskeið af reyktu paprikunni. Bakið í um 15 mínútur. Setjið til hliðar og kælið.

Sjóðið kartöflubita þar til tilbúnir. Takið til hliðar og kælið. Setjið afganginn af hráefninu í stóra skál, utan kóríanders og beikons, og hrærið vel. Bætið næst kartöflum út í og maiskorninu og rauðlaukunum. Hrærið vel saman. Stráið kóríander og beikoni yfir í lokin.

Það má nota hvaða kartöflur sem er en sniðugt er að blanda saman gulum og rauðum kartöflum. Ef beikon er tekið út er rétturinn vegan.

#### Perusalat fyrir 4

Hér er einfalt og ljúffengt perusalat sem fer vel með ljósu kjöti eins og kalkún og kjúklingi, með laxi eða bara eitt og sér.

300 g ferskt spinat  
2 perur, skornar í ræmur eftir endilöngu  
½ bolli valhnetur, muldar  
½ bolli fetaostur, mulinn  
¼ bolli fræ úr granatepli  
½ bolli appelsínusafi  
Balsamedik

Setjið perusneiðar í litla skál og hellið appelsínusafa yfir. Látið perur liggja í safi meðan salatið er útbúið. Setjið næst spinat, valhnetur, fræn úr granateplinu og fetaostinn í stóra skál. Bætið perunum út í skálina og hrærið varlega saman. Dreypid smá balsamediki yfir áður en borið fram. ■



## HÁTÍÐARKÖRFUR GRILLMARKAÐARINS

Tilvalið til jólagjafa eða bara til að njóta sjálfur  
Sérhönnuð körfur fyrir hvert fyrirtæki eða einstakling

#### PAKKI 1 - 19.900 KR.

- Gjafabréf á Grillmarkaðnum 10.000 kr.
- Tindur frá Ostakjallaranum
- Blandaðar sultur
- Parmesan rósmarín kex
- Léttreykt bleikja frá Haukamýri
- Sinnepssósa
- Miðey carpaccio
- Gæsa- og kjúklingalífrarmús
- Kryddpylsa Grillmarkaðsins
- Zenato Olivo olía
- Zenato Balsamico
- Lavasalt
- Dumle súkkulaði tart
- Zenato Alanera rauðvín



#### PAKKI 2 - 25.990 KR.

- Gjafabréf á Grillmarkaðnum 15.000 kr.
- Tindur frá Ostakjallaranum
- Blandaðar sultur
- Parmesan rósmarín kex
- Léttreykt bleikja frá Haukamýri
- Sinnepssósa
- Miðey carpaccio
- Gæsa- og kjúklingalífrarmús
- Kryddpylsa Grillmarkaðsins
- Zenato Olivo olía
- Zenato Balsamico
- Lavasalt
- Dumle súkkulaði tart
- Zenato Alanera rauðvín
- Zenato Pinot Grigio hvítvín



#### PAKKI 3 - 34.900 KR.

- Gjafabréf á Grillmarkaðnum 20.000 kr.
- Tindur frá Ostakjallaranum
- Truffluostur frá Ostakjallaranum
- Blandaðar sultur
- Parmesan rósmarín kex
- Léttreykt bleikja frá Haukamýri
- Sinnepssósa
- Miðey carpaccio
- Gæsa- og kjúklingalífrarmús
- Sveitapaté Grillmarkaðsins
- Kryddpylsa Grillmarkaðsins
- Zenato Olivo olía
- Zenato Balsamico
- Lavasalt
- Dumle súkkulaði tart
- Zenato Alanera rauðvín
- Zenato Ripassa rauðvín



LÉTTVÍN  
FYLGR  
FRÍTT MEÐ

GJAFABRÉF Á ALLT  
AÐ 30% AFSLÆTTI  
MEÐ PÖKKUM



# Þjónusta fyrir veislur af öllum stærðum

Nomy veisluþjónusta býður upp á jólahlaðborð fyrir veislur af öllum stærðum og gerðum. Hægt er að velja á milli hefðbundins jólahlaðborðs fyrir stóra hópa og einfaldara hlaðborðs fyrir minni hópa sem kemur tilbúið á staðinn.

„Stærri hlaðborðin eru miðuð við 80 manns að lágmarki. Þá mætum við á staðinn og fylgjum hlaðborðinu alveg eftir. Við komum með leirtau og jafnvel þjóna sé þess óskað,“ útskýrir Jóhannes Steinn Jóhannesson, yfirkokkur hjá Nomy.

„Í fyrra byrjuðum við svo með mjög vinsælt tilbúið jólahlaðborð. Það er hugsað fyrir frá 10 manns. Við afgreidum það tilbúið frá okkur í einnota umhverfisvænum umbúðum. Jólahlaðborðið er afhent þannig að fólk geti sett það beint á borðið eða hent því í smástund í ofninn ef hlaðborðið hefst eitthvað aðeins seinna en það er afhent.“

Tilbúnu hlaðborðin voru mjög vinsæl í fyrra hjá vinahópum, fjölskyldum og minni fyrirtækjum að sögn Jóhannesar.

„Það voru auðvitað engin hefðbundin jólahlaðborð í fyrra. En við veðjum á að þessi tilbúnu hlaðborð verði vinsæl áfram í ár, það eru margir ekki tilbúnir að fara á stór hlaðborð ennþá,“ segir hann.

Á tilbúna hlaðborðinu er meðal annars boðið upp á hreindýrapaté, tvíreykt hangikjöt, síld, reykt önd, reyktan silung, grafna gæs og grafinn lax. Í aðalrétt er kalkúnn og purusteik með tilheyrandi meðlæti og að lokum eftirréttur.

„Þetta er hugsað þannig að það sé einfalt fyrir gestgjafann að hafa til. Að hann þurfi ekki að vera í tvo tíma að taka upp hlaðborðið og setja á diska. Þetta á að vera lítil fyrirhöfn,“ segir Jóhannes.

„Þegar hefðbundið hlaðborð er pantað fyrir stórar veislur, þá erum við fyrst með forréttahlaðboð, í framhaldi af því koma nokkrir aðalréttir ásamt meðlæti og að lokum nokkrir eftirréttir. Við erum að sjálfsgöðu á staðnum og skerum kjötið og sjáum um allt. Þetta er bara venjulegt jólahlaðborð eins og fólk þekkir. Við höfum lagt áherslu á að vera með örlítið færri en vandaða rétti. Við gerum allt sjálfir, gröfum lax og gæs, reykjum önd og bleikju og búum til paté. Áherslan er á að búa allt til frá grunni frekar en að bjóða upp á 100 tegundir.“

## Jólasmaréttir vinsælir

Kokkarnir hjá Nomy veisluþjónustu bjóða líka upp á jólasmarétti sem hafa verið mjög vinsælir.

„Við erum með tvenns konar jólasmaréttapakka. Annar er alveg full máltíð og hinn er örlítið minni og hentar fyrir léttari hittingu. Þetta er kalt borð svo það þarf ekkert að hita. Við setjum réttina bara upp á borðið, þeir eru tilbúnir á diskum og bökkum og við þjónustum við matinn frá a-ö,“ segir Jóhannes.

„Jólasmaréttirnir eru mjög vinsælir og eru svolítið að taka yfir þessi hefðbundnu hlaðborð. Lágmarkspöntun fyrir jólasmarétti er fyrir 10 manns en við veitum þjónustu við allt frá litlum veislum upp í risastórar.“

Auk jólahlaðborða býður Nomy veisluþjónusta upp á nokkrar tegundir af gjafakörfum. Gjafakörfurnar hafa verið vinsælir, bæði sem starfsmanngjafir og almennar gjafir.

„Þetta eru tilbúnar körfur sem fólk getur pantað hjá okkur. Í jólakörfunni er kjöt, grafna gæs, paté og þess háttar en svo erum við líka



Kokkarnir hjá Nomy hafa áralanga reynslu í bransanum.

MYNDIR/ÁSENDAR



Boðið er upp á tvenns konar jólahlaðborð fyrir stóra og smærri hópa.



Jólasmaréttirnir hafa verið mjög vinsælir.

með gjafakörfur með blönduðu úrvali. Það er hægt að skoða hvað við bjóðum upp á, á nomy.is,“ segir Jóhannes.

## Bókanir þegar hafnar

Jólahlaðborðin hjá Nomy byrja 19. nóvember og bókanir eru nú þegar hafnar.

„Það er hægt að bóka okkur bæði um helgar og virka daga. Tilbúna hlaðborðið var vinsælt á virkum dögum í fyrra, hvort sem það var í hádeginu eða eftir vinnu. En það er yfirleitt venjan að hafa þessi hefðbundnu jólahlaðborð um helgar, á föstudögum eða laugardögum,“ segir Jóhannes.

Eigendur Nomy veisluþjónustu eru þrír kokkar með mikla reynslu. Þeir eru, auk Jóhannesar, Bjarni Siguróli Jakobsson og Fannar Vernharðsson.

„Við höfum allir verið lengi í bransanum og unnið á helstu veitingahúsum bæjarins undanfarin 15-20 ár. Auk þess höfum við allir starfað mikið með kokkalandslíðinu,“ segir Jóhannes.

Þeir stofnuðu Nomy í júlí 2019 og hafa síðan þá boðið upp á alhliða veisluþjónustu og taka að sér allar gerðir viðburða. Auk jólahlaðborða taka þeir að sér árshátíðir, brúkaup, afmæli, útskriftir, fyrirtækjapartí og ferðaþjónustupakka úti í náttúrunni svo eitthvað sé nefnt. ■

Allar nánari upplýsingar má finna á vefsíðunni nomy.is eða með því að hringja í síma 777 1017.



## Tilbúið jólahlaðborð - beint á borðið!

### Forréttir

- Rúgbrauð - Nýbakað súrdeigsbrauð - Smjör
- Fennel- og dillgrafinn lax með hunangssinnepssósu
- Léttreykt bleikja á kartöfluvöflu með avókadókremi, granateplum og sóselju
- Jólásild og karrísild
- Reykt önd með kirsuberjachutney
- Grafinn gæs með piparrótarsósu
- Tvíreykt hangikjöt
- Hreindýrapaté

### Aðalréttur

- Ekta purusteik
- Hægelduð kalkúnabringa marineruð í sitrónublóðbergi og salvíu
- Stöfing með steiktum sveppum, beikoni, döðlum, eplum og heslihnetum
- Sætkartöflusalat með ristuum pecanhnetum og kryddjurtum
- Rauðkál ársins
- Nomy eplasalat
- Kremuð koniaks- og villisveppasósa

### Eftirréttur

- Tanariva mjólkursúkkulaðiganache á hnetupralín-súkkulaðibotni með passioncurd og hindberjum

## Jólasmaréttir NOMY 2021

- Tvíreykt hangikjöt á ekta flatkókum, eggjæræra með rjómastí, karsí og osturinn Feykir
- Glóðaður grafna með miso BBQ, svartrót og kryddjurtum
- Síld á kartöfluvöflu með eggjakremi, sýrdum lauk, kapers, eplum og sóselju
- Léttelduð íslensk hörpuskel í seljurótartaco með miso-eplasalati, valhnetum og karsa
- Smjörsteikt eggjæbrauð
- „French toast“, truffluhrásalat, parmaskinka, parmesanostur
- Djúsi andalæraconfit með beikoni, döðlum og appelsínuzest
- Reykt andabringa með maraschino kirsuberi, kryddbrauði og kryddjurtum
- Kálfa-ribeye á spjóti með kóngasveppakremi og

- stökkum kartöflum
- „Pulled Turkey Burger“-Gljáðir kalkúnaleggir í sesambrauði „steamed bun“ með trönu-berjarauðlaukssultu og sesamaioli
- Kryddbrauðsjólakaka „Sticky Toffee“ með appelsínucurd og mascarpone mús
- Hvítsúkkulaðitruffla með kaffi-lakkrisganache, hindberjum og lakkris

## Jólahlaðborð

### Forréttir

- Kókoskremuð kóngasveppasúpa (vg)
- Laufabrauð - Nýbakað súrdeigsbrauð - Smjör
- Kjötsturðari: Tvíreykt hangikjöt - Parmaskinka - Grafinn gæs - Reykt andabringa - Hreindýrapaté
- Fennel- og dillgrafinn lax með hunangssinnepssósu
- Léttreykt bleikja á kartöfluvöflu með avókadókremi, granateplum og sóselju
- Rækjukokteill með chili, sitróni og bitlasósu
- Gæsaliðrafrauð með rífsberjageli
- Jólásild - Karrísild - Rúgbrauð

### Aðalréttir

- Heilsteiktar nautalundir í trufflumarineringu
- Ekta purusteik
- Gljáðir kalkúnaleggir
- Hamborgarahryggur með sætum sinnepsgljáa
- „Wellington“-hnetusteik (vegan)
- Rauðkál ársins
- Ofnbakaðar kartöflur með rósmarín og hvítlauk
- Nomy eplasalat
- Sætkartöflusalat með ristuum pecanhnetum og kryddjurtum
- Seljurótartaco með trufflusinnepi
- Portvinssoðgljái
- Kremuð koniaks- og villisveppasósa

### Eftirréttir

- Ris a la mande með kirsuberjasósu og karamellu
- Sérfrómas mömmu hans Jóa
- Tanariva mjólkursúkkulaðiganache með brownie, saltkaramellu og hindberi
- Jólasmakökur og konfekt



# Jólahlaðborðsleikir

Vinnustaðir hafa náð að spara töluvert í starfsmanna-viðburðum vegna faraldurs og samkomutakmarkana. Á mörgum stöðum er orðið ansi þarft að skrúfa aðeins upp í gleðinni, finna starfsandann leika um sig og tengjast vinnufélögunum aftur vinaböndum.

johannamaria@frettabladid.is

Jólahlaðborð eru tilvalin til þess að hrísta upp í mannskapnum í vinnunni og hafa líklega aldrei verið jafn mikilvæg og einmitt nú. Hvað er enda betra til að auka samkennd og vináttu en góður matur, einn grár eða tveir og asnalegir leikir? Það er alltaf góð hugmynd að ráða veislustjóra fyrir kvöldið, hvort sem hann er aðkeyptur eða einhverjir sniðugir starfsmenn innan fyrirtækisins. Því þó svo matur og vín sé alltaf vel þegið þá er ekki síður mikilvægt að hafa smá gaman og kitla hláturtaugararnar aðeins saman.

## Laumugjallarinn

Þessi leikur er þannig hannaður að hann fær að ganga yfir allt kvöldið og er hann tilvalinn til þess að brjóta ísinn. Leikurinn gengur hvort sem um er að ræða minni eða stærri hópa og hvort sem allir sitja við sama borð eða setið er við mörg borð. Leikurinn gengur út á það að gefa nokkrum í hópnum ákveðið hlutverk, sem þeir nýta



Góður matur og drykkur eru með áhrifaríkustu leiðum til að bæta andann á vinnustaðnum.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

sér nokkrum sinnum yfir kvöldið. Hlutverkin geta verið margs konar og er um að gera að leyfa hugmyndafluginu að ráða. Hér eru nokkur dæmi:

Einar frændi minn: Viðkomandi reynir ávallt að toppa sögur borðfélaga sinna. Ef einhver segir til dæmis frá því hvað hann gerði um síðustu helgi, þá þarf viðkomandi að segja sögu af Einari frænda sínum (sem er auðvitað ekki til) og

hvernig hann átti miklu skemmtilegri helgi.

Hver er staða ljóðsins? Einhver fær það hlutverk að spyrja á viðeigandi og óviðeigandi stundum hver sé staða þessa eða hins. Ef verið er að ræða pólitík, þá gæti viðkomandi til dæmis spurt hver sé staða menntaskólanna í íslensku samfélagi. Eða ef rætt er um bókmenntir gæti viðkomandi spurt hver sé staða ljóðsins.

Ungfrú Ísland punktur is: Þessi fær það hlutverk að koma með athugasemdir reglulega inn í samtöl með því að segja eitthvert ákveðið hugtak eða orð og enda á „punktur is“. Ef menn eru að ræða verð á bjór á Íslandi, þá gæti viðkomandi til dæmis sagt „okur punktur is“.

Sjálfusmiðurinn er sá sem tekur í sífelli sjálfur með vinnufélögunum. Til að gera meira úr þessu

atriði er um að gera að senda ljósmyndirnar til veislustjórans og svo sýnir hann myndirnar eftir að leyndinni hefur verið aflétt. Einnig má birta þær á Facebook-síðu vinnustaðarins.

Meðan á viðburðinum stendur er svo ljóstrað upp að ákveðnir aðilar hafi fengið sérstakt hlutverk til þess að leika þetta kvöld og gestir eru hvattir til þess að giska á hverjir fengu hlutverk og hvers eðlis það hafi verið.

## Verðlaun fyrir góða eiginleika

Ef veislustjórinn er í höndum starfsfólks fyrirtækisins er tilvalið að nýta sér þekkingu þeirra á vinnufélögum sínum. Þá velja veislustjórar eða -stjórnendur tvo til þrjá einstaklinga sem búa yfir litlum en eftirtektarverðum eiginleikum sem gera samstarfið skemmtilegt eða gott á einhvern hátt. Hér eru það litlu hlutirnir sem skipta mestu máli. Eitthvað sem fólk tekur eftir en talar ekki endilega um. Kannski er Siggí í móttökunni alltaf að spila góða tónlist í vinnunni og þá er um að gera að verðlauna hann fyrir góðan tónlistarsmekk. Helga mannauðsstjóri er kannski ótrúlega snögg og sniðug í tilsvörum og þá má endilega verðlauna hana fyrir hnyttni. Þá er Máni í upphringiverinu alltaf í fallegum sokkum og er tilvalið að verðlauna hann fyrir einstakt tiskuvit. Sá sem gerir besta kaffið á líka þakkir skildar sem og sá sem kemur alltaf með girnilegasta nestið. ■

## Jólahlaðborð

Lifandi tónlist  
öll kvöld!

**B L I K**  
BISTRO • GRILL

Nánari upplýsingar á  
[blikbistro.is/jol](http://blikbistro.is/jol)



Skráning á  
[www.blikbistro.is/jol](http://www.blikbistro.is/jol),  
[blikbistro@blikbistro.is](mailto:blikbistro@blikbistro.is)  
eða í síma 566 8480

Gréta Salóme ásamt  
hljómsveit á völdum  
dagsetningum.





# Sannkölluð jólaveisla fyrir bragðlaukana

Fiskmarkaðurinn og Grillmarkaðurinn bjóða upp á glæsileg jólahlaðborð fyrir jólin þar sem bæði er lögð áhersla á klassíska rétti og spennandi og bragðgóðar nýjungar.

Fiskmarkaðurinn lagði lengi vel áherslu á klassíska jólarétti sem voru útfærðir með þeirra stíl. Svo kom að þeim tímapunkti þar sem eigendur staðarins vildu breyta til og fóru þá að tengja villibráð við jólahlaðborðið enda gott framboð af henni kringum adventuna, segir Hrefna Sætran, eigandi Fiskmarkaðarins og Grillmarkaðarins.

„Þannig verður matseðillinn léttari í maga strax út af hráefninu og við höfum meiri sérstöðu. Við erum með jólavillibráðarmatseðil bæði í hádeginu og á kvöldin. Seðillinn í hádeginu samanstendur af þremur forréttum sem koma á borðið til að deila og svo kemur aðalréttur og eftirréttur fyrir hvern og einn. Á kvöldin bætum við svo við réttum og allur seðillinn er til að deila sem er mjög skemmtileg upplifun. Svona eins konar jólahlaðborð á borðið og þú þarft aldrei að standa upp og vera í röð. Það má því segja að það sé villibráðin og smakkseðillinn sem sé okkar helsta sérstaða. Enda er frábær upplifun að smakka marga ólíka rétti sem þú myndir kannski ekki panta sem heilan rétt.“

## Engin umbylting

Meðal rétta sem boðið verður upp á er villibráðarpaté, grafinn villtur lax, sushi með hreindýrakjöti, villt önd og krónhjörtur svo nokkur dæmi séu nefnd. „Meðlætið er meira í okkar stíl en þar má nefna rauðkál sem við kryddum með kanil og bætum apríkósum út í.“ Í lokin koma blandaðir eftirréttir í jólastíl. „Við gerum til dæmis okkar útgáfu af rauðri flauelsköku sem er krydduð með jólakryddum og bráðnar alveg í munnum.“

Eftir að hafa boðið upp á jólahlaðborð með góðum árangri í fjórtán ár er Fiskmarkaðurinn ekki að umbylta matseðlinum milli ára, segir Hrefna. „Við reynum alltaf að bæta okkur frá síðasta ári og bjóðum alltaf upp á einhverjar nýjungar þótt byggt sé að mestu á þeim gróða grunninum sem við höfum boðið upp á hingað til. Gestir okkar eru svakalega ánægðir með matseðilinn og því viljum við að fólk geti gengið að því vísu að fá geggjádan mat hjá okkur á jölunum.“

Jólavillibráðarmatseðillinn er í boði frá 11. nóvember til og með 23. desember.

## Hlaðborðið borið til gesta

Starfsfólki Grillmarkaðarins hefur alltaf þótt skemmtilegra að bera hlaðborðið á borðið fyrir gestina til að deila. Þannig myndast sama jólastemningin án þess að gestir þurfi að standa upp eða fara í röð segir Guðlaugur P. Frimannsson, meðeigandi og yfirmatreiðslumaður á Grillmarkaðinum.

„Réttirnir eru í léttari kantinum en hefðbundinn jólamatur þó að ræturnar liggi beint þangað. Í desember höfum við alltaf verið með opið í hádeginu og boðið upp á jólahlaðborð sem og aðra vinsæla jólarétti eins og til dæmis Jólamborgarann úr hreindýri og gamli góði Grillmarkaðsborgarinn mætir aftur.“

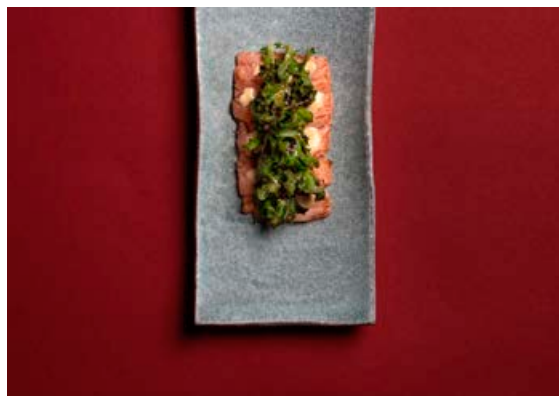
## Alltaf einhverjar nýjungar

Það er sannarlega enginn skortur á girnilegum réttum fyrir þessi jólin. „Til þess að byrja með erum við með forréttaturn sem inniheldur léttreykta fjallableikju með kryddbrauði, kjúklinga- og gæsalifrar-mús með rifsberjum og rækjur í



Hrefna Sætran, eigandi Fiskmarkaðarins og Grillmarkaðarins, og Guðlaugur P. Frimannsson, meðeigandi og yfirmatreiðslumaður á Grillmarkaðinum.

Grillmarkaðurinn býður m.a. upp á vinsæla forréttaplatta til að deila og hinn sivalsæla hreindýrahamborgara.



Fiskmarkaðurinn býður m.a. upp á léttgrafinn villtan lax, krónhjört og opnar dásamlegar makirúllur.

jólabjórdeigi með chili majónesi. Hann er bæði í boði á kvöldin og í hádeginu, en „hlaðborðið“ er fjölbreyttara og með fleiri réttum á kvöldin. Í hádeginu er síðan Andabringa „mandarin“ í aðalrétt, en það er hin klassíska appelsínu-önd sem við erum búin að setja í nýjan búning. Á kvöldin bjóðum við upp á stærra „hlaðborð“ og þá má nefna að í aðalrétt bætast við léttsaltaður þorskhnakki með humarsalati og eplum, Nauta Rib-Eye Tataki með grilluðum perum og trufflu miso dressingu, sem og appelsínu-öndin.“

Guðlaugur segir Grillmarkaðinn hafa einsett sér það markmið að bjóða alltaf upp á einhverjar nýjungar á jólahlaðborðinu. „Stundum eru það betrubættir eldri réttir eða glænýir réttir sem við höfum aldrei verið með áður. Þar ber hæst önd „mandarin“, kjúklinga- og gæsalifrar-músín og Ribeye tatakí sem verður í sínum finasta jólabúningi. Þessi jól verða því engin undantekning.“

Jólaseðillinn byrjar 17. nóvember og er í boði til og með 23. desember. Hádegisopnun byrjar 1. desember og stendur til og með 23. desember. ■



# Fögur umgjörð jóla við hvern disk

Það er indælt, spennandi og hátíðlegt að setjast niður í góðra vina hópi við fagurskreytt borðhald og eykur enn á eftirvæntinguna fyrir því sem koma skal í mat, drykk og samveru. Því er ekki sama hvernig lagt er á borð og fyrir öllu að leggja sömu natni við uppstillingu borðbúnaðarins og matarins og vist að gestirnir gleðjast yfir smáatriðum þar sem nostrað hefur verið við hvern disk og umgjörð hans. Sterkir litir setja líflegan blæ á jólahlaðborðið en líka jarðbundin litadýrd náttúrunnar í bland við glamúr, glans og glitur.

Hér gefast hugmyndir að fallegum borðskreytingum sem mætt geta augum og andríki gestanna þegar sú stund rennur loksins upp að geta sest að krásum jólahlað-

» **Leiðin að hjarta mannsins er í gegnum magann, en það gleður líka mannsins anda að geta notið augnakonfekts með jólakrásunum.**

borðanna með vinum, fjölskyldu eða vinnufélögum. Þá gildir einu hvort boðið er til jólahlaðborðs heima í stofu eða á veitingahúsi; hvarvetna ber umgjörðin fagurt vitni um virðingu gestgjafans fyrir gestum sínum og loforð um enn glaðari stundir þar sem matur er leiðin að mannsins hjarta. ■



Greni og könglar setja ávallt fallegan brag á jólalegt veisluborðið, og lekker þessi jólalegi sveitasjarmi.



Hér ríkir svokallaður vintage-still í borðhaldinu, með glaðlegum litum í sérvettum, útskornum kristalsglösum og gamaldags skrauti. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Náttúrlitir eiga alltaf við á veisluborðum jólaanna og smart að leggja hnifapör á grófan striga, skreytt slaufum, perlum, greni, könglum og mistilteini.



Gullfalleg uppstilling á jólalegum disk matargestsins eru handmálaðar piparkökur, töff snæri og servíettuhringur.



Óvænt ástarkveðja á merkimiða og lítið jólaskraut að gjöf kemur á óvart utan um gamaldags antikhnifapör.



Það er sætur siður að gefa gestunum svolitinn glaðning við veisluborðið, eins og gamlan sleða á jólareð heima.

## JÓLABLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Stóra jólablað Fréttablaðsins kemur út föstudaginn 19. nóvember.

Tryggðu þér auglýsingapláss í mest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veita:

Sölu- og markaðsfulltrúar Fréttablaðsins.  
Sími: 550-5077 / serblod@frettabladid.is



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ





Jólahlaðborð Bryggjunnar verður haldið í hinum glæsilega Netagerðarsal, sem tekur allt að 230 manns í sæti. MYND/ÁÐSEND

# Hefðbundið hlaðborð í einstöku umhverfi

Á jólahlaðborði Bryggjunnar verður boðið upp á hefðbundinn íslenskan veislu-mat og lifandi tónlist frá þekktum tónlistarmönnum. Staðurinn er á skemmtilegum stað á bakkanum við höfnina í Grindavík og býður upp á einstakt umhverfi og stemningu.

Veitingastaðurinn Bryggjan er staðsettur í liflegu, skemmtilegu og einstöku umhverfi á bryggjunni við höfnina í Grindavík. Bryggjan, sem hefur mest verið að sinna erlendum ferðamönnum, hefur nú verið að bæta við framboðið af réttum og heldur nú líka jólahlaðborð.

„Fyrir tveimur árum opnuðum við hinn glæsilega Netagerðarsal á efri hæðinni sem tekur allt að 230 manns og þar höldum við veislur, fyrirtækjavíðburði og jólahlaðborð,“ segir Dagur Kristoffersen, yfirkokkur og rekstrarstjóri Bryggjunnar. „Núna erum við byrjuð að taka niður pantanir fyrir jólahlaðborðin í ár, en þau fara fram 3., 4., 10. og 11. desember. Þar mun ég, ásamt meistarakokkinum Hajie Flores og fleirum, galdra fram kræsingar. Svo mun hinn eini sanni Maggi Kjartans ásamt Stefaniu Svavars og Axel O vera með lifandi tónlist fyrir gestina. Þetta verða bæði jólalög undir borðhaldinu og svo dúndrandi stuð eftir matinn.“

Bryggjan er staðsett í byggingu sem var byggð árið 1980 til að hýsa netagerðarfyrirtæki, en árið 2009 var hluta byggingarinnar breytt í kaffihús sem hefur heillað bæjarbúa og ferðalanga í Grindavík síðan,“ segir Dagur. „Nýir eigendur opnuðu svo Netagerðarsalinn sem er nýr veitingasalur samarið

2019 og nú ætlum við leggja meiri áherslu á ýmiss konar veislur.“

## Huggulegt og hefðbundið

„Bryggjan hefur til þessa aðallega höfðað til erlendra ferðamanna. Við seljum aðallega kökur, súpur og hefðbundinn íslenskan mat á tiltölulega lágu verði, en humarsúpan okkar er vinsælasti rétturinn. Við höfum samt hægt og rólega verið að auka við framboðið og munum bæta við „Fish & Chips“ núna á næstunni,“ segir Dagur. „Á jólahlaðborðinu ætlum við svo bara að hafa þetta mjög hefðbundið, við verðum með graflax, reyktan lax, paté, skinku, hangikjöt, síld, kalkúnasteik, purusteik, andabringur, lambainnanlæri og alls konar meðlæti.“

Þetta verður bara mjög huggulegt og hefðbundið hjá okkur, góður matur, góð tónlist og góð stemning á skemmtilegum stað,“ segir Dagur. „Við hvetjum Grindvíkinga sem og alla aðra til að koma og taka þátt í hátíðarhöldunum með okkur, en það þarf að panta fyrir fram.“

Það eru allir velkomnir, hvort sem það eru einstaklingar, pör eða stærri hópar, en við veitum afslátt fyrir stærri hópa,“ segir Dagur. „Við tökum vel á móti öllum gestum og getum boðið upp á alls kyns lausnir fyrir alla mannfagnaði. Við hvetjum einstaklinga og fyrirtæki sem eru að skipuleggja mannfagnaði og víðburði með góðum mat og góðri stemningu til að hafa samband eða koma í heimsókn.“ ■

Hafið samband við Bryggjuna í síma 426-7100 eða sendið tölvu-póst á [info@bryggjan.com](mailto:info@bryggjan.com) til þess að tryggja ykkur borð á jólahlaðborðinu.



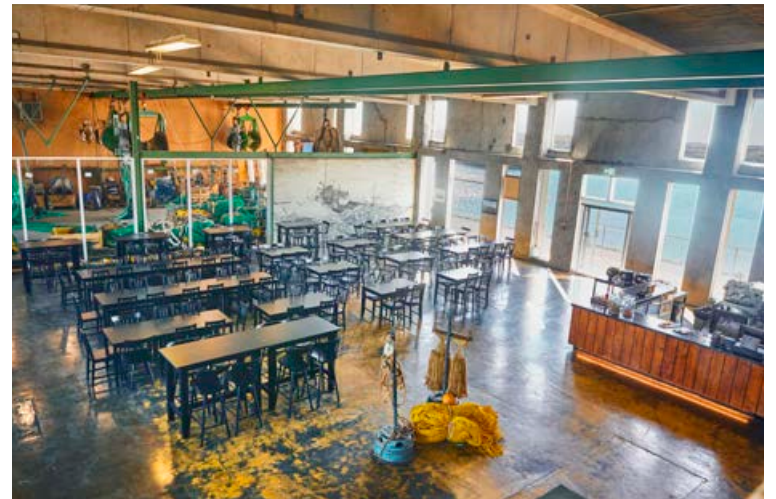
Dagur Kristoffersen, yfirkokkur á Bryggjunni, segir að staðurinn vilji leggja meiri áherslu á ýmiss konar veislur en áður og að það verði mikið lagt í jólahlaðborðið. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Hinn eini sanni Maggi Kjartans ásamt Stefaniu Svavars og Axel O leikur lifandi tónlist fyrir gestina. MYND/ÁÐSEND



Jólahlaðborð Bryggjunnar verður hefðbundið og áherslan verður á huggulegheit, góðan mat og góða stemningu. MYND/ÁÐSEND



Bryggjan er staðsett í byggingu sem var byggð árið 1980 til að hýsa netagerðarfyrirtæki, en árið 2009 var hluta byggingarinnar breytt í kaffihús. MYND/ÁÐSEND



Jólahlaðborð Bryggjunnar verða haldin 3., 4., 10. og 11. desember næstkomandi. Allir eru velkomnir og stærri hópar fá afslátt. Til að vera með þarf að panta fyrir fram í síma 426-7100 eða með pósti á [info@bryggjan.com](mailto:info@bryggjan.com). MYND/ÁÐSEND



Jólahátíðin er sannkölluð vertíð fyrir tónlistarfólk sem er bókað á hinar ýmsu skemmtanir í aðdraganda jólnanna.

sandragudrun@frettabladid.is

Söngkonan Guðrún Árný Karlsdóttir hefur í nógu að snúast en hún syngur á jólahlaðborði, heldur tónleika og setur upp helgileik í skólanum sínum í ár.

Guðrún Árný hefur sungið á hinum ýmsu jólahlaðborðum undanfarin tíu ár en núna í ár verður hún á Hilton hóteli á Suðurlandsbraut.

„Hlaðborðið byrjar um miðjan nóvember og er allar helgar fram að jólum. Eftir hlaðborðin fer ég svo yfirleitt beint í fyrirtækjapartí.“ segir hún og hlær spurð að því hvort jólin séu ekki mikil törn fyrir hana.

„Jú, nema lífið er búið að vera svo mikil törn síðan í sumar svo ég veit ekki hvernig þetta verður í desember. Það er svo mikið að lifna í samfélaginu og fólk er orðið þyrst í sing along-stuð, sem er svolítið orðið mitt séreinkenni.“

Guðrún Árný segir að það sé ólíkt að syngja á jólahlaðborðum og tónleikum eða í partíum. Fólk kemur jú sérstaklega á jólahlaðborð til að borða.

„Ég hef stílað inn á að hafa tónlistina passlega lága. Mig langar að þetta sé þannig að ef helmingurinn af borðinu þínu fer á barinn og þér leiðist í smástund, þá getirðu gjóað augunum á tónlistina, hlustað og gleymt þér. Svo þegar fólk kemur aftur þá geturðu talað og þá hættirðu að heyra í tónlistinni. Tónlistin eiginlega grípur augnablikið á milli samtala.“ segir hún.

Hún segist hafa þetta svona því þetta er það sem hún myndi vilja væri hún gestur á jólahlaðborði.

„Ég held ég hafi bara farið einu sinni á jólahlaðborð. Ég vil að jólahlaðborð sé notalegt. Það á að vera samverustund þeirra sem fara á það en tónlistin á bara að fegra rýmið. Ég hef oft fengið hrós fyrir að hafa ekki sungið hátt og fyrst fólk tekur það fram, þá veit ég að þetta skiptir máli.“



Guðrún Árný hefur sungið á ýmsum jólahlaðborðum undanfarin áratug.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ERNIR

## Tónlistin á bara að fegra rýmið

### Rómantísk jólalög

Guðrún Árný segist ekki vera með neina sérstaka dagskrá undirbúna fyrir jólahlaðborðin heldur spili hún bara það sem hana langar til að syngja.

„Ég kann svo margt og þegar lagið er alveg að klárast þá kiki ég bara á lagalistann og sé hvað mig langar að fara í næst, ég tengi svo lögin saman, það er aldrei nein pása. Ég er með alveg 150 lög í jólamöppunni minni, en ég kemst ekki yfir þau öll. En þetta er allt eitt-hvað sem ég hef sungið. Þarna eru líka lögin sem maður syngur þegar maður dansar í kringum jólatréð ég er bara með mínar útgáfur af þeim, bara hugljúft pianóspil og sumt sungið. Ég vil bara að þessum stef og frasar klingi um loftið og

Ég hef stílað inn á að hafa tónlistina passlega lága. Mig langar að þetta sé þannig að ef helmingurinn af borðinu þínu fer á barinn þá getirðu gjóað augunum á tónlistina, hlustað og gleymt þér.

Guðrún Árný Karlsdóttir

fólk hugsar: Oh, þetta lag! En ég er ekkert að syngja: Pabbi segir, pabbi segir, hástöfum.“ segir hún hlajandi.

„Þetta eru bara fallegar rómantískar útgáfur. Ég er alltaf bara ein og spila undir hjá sjálfri mér. Í nóvember tek ég líka íslensk dægurlög með í bland og svo smokra ég jóluunum rólega inn. Ég er að byrja 13. nóvember svo þá er fólk kannski ekki komið í svo mikið jólaskap.“

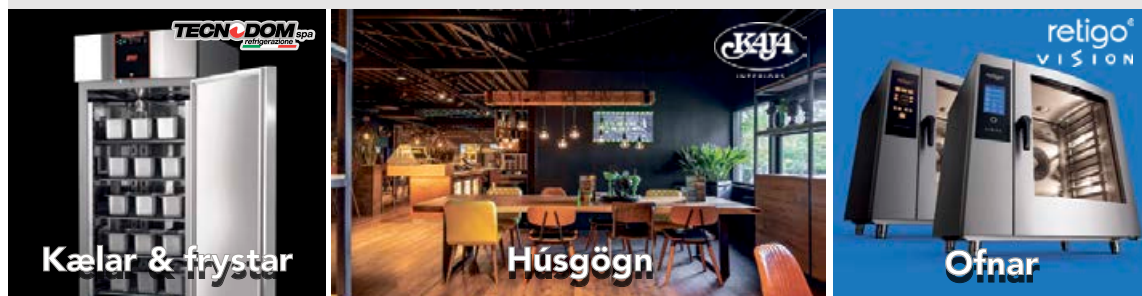
### Glöð og þakklát

Guðrún Árný segist vera upp-bókuð fram að jólum og vera í raun ekkert laus nema í hádeginu virka daga fram í janúar. Hún reynir þess vegna að nýta tímann sem hún á aflögu til að vera með börnunum sínum.

„Þetta er svolítið þúsl. En ég er svo glöð og þakklát, þetta er svo mikið lúxusvandamál. Ég er eiginlega gáttuð á því hvað það er bjart fram undan miðað við það sem á undan er gengið.“ segir hún.

„Ég er með mína eigin jólatónleika 11. og 12. desember í Víðistaðakirkju. Svo er ég að syngja í samkvæmum, stórafmælum og hjá fyrirtækjum. Það eru oft hádegis-uppbrot í fyrirtækjum og þau fá söngvara í hádeginu og bjóða upp á kakó og rjóma fyrir starfsfólkið. En stærsta verkefnið hjá mér er yfirleitt helgileikurinn í Hvaleyrarskóla þar sem ég er tónmenntakennari. Við byrjum að æfa hann í nóvember. Þegar helgileikurinn er búinn í skólanum, þá finnst mér ég loksins vera komin í jólafrí.“

## Allt fyrir veitingahús- atvinnueldhús og kaffihús



Kælar & frýstar

Húsgögn

Ofnar

MINNUM Á 20% AFSLÁTT Á ÖLLUM VÖRUM Í NETVERSLUN



Uppvottavélar

Stál vinnuborð

Kæliborð

Handvagnar

Gastro

Stólar

**VERSLUNARTÆKNI**  
www.verslun.is

**geiri**  
www.geirihf.is

**STÓRELDHÚS**  
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPPINGS

**www.verslun.is**

Sýningareldhús - Draghálsi 4 - 110 Reykjavík - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is

## Allra einfaldasti eftirrétturinn

Ef þú færð matargesti án mikils fyrirvara er alltaf hægt að bjarga sér. Þessi skemmtilegi eftirréttur getur bjargað deginum auk þess sem gestirnir verða örugglega himinlifandi.

Þessi kaka er nefnilega skreytt með poppkorni.

**1 lítri vanillús (keyptur tilbúinn)**  
**100 g poppkorn**  
**100 g fallett sælgæti í litum**  
**10 piparkökur**  
**2 msk. kókuskreyting**

Setjið ísboxið nokkrar sekúndur undir heitt vatn og hvolfið á disk. Stráid poppkorni yfir ísinn og skreytið með piparkökum og sælgæti. Dreifið kókuskrauti yfir og út á borðið fyrir utan diskinn.

Til að gleðja gestina enn frekar má gjarnan búa til heita karamellu- eða súkkulaðisósu og bera fram með ískökunni. Einfalt, gott en ekki síst fallett. Vitaskuld má líka nota hindber, jarðarber eða bláber eftir smekk.

**Súkkulaðisósa**  
**0,5 dl rjómi**  
**100 g grófhakkað dökkt súkkulaði**

Hitið rjómann og setjið súkkulaðið saman við. Hræið í blöndunni



Það má alveg hafa ísinn svona einfaldan, einungis með berjum. Við viljum hins vegar skreyta hann meira.

eftir 2-3 mínútur þar til allt hefur bráðnað.

**Karamellusósa**  
**80 g sykurl**  
**65 g rjómi**  
**75 g kalt smjör**  
**3 g sjávarsalt**

Bræðið sykurl á pönnu við meðalhita. Gætið að því að hann brenni ekki. Hitið rjóma í potti og hellið honum síðan saman við sykurlinn hægt og rólega. Hræið stöðugt á meðan allt blandast og gætið að því að brenna ykkur ekki.

Kælið blönduna aðeins en síðan er smjórið sett smátt og smátt á meðan hrært er. Hræið saltinu saman við þegar blandan hefur kólnað. ■



HAUST  
RESTAURANT

GLÆSILEGA AMERÍSKA JÓLAHLAÐBORÐIÐ SNÝR AFTUR.



**BIG AMERICAN**



# Christmas buffet

Jól alla daga með fjölskyldu og vinum á veitingastaðnum Haust.

Graskerssúpa, sætkartöflukrem, kleinuhringjabar, reykt andabringa, jólahús fyrir börnin, heilsteiktur kalkúnn, innbökuð hnetusteik, nautalund Wellington og margt fleira.



Verð:

**11.900 kr.\***

fimmtudags- til laugardagskvöld

**9.400 kr.\***

sunnudags- til miðvikudagskvöld

\*Frítt fyrir 5 ára og yngri og hálf t verð fyrir 6-12 ára

Bókaðu borð á [haust@haustrestaurant.is](mailto:haust@haustrestaurant.is)  
eða í síma 531 9020  
Sjá nánar á [haustrestaurant.is/jol](http://haustrestaurant.is/jol)



**Jólabrunch**

frá og með 20. nóvember  
um helgar 5.400 kr.\*

Hádegisverðarhlaðborð  
með jólaívafi  
alla virka daga 4.400 kr.\*

Glæsilegt  
Jólahlaðborð

Öll kvöld frá  
18. nóvember  
til og með  
1. janúar





Jólahlaðborðahefðin á Íslandi byrjaði árið 1980. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Fjörutíu ára saga jólahlaðborða

Tveir menn hafa eignað sér heiðurinn af því að hafa fundið upp íslenska jólahlaðborðið, en þeir eru sammála um að jólahlaðborð hafi fyrst verið haldin hér á landi fyrir jóln 1980.

Í grein í Morgunblaðinu frá 2009 segir veitingamaðurinn Bjarni Árnason frá því hvernig hann varð frumkvöðull að þessu. Hann segir að síðustu mánuðir ársins hafi verið dauður tími í veitingarekstri og því hafi sífellt þurft að finna upp á einhverju nýju til að laða að gesti. Í Brauðbæ var fiskihlaðborð á fimmtudögum og föstudögum og á aðventunni var ýmsum jólalegum réttum bætt við. Þannig þróaðist fiskihlaðborðið yfir í hefðbundið danskt jólahlaðborð, en það var bara haldið í hádeginu.

Í desember 1984 skipti Brauðbær svo um nafn og varð Óðinsvé og auglýsti danskt jólahlaðborð, sem hafði þá stækkað. Bjarni segir að það hafi síðan verið árið 1987 sem jólahlaðborð urðu almennari og íslenskari og færðust yfir á kvöldin.

Wilhelm W.G. Wessman birti hins vegar pistil árið 2013 þar sem hann mótmælir þessu og segir að fyrsta jólahlaðborðið hafi verið haldið á veitingastaðnum Grillinu 21. desember árið 1980.

Veitingamennirnir eru allavega sammála um að jólahlaðborðin eigi sér 41 árs sögu og fyrst faraldurinn aflýsti jólahlaðborðum á síðasta ári verða jólahlaðborðin því haldin í 40. sinn í ár. ■



Jarðlitir og skraut úr náttúrunni. Jólaborðin eiga að vera umhverfis-sinnuð í ár. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Jólaletirnir úr náttúrunni

Samkvæmt helstu jólasérfræðingum verða jóln 2021 skreytt með náttúrunni, móður jörð, þurrkuðum blómum, sveitalegum málmlituum kúlum og pastellitum. Litugler skreytt með furugreinum og rústik málm. Tréskreytingar, gras og laukplöntur munu líka setja svip á jólaborðið.

Klassíski græni liturinn fær að vera með enda má finna hann í náttúrunni og hann passar vel við jarðliti. Bent er á að nota pappír sem er endurvinnanlegur og nota gamalt jólaskraut eftir því sem hægt er. Nostalígian má vera alls ráðandi auk þess að huga að umhverfinu. Margt fallet er hægt að nýta úr náttúrunni eins og köngla, þurrkuð blóm og ber. Síðan er bent á að gaman sé að vera með nýsköpun í jólaréttunum og nýta sér hræfni frá nánasta umhverfi. ■

## Styttist í hrekkjavöku

elin@frettabladid.is

Áður en kemur að jólahlaðborðunum sem flestir hlakka örugglega til að njóta er hrekkjavaka. Hátíð hinna dónu. Hrekkjavakan er árlega 31. október og eflaust eru margir farnir að huga að því hvernig þeir ætla að fagna deginum. Hrekkjavökuna ber upp á sunnudag að þessu sinni svo það ætti að skapast góður tími til undirbúnings.

Misjafnt er hversu mikið fólk leggur í skreytingar utan á húsum sínum en þær hafa færst í vöxt hér á landi. Sömu leiðis eru búningar margir mjög hugmyndaríkir. Hrekkjavaka var ekki stór dagur hér á landi fyrir nokkrum árum enda létum við okkur óskudag nægja. Áhuginn hefur aukist og nú eru íslenskir krakkar og fullorðnir að taka þátt með mikilli gleði, jafnvel heilu hverfin taka sig saman um að skreyta og taka á

móti börnum sem óska eftir smá nammi.

Hrekkjavaka er blanda af heiðnum og kristnum síðum. Hátíð er haldin til að minnast hinna látnu og þess vegna eru draugar algengir á þessum degi. Uppruni hrekkjavöku er rakin til kelta en með þeim barst síðurinn til Bandaríkjanna, Evrópulanda og hefur aukist í Asíu. Í Bandaríkjunum er hátíðin talin sú næststærsta á eftir jölunum miðað við eyðslu fólks. ■



Einn af skemmtilegri dögum er hrekkjavakan. Hún verður sunnudaginn 31. október.

fastus.is

## Fallegar vörur fyrir jólahlaðborðin

Síðumúli 16 | 108 Reykjavík | Sími 580 3900 | fastus.is

**FASTUS**  
Veit á vandaða lausn





# GRANÍT STEINAR

Helluhrauni 2 - 220 Hafnarfjörður - [granitsteinar@granitsteinar.is](mailto:granitsteinar@granitsteinar.is) - sími: 5445100





# Smáauglýsingar

550 5055

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

## Bílar & Farartæki



Nýr Ford Transit Double Cab L3. 7 manna. Þessi er væntanlegur núna þegar ógeringur er að fá vinnubíla. Verð 5.300.000 án vsk.

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

## Bílar óskast

### VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN?

Kaupi bíla 25-250þús  
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og við höfum samband

Ábendingahappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



## Þjónusta

### Pípulagnir

#### PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 699-6069 eða 663 5315

### PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.  
Uppýsingar í síma 868-2055

### Málarar

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

### Húsaviðhald

**FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK**  
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

## Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 [www.flytja.is](http://www.flytja.is) flytja@flytja.is

## Nudd

### NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

## Rafvirkjun

### RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskípti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktaki. [straumblik@gmail.com](mailto:straumblik@gmail.com)

## Keypt & Selt

## Til sölu

### Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27  
Sími 552 2125  
[www.gitarinn.is](http://www.gitarinn.is)



Hljómborð á tilboði

Mikið úrval

Verð við allra hæfi

## Heilsa

## Heilsuvörur



## Húsnæði

### Geymsluhúsnæði

[WWW.GEYMSLAEITT.IS](http://WWW.GEYMSLAEITT.IS)

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m<sup>2</sup>. S: 564-6500

**GEYMSLUR.IS**  
SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúð, allt að 20% afsláttur. [www.geymslur.is](http://www.geymslur.is)

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING  
á Hringbraut



## Umhverfismat

Matsáætlun í kynningu

### Þjónustumiðstöð í Landmannalaugum

Rangárþing ytra hefur lagt fram matsáætlun til Skipulagsstofnunar vegna umhverfismats uppbyggingar þjónustumiðstöðvar í Landmannalaugum.

**Kynning á matsáætlun:** Matsáætlunin er aðgengileg á vef Skipulagsstofnunar [www.skipulag.is](http://www.skipulag.is).

**Umsagnarfrestur:** Allir geta kynnt sér matsáætlunina og veitt umsögn. Umsagnir skulu vera skriflegar og berast eigi síðar en 11. nóvember til Skipulagsstofnunar, Borgartúni 7b, 105 Reykjavík eða með tölvupósti á [skipulag@skipulag.is](mailto:skipulag@skipulag.is).

## Stækkaðu heimilið með svalalokun frá COVER



5 ÁRA  
ABYRGD

COVER kerfið er vel þekkt um allan heim og á Íslandi hafa verið settar upp mörg hundruð slíkar svalalokanir og sólstofur á undanföllum árum.



Aubrekku 6 - Kópavogi - Sími 565 8899 - [normx@normx.is](http://normx@normx.is)

## BÓLSTRUN – SAUMASKAPUR

Uppgerðir Rokkókóstólar með áklæði að eigin vali á góðu verði



FYRIR



EFTIR

Öll almenn bólstrun - úrval vandaðra áklæða og leður. Tökum allskonar saumaskap, t.d. dýnur í hjólhýsi, húsbíla ofl.

Sérhæfum okkur í bílsætaviðgerðum, mótörhjólum, snósleðasætum, límum og gerum við tréverk á húsgögnum.

### Formbólstrun

Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekkumegin | S. 544 5750 | [www.hsbolstrun.is](http://www.hsbolstrun.is)



## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

**VERSLUNARTÆKNI**  
[www.verslun.is](http://www.verslun.is)

**geiri**  
[www.geirihf.is](http://www.geirihf.is)

**STÓRELDHÚS**  
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPPINGS

**Straumur**  
...hillukerfi

Sýningareldhús - Draghálsi 4 - 110 Reykjavík - Sími: 535 1300 - [verslun@verslun.is](mailto:verslun@verslun.is)



# Frosið mælaborð hjá borginni



Marta Guðjónsdóttir  
borgarfulltrúi  
Sjálftæðis-  
flokksins

Viðreisn, Samfylking, Píratar og Vinstri græn gerðu með sér meirihlutasáttmála um stjórn borgarinnar fyrir kjörtímabilið 2018-2022. Þar segir m.a. að brúa eigi bilið milli fæðingarorlofs og leikskóla. Sú brúarmið hefur farið í handskolum eins og best sést á biðlistum mörg hundruð barna sem ekki fá inni á leikskólum borgarinnar. Þannig hefur staðan verið á kjörtímabilinu og þannig er hún enn, þegar því er að ljúka. Markmiðið var skýrt: Að tryggja öllum börnum frá 12 mánaða aldri leikskólavist á þessu kjörtímabili. Enn er langt í land að þetta markmið náist og þegar börn fá loks leikskólavist, oft eftir langa bið, er alls ekki tryggt að þau fái inni á leikskóla síns eigin hverfis. Sú algenga staðreynd rímar illa við það slagorð borgaryfirvalda, að borgarbúar eigi að hafa aðgengi að allri nærþjónustu í sínu hverfi.

## Frosið Mælaborð

Þá segir í sama sáttmála að auka eigi enn frekar gagnsæi í stjórnsýslunni og því verði sem fyrst lokið með m.a. Mælaborði Reykjavíkur, enda verði þar að finna helstu tölulegar upplýsingar um þjónustu borgarinnar við borgarbúa. En Mælaborðið hefur því miður verið frosið nánast allt kjörtímabilið og þar því litlar upplýsingar að fá. Þar er t.d. hvergi að finna upplýsingar um biðlista eftir leikskólavist, né þá heldur hvernig þeir styttest eða lengjast eftir atvikum, frá degi til dags, þannig að foreldrar geti fylgst með nákvæmlega hvar börnin þeirra eru í röðinni. Slíkar upplýsingar hljóta samt að vera afar þýðingarmiklar fyrir for-

eldra, því þær eru mikilvægar vísendingar um það hvort foreldrar þurfi þá sjálf að grípa til mjög tíma-bundinna, eða langvarandi ráðstafana. Það gagnast foreldrum lítið, að slíkur listi sé lagður fram, einungis tvisvar til þrisvar á ári, í skóla- og frístundaráði, til upplýsingar fyrir kjörna fulltrúa.

## Mikilvægar upplýsingar

Leikskólavist barna lýtur að mikilvægri grunnþjónustu við borgarbúa. Það er því sjálfsögð krafa að upplýsingar um slíka þjónustu séu ítarlegar, aðgengilegar og oft uppfærðar.

Til að auka gagnsæi og gera stjórnsýsluna skilvirkari að þessu leyti lagði ég til í skóla- og frístundaráði Reykjavíkur, þann 9. febrúar sl., að upplýsingar um laus leikskólarymi og stöðu biðlistans verði settar í Mælaborðið á vef Reykjavíkurborgar og hann þá gerður nothæfur fyrir borgarbúa. Þar komi fram aðgengilegar, sundurgreindar og auðskiljanlegar upplýsingar eftir leikskólum og hverfum, um stöðu biðlista og laus leikskólarymi. Enn fremur að þessar upplýsingar verði uppfærðar um leið og breytingar verða. Markmiðið með tillögunni er að sjálfsögðu að auðvelda foreldrum aðgengi að upplýsingum, og gera stjórnsýsluna gagnsærri og skilvirkari. Slíkt fyrirkomulag myndi spara foreldrum tíma og mikla fyrirhöfn, og draga úr álagi leikskólanna og skóla- og frístundasviðs.

## Tillaga mín og örlög hennar

En hvað skyldi hafa orðið um þessa tillögu mína? Jú, afgreiðslu hennar



var fyrst frestað. Hún var síðan tekin fyrir, þremur mánuðum síðar og afgreidd með eftirfarandi hætti: „Skóla- og frístundaráð leggur til að tillögunni um upplýsingar um leikskólarymi verði vísað til starfshóps um Mælaborð borgarbúa á vegum fjármála- og áhættustýringarsviðs borgarinnar.“ Við þessa þulu er því að bæta að síðan hefur ekkert heyrst frá tillögunni né starfshópnum. Ekkert hefur því verið gert í málinu.

Það er löngu orðið tímabært að Reykjavíkurborg tileinki sér nútímalegri vinnubrögð sem tryggi skilvirkari, gagnvirkari og persónulegri þjónustu og upplýsingagjöf.

Reyndar stendur það til, en því miður með alrangri aðferðafræði. Borgaryfirvöld hyggjast koma sér upp hugbúnaðarhúsi, ráða til sín 60 hugbúnaðar- og tæknisérfræðinga og leggja tíu þúsund milljónir í verkefnið á næstu þremur árum. Við megum hins vegar aldrei gleyma því að mannlegur vilji er ekki forritunarfyrrbrigði. Heill her af hugbúnaðarfræðingum og milljarðar á milljarða ofan koma aldrei í staðinn fyrir ábyrga afstöðu og góðan vilja. Vilji er kannski ekki allt sem þarf. En hann verður alltaf nauðsynleg forsenda allrar góðrar stjórnsýslu. ■



Rimme frá Casö, raðau saman þinni samstæðu



Casö 230 viðartegundir nature eik og reykt eik



Borstofuhúsgögn frá Casö



KRAGELUND Handrup



GLOBL VIKTOR  
Hvildarstóll

Stólar

Sófasett

Borðstofuborð

Skenkar/skápar

Hvildarstólar

o.m.fl.

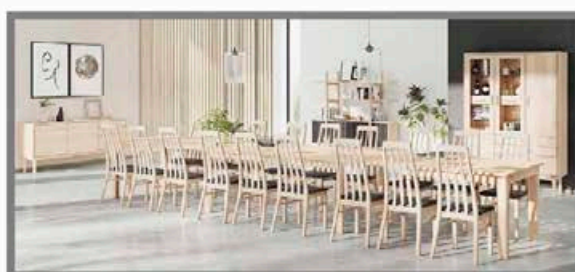
## Klassísk gæða húsgögn á góðu verði



KRAGELUND Aya K 129



Mikið úrval af  
hvildarstólum  
með og án  
rafmagns.



Casö 701 langborð

Komið og skoðið úrvalið

Strandgötu 24 | 220 Hafnarfjörður | Sími 565 4100 | [nyform.is](http://nyform.is)

**NYFORM**  
HÚSGAGNAVERSLUN



## 40 ára afmæli

Tilvonandi eiginkona, súpermamma, ræktardrottning, frænka og traust og góð vinkona okkar,

### Helga Lovísa Helgadóttir



er fertug í dag, því ber að fagna.

Tillykke, tillykke vores skat Hún baðar sig í frizzy bubble og glimmer í dag – skálar oft fyrir sér – og skellir Kim Larsen á fóninn.

Danadrottningin biður á línunni eftir símtölum með hamingjuóskum. Hún er alvöru vog, vingjarnleg og góðhjörtuð.

Dúrlú,  
knús og kram, Fab5



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

### Gerður Sigurbjörnsdóttir

frá Seyðisfirði,

lést á heimili sínu mánudaginn 4. október. Útförin fer fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

### Ríkey Guðmundsdóttir

Boðarþingi 8, Kópavogi,

lést 7. október.

Útförin fer fram frá Garðakirkju föstudaginn 22. október kl. 13.

Oddný Vestmann  
Elmar Guðmundsson  
Svala Guðmundsdóttir  
Sandra Guðmundsdóttir

Kristján Þorvaldsson  
Kulisara Tonan  
Steindór Karvelsson  
Magnús Magnússon  
og ömmubörn.



Ástkær eiginkona, móðir, stjúpmóðir, dóttir, systir, tengdadóttir, mágkona og frænka,

### Helga Berggrós Bizouerne

Hæðargarði 34, Reykjavík,

lést í faðmi fjölskyldunnar á líknardeild Landspítalans í Kópavogi 8. október síðastliðinn. Útförin fer fram frá Háteigskirkju, mánudaginn 18. október kl. 13. Þeim sem vildu minnst hennar er bent á Ljósið.

Louis Kotze  
Mía Rós og Katla Kotze  
Berggrós Ásgeirsdóttir  
Patrick Bizouerne  
Jóhannes Ásgeir Bizouerne  
Hanna Dorothea Bizouerne  
Inés Bizouerne  
Chrisna van Mieghem  
Alida Kotze  
Violette, Valentine og Björn



Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

### Jóhann Helgason

fyrirv. skrifstofustjóri, Akureyri,

lést sunnudaginn 3. október á dvalarheimilinu Hlíð Akureyri.

Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju

fimmtudaginn 14. október klukkan 13.00.

Athöfninni verður streymt á Facebook-síðunni Jarðarfarir í Akureyrarkirkju – Beinar útsendingar. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnst hans er bent á minningarsjóð á vegum Knattspyrnufélags Akureyrar.

Sigríður Árnadóttir

Stefán Jóhannsson  
Helgi Jóhannsson  
Hólmfríður Jóhannsdóttir  
Sigríður Jóhannsdóttir  
Eiríkur S. Jóhannsson  
Jónína P. Jóhannsdóttir

Karólína Margrét Másdóttir  
Kristín Sólveig Eiríksdóttir  
Unnar Vilhjálmsson  
Sigurður Sigurðsson  
Fríðrika Tómasdóttir  
Guðmundur Örn Sverrisson  
barnabörn og barnabarnabörn.



Guja Sandholt og Pétur Oddbergur Heimisson eru meðal skipuleggjenda Óperudaga 2021.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Óperur fyrir unga sem aldna

Óperudagar hefjast á fimmtudaginn og standa yfir næstu vikurnar. Í ár er þema þeirra í fjarlægð, innblásið af ástandi heimsins í faraldrinum.

arnartomas@frettabladid.is

„Stemningin er rosalega góð,“ segir Guja Sandholt, listrænn stjórnandi Óperudaga 2021, sem hefjast á fimmtudag. „Það eru allir mjög til í hátið núna enda búnir að biða lengi.“

Guja segir markmið hátíðarinnar vera að bjóða upp á aðgengilega viðburði fyrir alla aldurshópa og taka á móti nýjum og gömlum áhorfendahópum.

„Við leggjum mikla áherslu á að hrista aðeins upp í forminu,“ útskýrir Guja sem segir að hátíðin, þrátt fyrir nafnið, einkorðist ekki við óperur. „Við viljum bjóða upp á allt sem það sem klassískir söngvarar eru að vinna með, hvort sem það er ljóðasöngur, kórsöngur eða óratoríur. Þetta er allt mjög opið.“

### Ástardrykkir og forsetar

Hátíðin hefst á því að sviðslistahópurinn Óður frumflytur Ástardrykkinn í Þjóðleikhúskjallaranum á fimmtudag. Um er að ræða uppsetningu á sam-

nefndri óperu Gaetano Donizetti frá 1832 í þýðingu hópsins.

„Þetta er alveg ný reynsla, bráðskemmtileg og stórfyndin,“ segir Guja. „Þetta er kabarettstemning sem er alveg fullkomin fyrir saumaklúbbinn.“

Þá verður sett upp aukasýning af Fidelio eftir Beethoven 19. nóvember, en verkið var flutt við góðar undirtektir í ágúst og september. „Þetta er eina óperan sem Beethoven samdi, og upprunalega stóð til að halda það á 250. afmæli hans en það gekk ekki eftir. Við þurfum að sætta okkur við 251 árs afmælið í staðinn,“ segir Guja og hlær.

Eitt af áhugaverðari verkom hátíðarinnar er glæný ópera sem nefnist Góðan daginn, frá forseti og byggir á ævi og starfi Vigdísar Finnbogadóttur, fyrsta kvenforseta heims. Óperan er í þremur þáttum, samín af rússnesku söngkonunni og tónskáldinu Alexöndru Chernyshova sem fer jafnframt með hlutverk Vigdísar.

„Þetta er magnað framtak,“ segir Guja. „Þetta hugverk Alexöndru er risastórt verkefni fyrir gríðarstóra hljómsveit og ellefu einsöngvara sem munu flytja verkið í Grafarvogskirkju. Þetta er þátttökuverkefni svo ég hef sjálf ekki séð verkið enn þá, en er mjög spennt. Það er



Mér finnst eins og ungir sem aldnir séu að vakna til vitundar um hversu skemmtilegt og lifandi form óperan er.

líka magnað að þessi flotta kona, sem er sjálf ekki íslensk, skuli standa fyrir þessu verki um þessa mögnuðu manneskju.“

### Vaxandi áhugi

Guja segist finna fyrir því að áhugi Íslendinga á óperum fari vaxandi frá ári til árs. „Við erum að reyna að efla starfsumhverfið okkar, því við eigum svo mikið af framúrskarandi söngvurum sem við viljum heyra meira í,“ segir hún. „Mér finnst eins og ungir sem aldnir séu að vakna til vitundar um hversu skemmtilegt og lifandi form óperan er.“

Dagskrá hátíðarinnar má kynna sér í heild á operudagar.is. ■



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

### Kristín Josteinsdóttir

Núpalind 6, Kópavogi,

lést á heimili sínu

laugardaginn 9. október.

Útförin verður auglýst síðar.

Ingibjörg Björgvinsdóttir  
Brynja Björgvinsdóttir  
Svandís B. Björgvinsdóttir

Hörður Ingi Jóhannsson  
Vilbergur Magni Óskarsson  
Þórir Gunnarsson  
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg systir okkar,  
**Magney Steingrimsdóttir**

Bólstaðarhlíð 45,

lést á Hrafnistu Sléttuvegi

fimmtudaginn 7. október.

Útförin verður auglýst síðar.

Maria Steingrimsdóttir  
Bragi Steingrímsson  
Magnús Steingrímsson  
og fjölskyldur.



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

### Arngrímur Sigurðsson

fyrirv. kennari og rithöfundur,

frá Seyðisfirði,

lést á Borgarspítalanum í Reykjavík.

Jarðarför fer fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Sverrir Ragnars Arngrímsson  
Sigurður Arngrímsson  
Matthias Ragnars Arngrímsson

Ellen Sverrisdóttir Ragnars  
Sólveig Hjaltadóttir  
Margrét Ósk Arnardóttir  
og fjölskyldur.



Elsku faðir okkar, tengdafaðir, stjúpi, afi og langafi,

### Tómas Jónsson

bifvélavirki,

lést á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð í Kópavogi 7. október sl. Útför fer fram í kyrrþey að ósk hins látna. Þeim sem vilja minnst hans er bent á hjúkrunarheimilið Sunnuhlíð.

Sigríður Tómasdóttir  
Jóhann Tómasson  
Helga Tómasdóttir  
Helen Sandra Róberts

Guðjón Sverrisson  
Sigurlaug Sæmundsdóttir  
Ingvi Magnússon  
Helgi Björnsson  
barnabörn og barnabarnabörn.



# JAFNRÉTTI ER ÁKVÖRÐUN

77  
karlar

23  
konur

---

Af hverjum  
100 æðstu  
stjórnendum  
íslenskra  
fyrirtækja eru:

77 karlar  
23 konur

Flöggum fyrir  
íslensku jafnrétti

---

**JAFNVÆGISVOGIN** VIÐURKENNINGARATHÖFN & RÁÐSTEFNA 14. OKTÓBER  
KL. 14-16 Í BEINNI ÚTSENDINGU Á RUV.IS. SKRÁNING Á JAFNVAEGISVOGIN.IS



SJÓVÁ



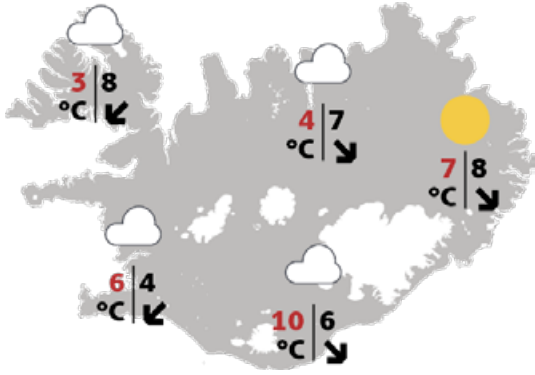
Stjórnarráð Íslands  
Forsætisráðuneytið

Deloitte.

Pipar\TBWA



## Veðurspá Miðvikudagur



Gengur í norðan 8-15 í dag með rigningu eða slyddu með köflum um norðanvert landið en skýjað með köflum og litils háttar væta á Suðurlandi. Hiti 1 til 11 stig, mildast syðst. ■

## Skák Gunnar Björnsson

### Svartur á leik



## Krossgáta

### LÁRÉTT

- 1 fita
- 5 mæði
- 6 sön
- 8 fjandskapur
- 10 í röð
- 11 skagi
- 12 samskeyti
- 13 ýkja
- 15 mælieining
- 17 vísa

### LÓÐRÉTT

- 1 hlífðarlag
- 2 knött
- 3 langar
- 4 spil
- 7 vél
- 9 hrjóta
- 12 drykkur
- 14 framkoma
- 16 áþján

LÁRÉTT: 1 skváp, 5 hlíf, 6 om, 8 hliska, 10 tu, 11 nes, 12 mörk, 13 áfar, 15 gallon, 17 staka.  
LÓÐRÉTT: 1 síftag, 2 kúlu, 3 vill, 4 pökur, 7 maskina, 9 snórla, 12 mátt, 14 fas, 16 ok.

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

Hermann Aðalsteinsson (Skákkfélaginu Goðanum) átti leik gegn Jóni Ragnarssyni (Taflfélagi Vestmannaeyja) á Íslandsmóti skákkfélaga.

**32...Dxh5!! 33. Rxx5 Rh3#.** Bóndinn úr Þingeyjarsveit kann sitt fag! Í gær var farið ranglega með í hvaða félagi Júlíus Björnsson væri. Hann er í Skákgenginu ekki Hrökum alls fagnaðar. U-2000 mót TR hefst í kvöld. Allir með minna en 2000 skákstig geta tekið þátt. Guðmundur Kjartansson teflir í Fagranesi í Noregi. [www.skak.is](http://www.skak.is): U-2000 mót TR. ■

## Sudoku

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

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

Þrautir 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.

## Pondus



Eftir Frode Øverli

## Geljan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

## Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

ÍSLENSKU NINNLA BARNABÓKA VERÐLAUNABÓK

SÍDASTI SEIÐSKRATTINN

LJÓSBERI

ÓLAFUR GUNNAR GUÐLAUGSSON

Kynngimagnaður spennutryllir fyrir táninga á öllum aldri eftir Ólaf Gunnar Guðlaugsson

Sigurvegari Íslensku barnabóka-verðlaunanna 2021

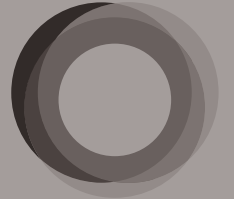
Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | [www.forlagid.is](http://www.forlagid.is)  
Virkar daga 10-18 og laugardaga 11-16



# wagner

ÞÝSK HÖNNUN · EINSTÖK GÆÐI

EINU STÓLARNIR MED



Dondola®

360°

VELTITÆKNI

FRÁBÆRT TILBOÐSVERÐ  
Í SAMVINNU VIÐ WAGNER  
**158.900 kr.**  
LISTAVERÐ: 229.900 kr.



FAGADILAR MÆLA MED WAGNER



Elís Þór Rafnsson  
sjúkrabjálfari



Að sitja á hreyfingu getur komið í veg fyrir ýmis bakvandamál og hjálpað þeim sem nú þegar stríða við eymsli og þreytu í baki. Hreyfingin miðar að því að léttu álag á bakið og styrkja það í hrifandi samspili hvíldar og hreyfingar.

**SITJUM Á  
HREYFINGU!**



# Hirzlan

SKRIFSTOFUHÚSGÖGN

Síðumúla 37. Sími: 564-5040. [hirzlan@hirzlan.is](mailto:hirzlan@hirzlan.is).

RAMMASAMNINGUR VIÐ  
RÍKISKAUP  
[www.hirzlan.is](http://www.hirzlan.is)

Verslun opin mán-fim 09:00-18:00, föst. 09:00-17:00, laugard. 12:00-16:00. Lager opin mán-fim 13:00-17:00 og föst. 13:00-16:00.





## Við eigum afmæli og nú er veisla



AFMÆLIS  
25%  
AFSLÁTTUR

### LICATA tungusófi

Tungusófi í tveimur litum af Kentucky áklæði, koniaksbrúnum og steingráum og einnig í River 66 Graphite áklæði. Hægri eða vinstri tunga. Svartir nettir járnfætur. Stærð: 265 x 165 x 82 cm.

Fullt verð: 244.900 kr.

Aðeins 183.675 kr.



### BOSTON VIVA heilsurúm

160x200 eða 180x200 cm. Þau koma í tveimur gráum tönun; ljósum og dökkum. Dýnan er svæðaskipt pokagormadýna. Efst er mjúk og þægileg yfirdýna sem styður vel við líkama þinn. Botninn er með gormum (Boxspring)

160 x 200 cm

Fullt verð: 279.900 kr.

AFMÆLIS  
30%  
AFSLÁTTUR

Aðeins 195.930 kr.



AFMÆLIS  
20%  
AFSLÁTTUR

### RY skenkur

2 skúffur og 2 skápar. Svört og hnota. Stærð: 150 x 40 x 72 cm.

Fullt verð: 69.900 kr.

Aðeins 55.920 kr.

Verð og vöruupplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Tilboðin gilda til 31. október 2021 eða á meðan birgðir endast.

www.DORMA.is

Holtagörðum, Reykjavík  
Smáratorgi, Kópavogi  
Dalsbraut 1, Akureyri  
Skeiði 1, Ísafirði

# DORMA

Láttu drauminn rætast

## Miðvikudagur

### Hringbraut

- 18.00 **433.is (e)** Frétta- og viðtalsþáttur um íþróttirnar heima og erlendis.
- 18.30 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 **Markaðurinn** Viðskiptafréttir samtímans í umsjón blaðamanna Markaðarins.
- 19.30 **Saga og samfélag** Í þættinum eru málefni liðandi stundar rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknnum fræðimanna á margvíslegum sviðum.
- 20.00 **Kvennaklefinn** Heimsborgaralegur, hreinskilinn, fjörugur, óvenjulegur og ótrúlega skemmtilegur þáttur fyrir konur, um konur.
- 20.30 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.

### RÚV Sjónvarp

- 11.00 **Heimaleikfimi**
- 11.10 **Kastljós**
- 11.25 **Menningin**
- 11.35 **Manstu gamla daga?** Blómatimabilið.
- 12.35 **Af fingrum fram** Eyjólfur Kristjánsson.
- 13.15 **Líkamstjani - Stefnumót**
- 14.00 **Söngvaskáld** Megas.
- 14.50 **Heilabrot**
- 15.20 **Sætt og gott**
- 15.40 **Á tali við Hemma Gunn**
- 16.25 **Sama-systur**
- 16.55 **Erlisömustu borgir heims**
- 17.50 **Táknálsfréttir**
- 18.00 **KrakkaRÚV**
- 18.01 **Múminálfarnir**
- 18.23 **Hæ Sámur**
- 18.30 **Sjóræningjarnir í næsta húsi**
- 18.41 **Eldhugar - Delia Akeley - landkönnuður**
- 18.45 **Krakkafréttir**
- 18.50 **Lag dagsins** Lítið hús Flytjendur: Hreimur Örn Heimisson og Friða Hansen. Höfundur: Hreimur Örn Heimisson.
- 18.54 **Vikinglottó**
- 19.00 **Fréttir**
- 19.25 **Íþróttir**
- 19.30 **Veður**
- 19.35 **Kastljós**
- 19.50 **Menningin**
- 20.00 **Kiljan**
- 20.40 **Meistarinn - Anne Sofie von Otter Mästaren**
- 21.15 **Neyðarvaktin Chicago Fire**
- 22.00 **Tiufréttir**
- 22.15 **Veður**
- 22.20 **List í borg - Beirút Secret Cities** Heimildarþættir frá BBC þar sem listsagnfræðingarnir dr. Janina Ramirez og Alastair Sooke ferðast til þriggja borga og fjalla um áhrif lista á sögu og menningu borganna. Borgirnar sem þau heimsækja eru Lissabon, Beirút og Bakú.
- 23.15 **Svikabrögð Forført af en svindler**
- 23.45 **Dagskrárlök**

### Stöð 2 Golf

- 09.30 **LPGA Tour** Útsending frá Founders Cup.
- 12.30 **PGA Special. The Alamo 2020**
- 13.20 **LPGA Tour** Útsending frá Founders Cup.
- 16.20 **LPGA Tour** Útsending frá Founders Cup.
- 19.20 **Champions Tour Highlights**
- 20.15 **Legends Tour- Highlights**
- 21.15 **LPGA Tour** Útsending frá Founders Cup.

### Sjónvarp Símans

- 12.30 **Dr. Phil**
- 13.15 **The Late Late Show**
- 14.00 **The Block**
- 15.05 **Missir**
- 15.40 **Single Parents**
- 16.05 **The Unicorn**
- 16.50 **The King of Queens**
- 17.10 **Everybody Loves Raymond**
- 17.35 **Dr. Phil**
- 18.20 **The Late Late Show**
- 19.05 **The Block**
- 20.10 **Survivor**
- 21.00 **New Amsterdam**
- 21.50 **Good Trouble**
- 22.35 **Interrogation** Mögnuð þáttaröð sem byggð er á sannri sögu.
- 23.20 **The Late Late Show**
- 00.05 **How to Get Away with Murder**
- 00.50 **The Resident**
- 01.35 **Walker**
- 02.20 **Reprisal**
- 03.15 **Tónlist**

### RÚV Rás eitt

- 06.45 **Morgunbæn og orð dagsins**
- 06.50 **Morgunvaktin**
- 07.00 **Fréttir**
- 07.30 **Fréttayfirlit**
- 08.00 **Morgunfréttir**
- 08.30 **Fréttayfirlit**
- 09.00 **Fréttir**
- 09.05 **Segðu mér**
- 09.45 **Morgunleikfimi**
- 10.00 **Fréttir**
- 10.03 **Veðurfreginir**
- 10.13 **Á reki með KK**
- 11.00 **Fréttir**
- 11.03 **Mannlegi þátturinn**
- 12.00 **Fréttir**
- 12.03 **Hádegis Fyrri og seinni hluti**
- 12.20 **Hádegisfréttir**
- 12.42 **Hádegis**
- 13.00 **Dánarfreginir**
- 13.02 **Samfélagið**
- 14.00 **Fréttir**
- 14.03 **Börn tímans**
- 15.00 **Fréttir**
- 15.03 **Svona er þetta**
- 16.00 **Siðdegisfréttir**
- 16.05 **Viðsjá**
- 17.00 **Fréttir**
- 17.03 **Lestin**
- 18.00 **Spejillinn**
- 18.30 **Hlustaðu nú!** Sinfóniutónlist.
- 18.50 **Veðurfreginir**
- 18.53 **Dánarfreginir**
- 19.00 **Endurómur úr Evrópu**
- 20.35 **Mannlegi þátturinn**
- 21.40 **Kvöldsgagan. Í verum, fyrri bindi (15 af 27)**
- 22.00 **Fréttir**
- 22.05 **Veðurfreginir**
- 22.10 **Samfélagið**
- 23.05 **Lestin**

### Stöð 2 Bíó

- 11.30 **Like Cats & Dogs**
- 13.00 **Matters of the Heart**
- 14.15 **Notting Hill**
- 16.15 **Like Cats & Dogs**
- 17.40 **Matters of the Heart**
- 18.55 **Notting Hill**
- 21.00 **Bad Moms** Sprenglægle mynd frá 2016.
- 22.35 **Hot Summer Nights** Glæpsamleg og dramatisk gamanmynd frá 2017 en sagan gerist sumarið 1991.
- 00.20 **I Still See You** Ævintýrlegur spennutryllir frá 2018 með Bellu Thorne í aðalhlutverki. Myndin gerist tíu árum eftir að miklar hörmungar gengu yfir mannkynið þar sem milljónir létu lífið og draugar reika um jörðina.
- 01.55 **Bad Moms**

### Stöð 2

- 08.00 **Heimsókn**
- 08.15 **The Mentalist**
- 09.05 **Bold and the Beautiful**
- 09.25 **Grey's Anatomy**
- 10.05 **All Rise**
- 10.45 **Your Home Made Perfect**
- 11.45 **Sporðaköst 7**
- 12.35 **Nágrannar**
- 12.55 **Friends**
- 13.25 **Um land allt** Flatey á Skjálfanda. Kristján Már Unnarsson heimsækir Flatey á Skjálfanda, sem er náttúru-paradis með gróskumiklu fuglalífi.
- 13.55 **Hvar er best að búa?**
- 14.40 **Gulli byggir**
- 15.10 **Besti vinur mannsins** Í þessum frábæra þætti kynnumst við þeim hundategundum sem til eru á landinu, heyrum um uppruna þeirra og eiginleika.
- 15.35 **Hell's Kitchen**
- 16.20 **Temptation Island**
- 17.00 **Last Week Tonight**
- 17.35 **Bold and the Beautiful**
- 17.55 **Nágrannar**
- 18.26 **Veður**
- 18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
- 18.50 **Sportpakinn**
- 18.55 **Ísland í dag**
- 19.10 **Afbrigði** Kvikspuni eða LARP er sístækkandi sena hér á landi, þar sem þátttakendur klæða sig upp í búninga og berjast. Skoðað verður hvers vegna kvikspuni er ekki einungis skemmtun, heldur hefur einnig hjálpað mörgum.
- 19.35 **10 Years Younger in 10 Days**
- 20.25 **Family Law**
- 21.10 **Grey's Anatomy**
- 22.00 **Vigil**
- 22.55 **Sex and the City**
- 23.25 **NCIS. New Orleans**
- 00.10 **Tell Me Your Secrets**
- 00.55 **The Mentalist**
- 01.35 **All Rise**
- 02.20 **Your Home Made Perfect**
- 03.20 **Friends**
- 03.45 **Temptation Island**

### Stöð 2 Sport

- 06.35 **Selfoss - Afturelding** Útsending frá leik í Olís deild karla.
- 08.00 **Ísland - Portúgal**
- 09.40 **Þena UMFK - Þór Ak.** Útsending frá leik í 1. deild kvenna í körfubolta.
- 11.20 **Breiðablik - Grindavík** Útsending frá leik í úrvalsdeild kvenna í körfubolta.
- 13.00 **Keflavík - Haukar**
- 14.40 **Ísland - Portúgal**
- 16.20 **Þena UMFK - Þór Ak.**
- 18.05 **Valur - Breiðablik** Bein útsending frá leik í úrvalsdeild kvenna í körfubolta.
- 20.05 **Grindavík - Njarðvík** Bein útsending frá leik í úrvalsdeild kvenna í körfubolta.
- 22.00 **Valur - Breiðablik**
- 23.40 **Grindavík - Njarðvík**

### Stöð 2 Sport 2

- 07.00 **Danmörk - Austurríki**
- 08.40 **England - Ungverjaland**
- 10.20 **Markaðurinn HM 2022**
- 10.45 **Kristianstad - Eskilstuna**
- 12.25 **Leikur um 3. sæti** Útsending frá leik í Þjóðadeild UEFA.
- 14.05 **Úrslitaleikur** Útsending frá leik í Þjóðadeild UEFA.
- 15.45 **Danmörk - Austurríki**
- 17.25 **England - Ungverjaland**
- 19.05 **Markaðurinn HM 2022**
- 19.30 **Mörkin í undankeppni HM**
- 20.20 **Lokasóknin 4. þáttur**
- 20.55 **Cincinnati Bengals - Green Bay Packers**
- 23.25 **Mörkin í undankeppni HM**

## SKRÁÐU ÞIG Á

## PÓSTLISTANN

Fáðu blað dagsins sent rafrænt



FRÉTTABLAÐIÐ



## JÓLAGJAFIR FYRIR STARFSFÓLK



# Gefðu þínu fólki upplifun í mat og drykk

**Gjafabréf** sem gildir á  
**fimm** af vinsælustu veitingastöðum Reykjavíkur

Veldu upphæð; 5.000, 10.000, 15.000, 20.000 eða 25.000 kr.  
og gjafabréfið gildir í fimm ár á; Fjallkonan Krá & Kræsingar,  
Tapasbarinn, Sæta Svinið Gastropub, Sushi Social  
og Apotek Kitchen+Bar

Gjafabréfin fást á öllum stöðunum.  
Sendu póst á [bergdis@tapas.is](mailto:bergdis@tapas.is) fyrir nánari  
upplýsingar og fyrirtækjapantanir.



**FJALLKONAN**  
KRÁ & KRÆSINGAR



**sushi**  
social

**APOTEK**  
KITCHEN+BAR



## Sérfræðingurinn

odduraevar@frettabladid.is

Hvenær er best fyrir þingmann að láta vaða ef hann ætlar sér að skipta um flokk?



**Viktor Orri Valgarðsson**  
stjórnmalafraeðingur

„Þegar þér finnst þingflokkurinn vera farinn að svíkja það sem flokkurinn var kosinn fyrir. Eða

alla vega þegar hann er yfirhöfuð byrjaður að starfa. Kannski er kaffið verulega vont?“

**Eru færin árstíðabundin? Ætti viðkomandi til dæmis frekar að taka stökkid að vori en hausti?**

„Í kringum jólin, þegar enginn nennir að þæla í pólitík.“

**En er flokkafallk yfirleitt fallið til vinsælda eða framlengingar á pólitísku lífi?**

„Nei, þetta er alls ekki líklegt til vinsælda, en óvíst að kjósendur Sjálfstæðisflokksins kippir sér mikið upp við þetta,“ segir Viktor Orri um óvænt vistaskipti Birgis Þórarinssonar. „Ég tel talsvert meiri líkur en minni á að þetta verði hans síðasta kjörtímabil sem hann hefur sennilega vitað þegar hann tók ákvörðunina.“ ■

## Fréttir af fólki

## Palli tvískólabókaður

toti@frettabladid.is



Framhaldskólanemar mega loks halda skólaböll á ný og ætla má að raðir myndist í hraðpróf fyrir b a l l k v ö l d ið mikla á fimmtudaginn þegar MR og Kvennó halda

sín böll auk þess sem nýnemaball Tækniskólans verður haldið í samvinnu við nemendafélög fjölbrautaskólanna í Breiðholti og Ármúla. Böllin áttu meira að segja að vera fjögur en nemendur í Borgarholtskóla slógi sínu á frest vegna þess að sjálfur Palli Óskar, sem átti að syngja fyrir dansi, reyndist tvíbókaður og verður upptekinn við að trylla MR-ingana sem voru fyrri til að festa sér stuðboltann annálaða. ■

## Sturlaðar vinsældir Squid Game stuða

Óvæntar en rökréttar vinsældir suðurkóresku Netflix-þáttanna Squid Game skekja heiminn þar sem sumir fagna því að fá loksins frumlegt hámhorf á meðan aðrir óttast áhrif yfirgengilegs ofbeldisins í þáttunum sem brýst út í barnaleikjum.

odduraevar@frettabladid.is

„Mér líður eins og ég hafi skapað Harry Potter eða Star Wars,“ segir Hwang Dong-hyuk, maðurinn á bak við suðurkóresku þáttaröðina Squid Game, í samtali við CNN en þættirnir hafa rokið upp vinsælda-lista Netflix-stremisveitunnar um víða veröld.

Þættirnir fjalla um hóp 456 einstaklinga sem eiga um sárt að binda fjárhagslega og samþykka að taka þátt í dularfullum leik, þar sem þrautirnar eru stútfullar af nostalgíublöndnum krakkaleikjum á borð við Dimmalimm. Sigurlaunin eru fúlgur fjár með tilheyrandi von um frjálst og skuldlaust líf. Stóri kengurinn er að þeir sem eru úr leik tyna lífinu og leikurinn er útfærður þannig að aðeins einn getur staðið uppi sem sigurvegari.

„Þetta er þáttur um lúsera,“ segir Hwang. „Hvernig þessir lúserar deyja. Það er enginn svöl hetja. Það er það sem gerir þetta einstakt,“ segir hann við CNN.

Þáttunum hefur verið líkt við suðurkóresku Óskarsverðlaunamyndina Parasite enda keimlíka samfélagsgagnrýni í þeim að finna um stöðu þeirra lægra settu í samfélaginu og valdaójafnvægið á milli þeirra og hinna ríku. Auk þess sem finna má augljósar hliðstæður við kvikmyndirnar Battle Royale, Hungurleikana og jafnvel raunveruleikaþættina Survivor.

## Ofbeldinu hafnað í áratug

Vinsældir þáttanna eru slíkar að Squid Game-búningar eru nú efstir á óskalista fjölda barna fyrir hrekkjavökuna í lok mánaðarins. Þessi tiskubylgja hefur þegar skolið á Íslands ströndum eins og kom fram á Fréttablaðið.is í gær. Búningarnir í þáttunum eru enda nokkuð einfaldir, litríkir, oft á tíðum barnalegir en ekki sist frekar svalir. Íslenskir foreldrar sem og skólástjórnendur hafa lýst miklum áhyggjum af æðinu enda eru þættirnir engan veginn ætlaðir börnum yngri en sextán ára.

Kvikmyndaver víða deila greinilega þessum áhyggjum með íslensk-



Búningarnir minna á gömlu Breiðabliksbúningana frá Henson. Tækifæri?



Búningar varðanna eru þegar meðal vinsælustu hrekkjavökubúninga 2021

um foreldrum og þannig mátti Hwang ganga á milli þeirra með fullklárað handrit í áratug áður en Netflix samþykkti loksins að framleiða þættina. Þátturinn þótti einfaldlega of „óraunhæfur“ og „alltof ógeðfelltur“.

Hwang segir heiminn hafa breyst, ekki sist með tilliti til heimsfaraldurs Covid-19 sem hann segir hafa ýtt

undir ójöfnuð milli fátækra og ríkra. „Allt þetta gerir söguna mun raunsærri en fólki þótti hún fyrir áratug,“ segir Hwang við CNN. „Nú segist fólk fullvisst um að þessi leikur sé spilaður einhvers staðar í heiminum í alvöru. Það er sorglegt.“

## Squid Game-alvöruleikur

Hwang byggði þrautirnar í þátt-

Foreldrar eru víða í uppnámi þar sem börn liggja yfir viðbjóðnum í Squid Game á TikTok utan lögsögu þeirra. MYNDIR/NETFLIX

unum, líkt og hinn sigilda Dimmalimm og hinn eiginlega Squidleik, á eigin bernskuminningum. Þannig var smokkfisks-leikurinn sem þættirnir eru nefndir eftir gríðarlega vinsæll meðal kóreskra krakka á áttunda og níunda áratugnum.

„Þetta var ótrúlega líkamlega erfiður leikur svo í hvert sinn sem við spiluðum reif einhver fötin sín eða slasaði sig og fór að gráta,“ segir Hwang. Eftir það hafi enginn viljað leika meira.

## Straumhvörf

Þættirnir hafa valdið gríðarlegum straumhvörfum, ekki aðeins hér heima vegna áhyggna íslenskra foreldra.

Þeir eru til að mynda það vinsælar að breska símafyrirtækið BT hefur fundið sig knúid til að lögsækja Netflix vegna aukins kostnaðar við rekstur netþjóna.

Þá eru suðurkóreskir gagnrýnendur ekki nærri því jafn hrifnir og kollegar þeirra á alþjóðavísu. „Jafnvel þótt allir kvikmyndaflokkar innihaldi sínar klisjur, þá er of marga í Squid Game sem minnir þig á allar aðrar myndir sem þú hefur séð,“ segir einn þeirra.

Hwang er þó hvergi banginn. Hann segir við CNN að hann hafi aldrei ætlað sér að gera framhald. „En það eru lausir endar sem ég væri til í að kanna ef ég myndi gera aðra seríu,“ segir Hwang sem segist fyllast kvíða við tilhugsunina.

Framhald virðist óhjákvæmilegt í ljósi gríðarlegra vinsælda þáttanna enda lýtur afþreyingarmeningarheimurinn þegar upp er staðið sömu lögmálum og Squid Game og peningarnir ráða alltaf úrslitum. ■

Búum í hagiinn fyrir atvinnulíf framtíðarinnar

arionbanki.is



Viðmælendum Fréttablaðsins, sitt hvorum megin kynslóðabilsins, ber saman um að áhyggjur Facebook af því að grái herinn sé að yfirtaka samfélagsmiðilinn með tilheyrandi hallærislegheitum séu ekki úr lausu lofti gripnar. Twitter er hins vegar umdeildari en þó jafnvel leiðinlegri.

Áhyggjur eigenda Facebook af því að samfélagsmiðillinn endi sem Boomerbók, með vísan til eftirstriðs-árakynslóðarinnar sem kennd er við „baby boomers“, virðast á rökum reistar ef marka má ungliðann Jón Bjarna Snorrason og Önnu Kristjánsdóttur, fulltrúa þeirra sem komnir eru til vits og áratuga á samfélagsmiðlum.

Uppljóstrarinn France Haugen lak nýlega gögnum sem sýna að forsvarsmenn Facebook hafa miklar áhyggjur af því hversu ungu fólki þykir samfélagsmiðillinn hallærislegur og fari því halloka í samkeppninni við til dæmis Twitter og TikTok. Betur má því ef duga skal þótt einhverja huggun gegn þessum harmi megi finna í því að Instagram, sem er í eigu Facebook, þykir enn nettur samfélagsmiðill.

#### Vinsældirnar fjara út

„Ekki mikil sko,“ segir Jón Bjarni Snorrason, formaður nemendafélaga Borgarholtsskóla og einn vinsælasti tistari landsins, þegar hann er spurður út í Facebook-notkun sína. Hann tekur þó fram að Facebook sé þrátt fyrir allt framhaldsskólanemum enn mikilvæg.

„Það eru þessar plangrúppur fyrir nemendafélög og kannski viðburði. Annars eru allir með Facebook-reikninga náttúrulega en það er enginn að stunda Facebook. Það er enginn að skrifa status,“ segir Jón Bjarni léttur í bragði. Hann segir Facebook aðallega snúast um fjölskylduna, mömmu og pabba.

„Facebook er mjög formlegt fyrir nútímaungling og miklu formlegra en til dæmis Twitter þar sem þú bombar til dæmis einhverri kúkaþælingu inn bara,“ segir hann og hlær. Enginn skrifi þar langar færslur „sem enginn les“, eins og Jón Bjarni orðar það glettinn.

„Helsti skoðanamiðillinn er Twitter en Facebook Messenger er mjög nothæft,“ segir Jón Bjarni um spjallforritið sem fylgir Facebook. „Messenger-grúppur og svona því það er svo létt að hafa samband í gegnum Messenger.“

Hann leggur áherslu á að vinsældir samfélagsmiðla séu hverfular og veit ekki hversu mikla huggun má finna í vinsældum Instagram. „Það er alveg að fjara út samt. Ég verð eiginlega að segja það. Facebook er sterkara til dæmis, allavega á menntaskóla-árum. Allir menntskælingar eru

# Twitter er leiðinlegasti þáttur í heimi



Oddur Evar Gunnarsson  
odduraevar  
@frettabladid.is



Við skulum ekki nefna hvaða þáttur það er en hann er leiðinlegasti sjónvarpsþáttur í heimi.



Anna Kristjánsdóttir



Það fjarar út og kemur svo aftur. Fattarðu þælinguna?



Jón Bjarni Snorrason

virkir á Facebook út af þessari þörf,“ útskýrir Jón Bjarni og bendir á fyrrenft notagildi Facebook þegar kemur að þægilegum samskiptum og undirbúningi viðburða.

Hann er því ekki tilbúinn til að fallast á það að Twitter sé framtíðin. „Njaa, sko, það var mjög vinsælt á sínum tíma hjá þessum sama aldri, en það fjarar út og kemur svo aftur. Fattarðu þælinguna?“

TikTok er svo enn annar handleggur, eins og Jón Bjarni bendir á aðspurður: „TikTok er náttúrulega ekki spjallforrit, það er bara „content“. Það er að segja, þangað dælar fólk einfaldlega myndböndum og öðru efni á öðrum forsendum. „Það er ógeðslega vinsælt og létt að vera fastur í því. Já, TikTok er vinsælasta forritið, léttilega.“

#### Leiðinlegasti þáttur í heimi

Anna Kristjánsdóttir býr á Tenerife þaðan sem hún greinir frá daglegu lífi sínu á Facebook af kappi og festu. Hún mælir fyrir hönd þeirra sem eru löngu komin af menntaskólaaldri og er sammála Jóni Bjarna: Facebook er hallærislegt hjá unga fólkinu.

„Það er rétt,“ segir Anna um hallærislegheit Facebook sem hún notar mest þótt hún sé einnig á Instagram. „Og ég er með aðgang að Twitter en mér finnst það bara ekkert spennandi, mér finnst það of „korrekt“ pólitískt.“

Hún segir 280 stafa takmarkanir þó ekki hafa nein áhrif á Twitter-áhugaleysið. „Vegna þess að maður gerir sér grein fyrir því að þetta á að vera stutt.“ Tenerife-pistolarnir hennar séu um ein blaðsíða og henti fullkomlega á Facebook. Hún noti Twitter lítið sem ekkert.

„Ég nota hann ekki, eða sáralítið,“ útskýrir Anna. Hún bætir við að hún sé lítt hrifin af Twitter-skeytasendingum almennt og tekur eldfimt dæmi. „Ég má kannski ekki segja þetta svona beint en það er ákveðinn þáttur á föstudagskvöldum í Ríkissjónvarpinu sem gengur stundum undir nafninu Twitter-samfélagið. Við skulum ekki nefna hvaða þáttur það er en hann er leiðinlegasti sjónvarpsþáttur í heimi,“ segir Anna og hlær.

Aðspurð segist hún telja líklegt að á Facebook megi finna breiðari þverskurð þjóðarinnar en á Twitter. „Ég hugsa það nú. Það er líka af því að þótt yngra fólk sé sko líka inni á Facebook þá nota þau það ekki eins mikið.“ Hún bendir á að Whatsapp sé gríðarlega vinsælt spjallforrit á Tenerife og það noti hún meðal annars til samskipta við lækna.

Þá tekur hún fram að hún haldi sínum pólitísku skoðunum út af fyrir sig á Facebook. „Ég nota Facebook ekki mikið fyrir pólitískt þras. Ég forðast það. Þar væri kannski Twitter heppilegra.“ ■

## ■ Nesti í vinnuna

### Banani í bílinn

toti@frettabladid.is



Eva Laufey Kjaran

sjónvarpskona

„Ég tek Hámark og banana í bílinn þar sem ég bý á Akranesi og borða þetta á leiðinni. En yfirleitt er svo

mikið í boði hérna uppi í Vodafone að ég þarf ekki að taka neitt með mér, við erum svo vel nærð hérna,“ segir Eva glöð í bragði. Annars er morgunmaturland hér í boði, millimal, hádegismatur og kaffítími, þannig að við erum vel búin.“ ■

## ■ Sérfræðingurinn

toti@frettabladid.is

Geta vinsældir Lamb opnað sóknarfæri fyrir íslenskt lambakjöt í Bandaríkjunum?



Baldvin Jónsson

markaðsmaður

„Nei. Það eru engin tengsl á milli. Lamb er náttúrulega bara lamb, skilurðu? Þetta er auðvitað bara heiti myndarinnar og það

eru til alls kyns lömb,“ segir markaðsmaðurinn gamalreynndi sem var stundum kallaður lambasador þegar hann vann um árabíl að markaðssetningu íslenskra landbúnaðarvara í Bandaríkjunum.



„Þannig að þetta hefur engin áhrif. Svona heiti bíomynda eða bóka hafa yfirleitt ekki nein áhrif á neysluna. Svona almennt séð held ég að það sé aldrei inni í myndinni.“

Eftir frumsýningarhelgina er Lamb tekjuhæsta íslenska myndin sem sýnd hefur verið vestanhafs.

„Það er ekkert markaðstækifæri í þessu. Þetta er góð þæling,“ segir Baldvin og hlær. „En ég held að það sé alveg svakalega langsótt.“ ■



Traustur fyrirtækjarekstur og öflug nýsköpun kallar á samstarfsaðila sem skilur þarfirnar.

Arion banki býður fyrirtækjum af öllum stærðum og í öllum geirum alhliða þjónustu með fagmennsku, innsæi og þekkingu að leiðarljósi.

Hafðu samband á fyrirtaeki@arionbanki.is, við þjónustuver í síma 444 7000 eða í netspjalli á arionbanki.is.







### BBQ RÉTTIR- EFTIR KL 17

BBQ BUFFALO KJÚKLINGAVÆNGIR	1.500 kr.
BABY BACK SVÍNARIF	3.500 kr.
PULLED BBQ GRÍSASAMLOKA	2.500 kr.
NAUTA SHORT RIBS	3.500 kr.
BBQ BEIKON BORGARI	2.500 kr.
BBQ VEGAN BORGARI	2.500 kr.
BBQ PLATTI	7.990 kr.

Tilvalið fyrir tvo að deila



Seðill og bordapantanir á [saetasvinid.is](http://saetasvinid.is)

# Lára Ómars trommar upp með popplag um ástina

Lára Ómarsdóttir, fyrrverandi fréttakona, er á höttunum eftir hljóðfæraleikum og ætlar sér í hljóðver með lagið sitt Þá sé ég þig, sem hún íhugar að syngja sjálf, og þá mun ef til vill koma í ljós hvort gamall hljómveitar-draumur verði að veruleika.

toti@frettabladid.is

Lára Ómarsdóttir, samskiptastjóri og fyrrverandi fréttakona, lagðist í lagasmíðar í kófinu og er tilbúin með Þá sé ég þig, lag og texta, sem hún stefnir á að gefa líf í hljóðveri.

„Mér er sagt að næsta skref sé að finna einhvern góðan til að útsetja lagið og síðan er bara að kýla á að finna hljóðfæraleikara og fara í stúdíó,“ segir Lára.

Og ætlarðu þá að syngja lagið sjálf?

„Já, af hverju ekki?“ segir hún og hlær. „Það kemur í ljós. Kannski fæ ég bara einhvern annan til að gera það en mér finnst það nú eiginlega aukaatriði,“ heldur hún áfram og bætir aðspurð við að líklega sé laginu best lýst sem popplagi.

„Þetta er dægurlag sem fjallar náttúrulega um ástina og eitthvað þannig,“ heldur hún áfram hlæjandi.

### Ómar hefur ekkert heyrð

Lára er dóttir Ómars Ragnarssonar sem er, eins og alþjóð veit, einn afkastamesti laga- og textahöfundur síðari tíma en hefur þó ekki borið Þá sé ég þig undir hann.

„Nei. Nei, nei. Maður verður að vera svolítið sjálfstæður sko,“ segir hún, hlær og bætir við að eftir því sem hún best viti hafi Ómar hvorki fengið veður af laginu né áformum hennar um að taka það upp og jafnvel syngja.

Hún er hins vegar ekki fjarri því að Ómar hafi óafvitandi haft einhver áhrif á að hún sé nú komin á kaf í tónsmíðar. „Já, já, það voru alveg hljóðfæri heima og svoleiðis þannig að maður var eitthvað smá að glamra á þetta.

Ég var eitthvað að spila á hljómborð þegar ég var yngri og þykjast vera að semja lög, texta og ljóð og eitthvað svona dót. Ég taldi mig vera mjög mikið ljóðskáld um tíma,“ segir Lára og hlær áfram eins og henni er eðlislægt.



Lára Ómarsdóttir er ýmsilegt til lista lagt eins og hún hefur sýnt á löngum fjölmiðlaferli en sýnir nú á sér nýja og ef til vill nokkuð óvænta hlið sem popplagahöfundur.

MYND/ADSEND



Þá hugsaði ég með mér hvað ég væri að eiga lag og texta ef ég ætlaði ekki að gefa það einhvers staðar út og leyfa einhverjum að heyra það.

### Gripitíð í gítar

„Ég gerði alls konar svoleiðis en svo hætti það bara. Ég eignaðist barn þegar ég var nitján og svo eignaðist ég bara fleiri börn og fullt af þeim og þetta sat bara einhvern veginn á hakanum.“

Lára segist síðan hafa tekið þennan þráð upp fyrir fjórum eða fimm árum. „Þegar ég var með meiri tíma greip ég í það að fara að glamra á einhvern gítar og fór í hljómveit. Lét svona gamla drauma rætast og mér finnst þetta eðlilegt skref eftir það.

Þannig að í Covid fór ég á laga-smíðanámskeið hjá Jóni Ólafssyni í Ný dönsk. Þar þurfti ég alltaf að læra heima og semja einhver lög og það endaði með því að ég var komin með lag og texta sem mér fundust bara nokkuð góð. Þá hugsaði ég með mér hvað ég væri að eiga lag og texta ef ég ætla ekki að gefa það einhvers staðar út og leyfa einhverjum að heyra það. Það er svona þælingin.“ ■

# Rave-elítan yfir sig hrifin af lögunum

odduraevar@frettabladid.is

Raftónlistarmaðurinn Jóhannes LaFontaine gefur í lok mánaðarins út tvö lög á vinnu en hann eignaðist nýverið sitt fyrsta barn og gerir sitt besta til að halda jafnvægi milli lífs og listar.

Hann segir lögin tvö, 3015 og Kokkur, hafa vakið mikla athygli meðal annars stærstu raftónlistarmanna í heimi. Jóhannes er rave-þyrstum Íslendingum kunnur en hann hefur spilað á næturklúbbum heima og erlendis. Hann samdi fyrri lagið 2015 en kláraði hitt fyrir nokkrum mánuðum.

Luke Slater og Jeff Mills, meðal stærstu nafna í senunni, heyrðu annað laganna og hrifust mjög. Slater vildi þá vita meira. „Og hann sendi mér svo netfang í gegnum



LaFontaine er líklegast ein skærasta stjarna hinnar íslensku raftónlistarsenu.

MYND/ADSEND

BandCamp-síðuna mína, að leita að þessu lagi og tékka hvort það væri komið út eða ekki.“

Aðspurð hvort það sé ekki nokkuð stórt dæmi viðurkennir Jóhannes að svo sé. „Þeir eru svona þeir elstu og reyndustu í þessari senu og búnir að vera virkir síðan í byrjun tíunda áratugarins.“

Hann býst ekki við að ná að fylgja lögunum eftir með tónleikahaldi alveg strax.

„Nei, því miður, ég var að taka bara núna síðustu helgi seinasta gíggit mitt áður en ég fer í fæðing-arorlof,“ segir Jóhannes. Um er að ræða hans fyrsta barn og því nóg að gera. ■




Vinahópur Olís

# Gerum eitthvað skemmtilegt

Ef þú ert með lykil þá ertu í Vinahópnum og færð afslátt af eldsneyti, veitingum og vörum auk ótal spennandi fríðinda og tilboða hjá fjölda samstarfsaðila.

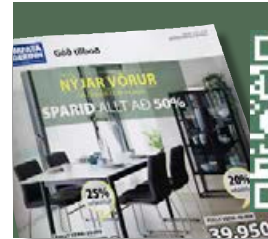
Hr. Hnetusmjör

Getur slædað í bæinn og borgað helming af dæminu 

**olís**

Vinur við veginn





## Bakþankar



Láru G.  
Sigurðardóttur

## Hættulegt holdafar

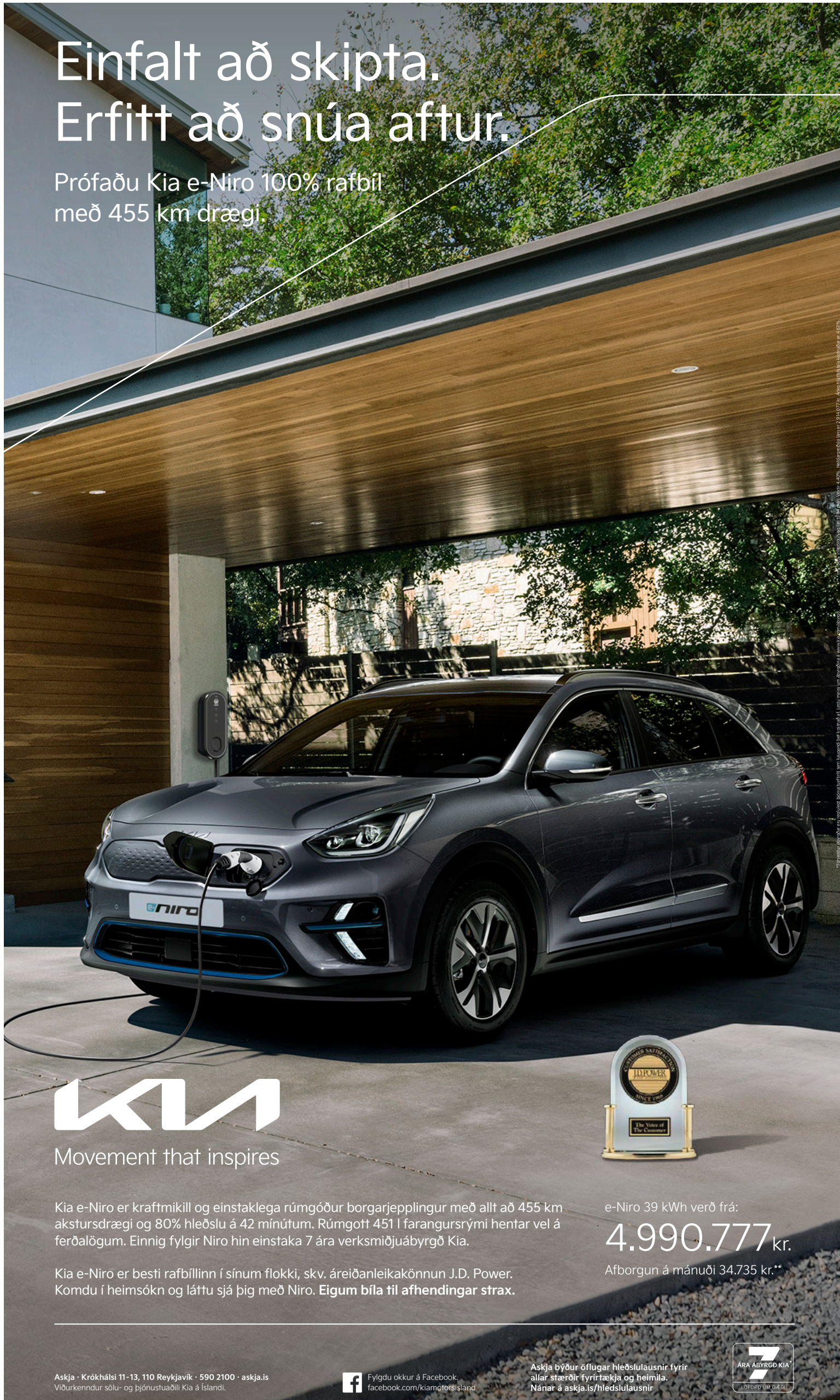
„Þú hefur fitnað.“ sagði kærastinn ákveðinn á meðan við horfðum á bíómynd. Ég var sautján, hann nítján. Á þessum tíma vann ég í Fjarðarkaupum þar sem freistingar voru á hverju horni. Í vasanum leyndist nammipoki og í pásam var stoppað í bakariinu.

Í síðustu viku var umfjöllun um offitu barna í þættinum Kveik. Þar kom fram að börnum með offitu fer fjölgandi hér á landi og fleiri leita nú á Landspítala með fitulífur, kæfisvefn og undanfara sykursýki.

Eitt þekktasta dæmi um þróun offitu kemur frá eyjunni Nárú í Kyrrahafinu. Íbúar eyjunnar voru við eðlilegt holdafar á meðan þeir nærðust á fiski, ávöxtum og grænmeti. Þegar þeir öðluðust sjálfstæði árið 1968 urðu þeir skyndilega ríkir af fosfat-námuvinnslu. Þeir þurftu ekki lengur að veiða fisk og rækta grænmeti og fóru að flytja inn unnar vestrænar matvörur. Með hinum nýju lífsháttum urðu þeir feitasta þjóð jarðríkis en 95 prósent íbúa Nárú eru í yfirþyngd og 61 prósent of feitt.

Samkvæmt Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni eru of feit börn í aukinni hættu á að deyja um aldur fram og greinast með hjartasjúkdóm, heilablóðfall, krabbamein og sykursýki. Hægt er að afstýra þessu en þá þarf bæði nánasta umhverfi og samfélagið í heild að vinna saman með því að bæta aðgengi að sálfræðingum, heilsusamlegum mat og gera líkamsrækt aðgengilegri. Þurfa iþróttir til dæmis alltaf að snúast um verðlaunapall? Og í betri heimi myndu skólasálfræðingar gripa börnin áður en þau verða of feit því andlegir erfiðleikar geta hæglega steypt þeim í vítahring matarfiknar.

Ég hugsaði um að senda kærastann (sem nú er eiginmaður minn) öfugan út en ákvað heldur að losa mig við nammipokann. ■



# Einfalt að skipta. Erfitt að snúa aftur.

Prófaðu Kia e-Niro 100% rafbíl með 455 km drægi.



Movement that inspires

Kia e-Niro er kraftmikill og einstaklega rúmgóður borgarjeplingur með allt að 455 km akstursdrægi og 80% hleðslu á 42 mínútum. Rúmgott 451 l farangursrými hentar vel á ferðalögum. Einnig fylgir Niro hin einstaka 7 ára verksmiðjuábyrgð Kia.

Kia e-Niro er besti rafbíllinn í sínum flokki, skv. áreiðanleikakönnun J.D. Power. Komdu í heimsókn og láttu sjá þig með Niro. Eigum bíla til afhendingar strax.



e-Niro 39 kWh verð frá:  
**4.990.777 kr.**

Afborgun á mánuði 34.735 kr.\*\*

**Sterkari saman í sátt við umhverfið**

**LITRÓF**

Guðjón Ó | Prenttækni

**UMHVERFISVÆN PRENTUN**

Vatnagördum 14 · 104 Reykjavík  
litrof@litrof.is · 563 6000