Skoppa og Skrítla kveðja

Lífið ➤ 18

Þjóðararfur í gervigreind

Tímamót ➤ 10

FASTEIGNASALAN TORG

FRÉTTABLAÐIÐ

210. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR | frettabladid.is | ÞRIÐJUDAGUR 26. OKTÓBER 2021

Stelpurnar okkar voru í banastuði á landsliðsæfingu í gær en í kvöld mæta þær Kýpur í undankeppni heimsmeistaramóts kvenna í knattspyrnu sem fer fram 2023. Ísland er með þrjú stig í sínum riðli en Kýpur án stiga eftir 8-0 tap gegn bæði Tékklandi og Hollandi. Með sigri í kvöld halda stelpurnar sér inni í baráttunni um þátttöku á HM. Leikurinn hefst klukkan 18.45. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Nítján leitað hjálpar vegna hópnauðgunar í ár

Nú þegar er heildarmálafjöldi á neyðarmóttöku fyrir þolendur kynferðisbrota orðinn meiri en allt árið í fyrra. Kynferðisbrotum sem framin eru af vini eða kunningja brotaþola hefur fjölgað.

birnadrofn@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL Það sem af er ári hafa nítján einstaklingar leitað til neyðarmóttöku fyrir þolendur kynferðisofbeldis, vegna hópnauðgunar, það er, þar sem tveir eða fleiri eru gerendur. Allt árið í fyrra leituðu þrettán einstaklingar á neyðarmóttökuna vegna hópnauðgana og árið 2019 voru þeir sex.

Hrönn Stefánsdóttir, hjúkrunarfræðingur og verkefnastjóri á neyðarmóttökunni, segir ógnvænlegt hversu mikið þessum tilfellum hafi fjölgað. Allt kynferðisofbeldi veki upp mikinn ótta og áfallaviðbrögð hjá brotaþolum, en þegar um hópnauðganir sé að ræða séu áfallaviðbrögðin sérlega mikil, allt vald sé tekið af brotaþolum.

Spurð hvort um stóra hópa gerenda sé að ræða segir Hrönn dæmi um það. „Það er misjafnt, stundum eru jafnvel þátttakendur sem fylgjast með og þá eru þeir meðsekir," segir hún.

Alls hefur 131 mál komið inn á neyðarmóttökuna það sem af er ári og eru málin nú þegar orðin fleiri en allt árið í fyrra, þá voru þau 130 talsins, en aðeins 43 mál sem komið hafa inn í ár hafa verið kærð til lögreglu.

> Stundum eru jafnvel þátttakendur sem fylgjast með og þá eru þeir meðsekir.
>
> Hrönn Stefánsdóttir, verkefnastjóri á neyðarmóttöku fyrir þolendur kynferðisbrota

Kynferðisbrotum sem framin eru af vini eða kunningja brotaþola hefur farið fjölgandi milli ára og voru þau 61 talsins árið 2020 miðað við 49 ári fyrr. Það segir Hrönn eina ástæðu þess að svo fá mál endi á borði lögreglu. „Það getur gert það enn erfiðara fyrir brotaþola að kæra þegar um er að ræða vin eða kunningja, eða jafnvel fjölskyldumeðlim," segir hún.

„Svo er oft spurt að því úti í samfélaginu af hverju fólk kærir ekki eða fer „réttu leiðina", hún er bara ekkert mjög auðveld. Jafnvel þó að fólk kæri eru ekki nema 12-20 prósent sem fara í ákæru, það er verið að fella niður mál þó að fólk hafi farið allar réttu leiðirnar," segir hún.

Á neyðarmóttökunni segir Hrönn að lögð sé áhersla á að hlúa að líkamlegum og andlegum áverkum kynferðisbrotaþola, þar séu tekin réttarlæknisfræðileg sýni, skýrslur og myndir. Sýnin sé þó einungis hægt að geyma í eitt ár frá því þau eru tekin. Áður hafi þau aðeins verið geymd í níu vikur.

Flest þeirra sem leituðu á neyðarmóttökuna í fyrra voru 18-25 ára, 52 einstaklingar. 32 einstaklingar voru 26-35 ára og nítján voru 16-17 ára. Sex einstaklingar sem þangað leituðu voru 10-15 ára gamlir. ■

ECLIPSE CROSS INVITE

Fjórhjóladrifinn tengiltvinnbíll

Verð 5.490.000 kr.

HEKLA · Sími 590 5000 · Laugavegur 170 · www.mitsubishi.is

MITSUBISHI MOTORS Drive your Ambition

Aðstoðarmenn formanna farnir að vinna texta

adalheidur@frettabladid.is

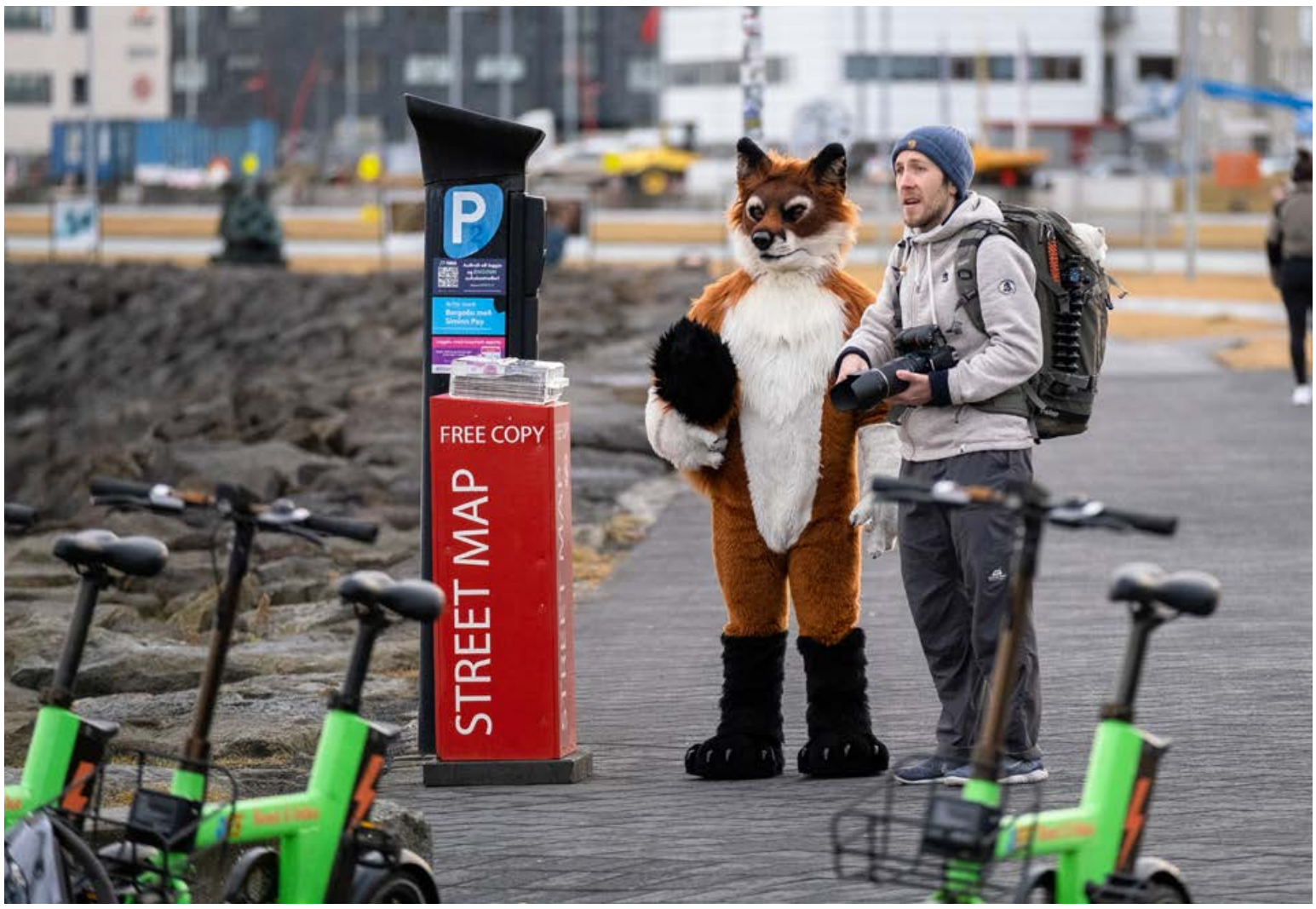
STJÓRNMÁL Enn koma ekki fleiri en formenn stjórnarflokkanna með beinum hætti að viðræðum um áframhaldandi stjórnarsamstarf.

„Við erum áfram að funda þrjú en höfum beðið aðstoðarmenn okkar að vinna fyrir okkur að ákveðnum textum," segir Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra. Aðspurð segist hún ekki finna fyrir óþreyju í eigin þingliði, en getur ekki svarað fyrir hina flokkana. Hún segir stefnt að því að þingflokkarnir hittist á fundum í vikunni.

Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra

Eins og komið hefur fram verður stjórn ekki formlega mynduð á Bessastöðum fyrr en ljóst er orðið hvort kjörbréf þingmanna verði staðfest þegar Alþingi kemur saman. Þing verður hins vegar ekki sett fyrr en undirbúningsnefnd kjörbréfanefndar hefur lokið störfum. Kærufrestur vegna kosninganna rennur út á föstudaginn. ■

Fjölbreytt ferðamannaflóra



Fjöldi erlendra ferðamanna sækir Ísland enn heim þrátt fyrir að það sé langt liðið á októbermánuð. Margir þeirra koma við hjá Sólfarinu við Sæbraut líkt og þessi refur sem spókaði sig þar í gær ásamt einkaljósmyndara. Fréttablaðið hefur engar upplýsingar um erindi refsins til landsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR.

Klæðaburður sakborninga megi ekki vera niðurlægjandi í skýrslutökum

adalheidur@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL Brýnt er að koma í veg fyrir vanvirðandi meðferð einstaklinga sem færðir eru til skýrslutöku hjá lögreglu eða dómara. Huga þarf meðal annars að klæðaburði viðkomandi og að hann sé hvorki niðurlægjandi né ekki til staðar.

Þetta kemur fram í erindi til lögreglustjórans á höfuðborgarsvæðinu frá nefnd um eftirlit með lögreglu. Tilefnið er kvörtun til nefndarinnar frá Hjalta Árnasyni, föður Árna Gils Hjaltasonar, sem sýknaður var af tilraun til manndráps í Landsrétti eftir að mál hans hafði tvívegis verið dæmt í héraði.

Faðir Árna kvartaði undan því að hann hefði verið yfirheyrður á nærfötunum einum fata. Í niðurstöðum nefndarinnar segir að myndbandsupptaka sýni að hann hafi verið í slopp í yfirheyrslu. Í erindi nefndarinnar segir að í engu tilviki eigi sakborningur að sæta því að sitja í skýrslutöku eða vera færður fyrir dóm án þess að vera klæddur með fullnægjandi hætti.

Mál Árna Gils Hjaltasonar hefur lengi velkst um á öllum dómstigum.

Afrit af bréfi nefndarinnar var einnig sent til OPCAT-eftirlits Umboðsmanns Alþingis, sem fylgist með réttindum frelsissviptra ■

Einn játar í fíkniefnamáli en foreldrar hans neita sök

Fimm ára gamalt fíkniefnamál var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Fimm fjölskyldumeðlimir eru ákærðir og krafist upptöku eigna hjá uppgerðum þrotabúum sem ekki eru lengur til.

helenaros@frettabladid.is

DÓMSMÁL Sakamál á hendur sex einstaklingum, þar af fimm úr sömu fjölskyldu, var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Málið varðar stórfellda kannabisframleiðslu og peningaþvætti en það eru bræður, foreldrar þeirra og frændi sem ákærð eru í málinu. Þau neita öll sök, nema annar bræðranna sem játar sök í einum ákærulið. Verjandi hans, Sveinn Andri Sveinsson, greindi frá því við þingfestingu í gær að skjólstæðingur hans játaði sök í þeim ákærulið sem snýr að ræktun kannabisplantna.

Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu kom upp um framleiðsluna á Smiðjuvegi í Kópavogi föstudaginn 9. september 2016. Öll sex voru handtekin í aðgerðum lögreglu og voru bræðurnir og faðir þeirra úrskurðaðir í vikulangt gæsluvarðhald.

Lögregla lagði hald á 522 kannabisplöntur, 9,4 kíló af marijúana og 17,3 kíló af kannabislaufum og gerð er krafa um upptöku á efnunum í ákærunni.

Fréttablaðið greindi frá málinu þegar það kom upp árið 2016 og að sögn lögreglu var ræktunin mjög fullkomin og búnaðurinn eftir því. Það hefði tekið hóp lögreglumanna margar klukkustundir að taka ræktunina niður. Þá hefði einnig verið lagt hald á umtalsverða fjármuni sem taldir voru tilkomnir vegna sölu á fíkniefnum.

Í ákærunni er þess krafist að ákærðu verði dæmd til refsingar, upptöku og til greiðslu alls sakarkostnaðar. Þá er upptöku krafist á fjármunum sem lögregla lagði hald á hjá sexmenningunum, rúmlega 20 milljónir króna, sem talið er að sé ávinningur af ræktuninni.

Fyrir utan Héraðsdóm Reykjavíkur eftir þingfestingu í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/HELENA

Feðgar í haldi eftir húsleit

Fréttablaðið fjallaði um málið þegar það kom upp í september 2016.

Einnig er gerð krafa um upptöku á haldlögðum verðmætum er tengjast ræktuninni sjálfri, sem dæmi plöntunum sjálfum og fíkniefnunum, ásamt ýmsum tækjum og tólum sem notuð voru til ræktunar á plöntunum. Má þar nefna 110 gróðurhúsalampa, 31 viftu, 110 straumbreyta, 66 svarta plastbakka, 13 þurrknetsgrindur, 12 loftsíur og 7 loftsblásara auk fleiri verðmæta.

Í ákæru er barnsmóðir eins ákærða krafin um upptöku ávinnings vegna fjármuna sem haldlagðir voru úr bankahólfi hennar ásamt fjármunum úr bankahólfum tveggja uppgerðra þrotabúa sem námu samtals tæpum sjö milljónum króna.

Við þingfestinguna í gær kom fram að mögulega yrðu kröfurnar þrjár til upptöku ávinnings á hendur barnsmóðurinni og þrotabúunum tveimur vísað frá. Sú ákvörðun verður tekin í næstu viku. ■

... OOOG SLAKA

TOYOTA RELAX

Við framlengjum ábyrgðina á Toyota bílnum þínum um 12 mánuði* í senn þegar þú kemur í þjónustuskoðun hjá viðurkenndum þjónustuaðila Toyota. Toyota Relax er í boði þar til bíllinn verður 10 ára eða hann ekinn 200.000 kílómetra - hvort sem fyrr kemur.

Nánari upplýsingar á www.toyota.is

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

*Toyota RELAX ábyrgð gildir í 12 mánuði frá og með þjónustuskoðun bifreiðar eða í 15 þúsund km akstur (20 þúsund í tilviki Proace) – hvort sem fyrr kemur. Íhlutir sem gert er athugasemd við í þjónustuskoðun og sem ekki eru lagaðir falla ekki undir Toyota RELAX ábyrgð. Bíll er gjaldgengur í Toyota RELAX ef hann er fluttur inn af Toyota á Íslandi, er keyrður minna en 200 þúsund km og er ekki orðinn 10 ára gamall. Bílar með minna en 12 mánuði eftir af núgildandi ábyrgð (5 ára eða 7 ára) eru EINNIG gjaldgengir í Toyota RELAX – að öðrum skilyrðum uppfylltum. Fyrirvari við 5 og 7 ára ábyrgð bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds.

Séra Gunnlaugur segist ringlaður vegna tillagna á Kirkjuþingi

gar@frettabladid.is

Agnes M. Sigurðardóttir, biskup Íslands

TRÚFÉLÖG Gunnlaugur Garðarsson, fyrrverandi sóknarprestur í Glerárkirkju á Akureyri, vill að fulltrúar á kirkjuþingi flýti sér hægt við að samþykkja tillögu Agnesar M. Sigurðardóttur biskups um fjárveitingar til frekari vinnu vegna stefnumótunar í samskipta-, ímyndar- og kynningarmálum þjóðkirkjunnar.

Við fyrstu umræðu um tillögu biskups á kirkjuþingi kvaddi Gunnlaugur sér hljóðs áður en tillögunni var vísað beint til annarrar umræðu og meðferðar í allsherjarnefnd þingsins.

„Það er nóg af peningum til og margt skemmtilegt sem hægt er að gera, margt æðislegt. Þetta er eflaust eitt af því," sagði Gunnlaugur og vísaði til þess að tillaga biskups felur í sér 22 milljóna króna kostnað fyrsta árið, að langmestu leyti vegna fjölgunar stöðugilda á biskupsstofu.

„Og við erum að fara í niðurskurð og fækkun prestsembætta," minnti Gunnlaugur á með vísan í aðra tillögu á kirkjuþingi um niðurskurð hjá kirkjunni vegna eins milljarðs króna hallareksturs á tveimur árum.

„Æðislega gaman," hélt Gunnlaugur áfram. „Elskurnar mínar, ég er orðinn ringlaður. Hvar erum við stödd?"

Sagði hann að vissulega þyrfti kirkjan að vera framsækin. „En grunnþjónustan er skylda: við ætlum að þjóna öllu landinu. Flýtum okkur hægt elsku vinir," bað séra Gunnlaugur.

Arna Grétarsdóttir, sóknarprestur í Lágafellskirkju í Mosfellsbæ, sagðist hins vegar hvetja kirkjuþing til að taka tillögu biskups fagnandi og standa stolt sem þjóðkirkja. Málinu var vísað til annarrar umræðu sem fyrr segir. ■

Konur velja frekar sjálfstæða lækna

helenaros@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Um 40 prósent af leghálssýnum sem send hafa verið til Danmerkur á árinu voru tekin hjá Heilsugæslunni en 60 prósent hjá kvensjúkdómalæknum. Þetta kemur fram í svari Samhæfingarstöðvar krabbameinsskimana. .

Skimun hjá Heilsugæslunni kostar 500 krónur en kostnaðurinn var um

Ágúst Ingi Ágústsson, yfirlæknir

fimm þúsund krónur hjá Leitarstöð Krabbameinsfélagsins. Skimun hjá kvensjúkdómalækni getur reynst mun kostnaðarsamari og kostar um og yfir tíu þúsund krónur, mismunandi eftir læknum. ■

Tillögur Þórólfs á borði ráðherra

lovisa@frettabladid.is

COVID-19 Tillögur Þórólfs Guðnasonar sóttvarnalæknis um styttri einangrunar- og sóttkvíartíma liggja á borði heilbrigðisráðherra. Tillögurnar varða styttingu á sóttkví og einangrun barna og bólusettra. Einangrun gæti farið niður í eina viku og sóttkví styst í fimm daga.

Ríkisstjórnin fundar í dag en Fréttablaðið hefur ekki fengið staðfest hvort að tillögurnar verði ræddar á fundinum. ■

Bæjarstjórinn segir rangt að flestir séu andvígir miðbæjarskipulaginu

Fólk sem er óánægt með þróun skipulagsmála í miðbæ Kópavogs stofnar félag til að veita bæjaryfirvöldum aðhald. Einn forsprakka þess segir bæjarfulltrúa fylgja Ármanni Kr. Ólafssyni bæjarstjóra í blindni. Ármann vísar á bug ásökunum um að íbúar fái ekki að vera með í ráðum.

gar@frettabladid.is

Hákon Gunnarsson, Kolbeinn Reginsson og Tryggvi Felixson standa að félaginu Vinir Kópavogs. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

SKIPULAGSMÁL „Það er ekki rétt að langflestir á miðbæjarsvæðinu séu á móti þessu og það er ekki rétt að það hafi ekki verið hlustað á íbúa," segir Ármann Kr. Ólafsson, bæjarstjóri í Kópavogi, um fyrirhugaða uppbyggingu í miðbænum.

Eins og fram kom í Fréttablaðinu á föstudag samþykkti bæjarráð Kópavogs samkomulag við félagið Árkór um skilmála vegna fyrirhugaðra framkvæmda á Fannborgarreit í miðbæjarkjarnanum. Haft var eftir Pétri H. Sigurðssyni, bæjarfulltrúi Samfylkingar, að verið væri „að skipuleggja miðbæ í beinni andstöðu við langflesta íbúa miðbæjarins".

Ármann bæjarstjóri segir lýsingar Péturs ekki gefa rétt mynd af ferlinu. Tvær tillögur hafi verið kynntar og mjög mikill munur sé á milli þeirra. Byggingar hafi verið lækkaðar, hæðir dregnar inn og húsin brotin upp og stöllud.

„Hæsta byggingin er örlítið hærri en hæsta byggingin sem fyrir er. Skuggavarpið er allt annað og betra eftir að við breyttum. Það er búið að halda fjölda funda með fulltrúum húsfélaganna," segir Ármann. „Það eru fjölmargir íbúar og atvinnurekendur á svæðinu sem hafa sagt að þeir séu ekki í þessum óánægjuhópi heldur séu mjög ánægðir með að það sé verið að fara að klára miðbæinn."

> Það er búið að halda fjölda funda með fulltrúum húsfélaganna.
>
> Ármann Kr. Ólafsson, bæjarstjóri Kópavogs

Kolbeinn Reginsson, einn forvígismanna félagsins Vina Kópavogs sem stofnað verður formlega á fimmtudaginn, segir félaginu ætlað að fá í gang umræðu um skipulagsmálin í bænum.

„Þessi áform í miðbænum eru náttúrlega alveg út úr kortinu. Samt virðast allir bæjarfulltrúar ganga bara í humátt á eftir foringja sínum, honum Ármanni, sem er með þetta algerlega í sinni kjöltu," segir Kolbeinn sem kveður engan hafa beðið um þessa tegund af uppbyggingu.

„Það eru allir með í að vilja byggja upp í Hamraborginni því það er nefnilega löngu kominn tími til. En þá getum við ekki bara gefið lausan tauminn einhverjum verktaka sem hefur hagsmuni heildarinnar ekkert í fyrirrúmi heldur eingöngu sína hagsmuni," segir Kolbeinn sem hafnar því að íbúar hafi verið með í ráðum. Það hafi verið veikir tilburðir á Covid-tímum. „Við fengum einn fund í streymi og hann var bara í aðra áttina og ekki hægt að koma með spurningar."

Ármann segir að alltaf sé hægt að segja að samráðið hefði átt að vera öðruvísi. „Það breytir því ekki að það eru lagðar fram tvær vinnslutillögur, sem ég held að sé einsdæmi í skipulagsvinnu, þar sem í síðari tillögunni er búið að taka heilmikið tillit til óánægju og athugasemda. Eftir það er unnið deiliskipulag sem tekur líka tillit til sjónarmiða og athugasemda íbúa," segir hann.

Um verði að ræða fjölbreyttar tegundir íbúða við eina af þremur afkastamestu miðstöðvum almenningssamgangna á höfuðborgarsvæðinu. Það auðveldi mjög bíllausan lífsstíl fyrir þá sem það kjósa.

Ármann hafnar því að skipulag reitsins hefði orðið betra ef bæjaryfirvöld hefðu ekki selt eignirnar þar frá sér og skipulagt svæði sjálf. „Það þarf alltaf að fara í gegn um skipulagsráð og til samþykktar í bæjarstjórn og öðruvísi fer ekkert skipulag í gegn," segir bæjarstjórinn og minnir á að málið sé enn í ferli. ■

5 ÁRA ÁBYRGÐ / 8 ÁRA ÁBYRGÐ Á DRÍFRAFHLÖÐUNNI

TRYGGÐU ÞÉR JEEP Á LÆGRA VERÐI

ALVÖRU JEPPI. ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF.

Nú er tilvalið að tryggja sér alvöru jeppa með alvöru fjórhjóladrifi í forsölu.

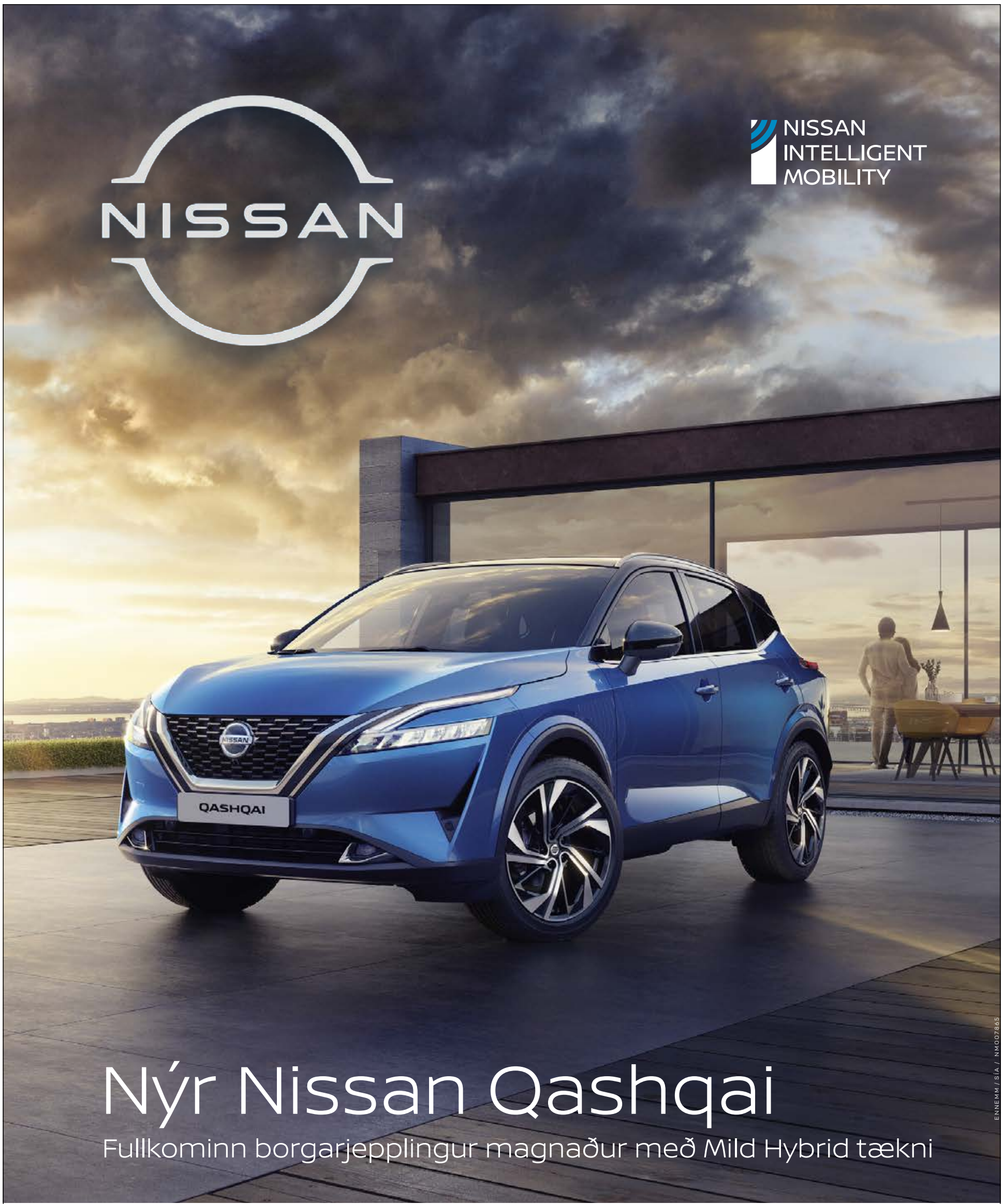
Áætlað er að bílarnir verði tilbúnir til afhendingar í desember.

PLUG-IN HYBRID

*Verð á Compass og Renegade hækkar um áramótin vegna VSK hækkana.
**Bjóðum upp á 35"-40" breytingapakka fyrir Wrangler.

ISBAND | Jeep

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



PANTAÐU ÞINN NISSAN QASHQAI NÚNA.
Verð frá: 4.690.000 kr.
5 ÁRA ÁBYRGÐ

www.nissan.is

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

BL

Mótmælendur sætta sig ekki við herforingjastjórn í Súdan. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Segir valdatöku svik við byltingu

adalheidur@frettabladid.is

SÚDAN Mótmælendur í Súdan hafa heitið borgaralegri óhlýðni og verkföllum vegna yfirtöku hersins á stjórn landsins.

Tugir mótmælenda særðust og nokkrir létust þegar hermenn skutu á mótmælendur í gær.

Herinn tók forsætisráðherra landsins og fjölda annarra ráðamanna höndum í gær og lýsti í kjölfarið yfir neyðarlögum um land allt. Tilkynnt hefur verið að svokölluð sérfræðingastjórn muni stýra landinu fram að næstu kosningum sem eiga að fara fram eftir tvö ár.

Æðsti yfirmaður utanríkismála hjá Evrópusambandinu hefur þegar fordæmt valdatökuna og segir hana svik við byltinguna. ■

Lögreglan í Árósum notast nú við faldar myndavélar. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Nota myndavélar í fíkniefnaeftirliti

svavamarin@frettabladid.is

DANMÖRK Lögreglan í Árósum í Danmörku hefur aukið eftirlit með fíkniefnasölu með földum myndavélum og einkennisklæddum lögregluþjónum. Yfirvöld í borginni segja ástæðuna vera óöryggi íbúa. Jacob Bundgaard, borgarstjóri Árósa, segir í samtali við fréttastofu TV2 að verkefnið sé afar mikilvægt til að vinna bug á ólöglegri starfsemi, auk fræðslu fyrir ungmenni svo þau dragist ekki inn í þetta umhverfi. ■

Afgönsk ritstýra flúin hingað undan Talíbönum

tsh@frettabladid.is

AFGANISTAN Ofoq Roshan er ungur afganskur blaðamaður sem flúði til Íslands ásamt eiginmanni sínum og dætrum í kjölfar valdatöku Talíbana. Hún lýsir deginum þegar höfuðborgin Kabúl féll, 15. ágúst, sem hinum versta degi.

„Þetta var mjög slæmur dagur, hinn allra versti dagur, verðirnir komu og sögðu mér að ná í börnin mín og fara. Þeir sögðu bara: Taktu börnin þín og farðu af því þeir eru að koma."

Í Afganistan ritstýrði Ofoq tímariti auk þess sem hún barðist fyrir kvenréttindum og jafnrétti. Hún segir ástandið í landinu fara síversnandi, þrengt hefur verið að réttindum kvenna til vinnu og náms, heilbrigðiskerfið er að hruni komið og mikill matarskortur yfirvofandi.

Ofoq Roshan ásamt eiginmanni sínum Shahabuddin Jebran og eldri dóttur þeirra. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

„Enginn stendur með Afganistan núna. Bandaríkjamenn fóru og alþjóðasamfélagið fór. Án stuðnings annarra landa mun Afganistan verða skotspónn nágrannaríkja af því allir vilja hagnast á því sjálfir. Enginn hugsar um hagsmuni landsins eða fólksins, ekki einu sinni okkar eigin leiðtogar."

Ofoq hefur miklar áhyggjur af stöðu kvenna innan skólakerfisins í Afganistan.

„Eins og ég heyri það þá eru þeir að setja eitthvað í líkingu við búr fyrir konur inn í skólastofurnar, gert úr gardínum. Fyrst um sinn þurftu þeir að aðskilja bekkina en ef ekki er möguleiki á að aðskilja bekkina þá gera þeir einhvers konar búr fyrir konuna að sitja í. Þeim mun aldrei finnast þægilegt að sitja þannig og læra," segir hún. ■

Nánar á frettabladid.is

Jarðhiti til húshitunar skipti miklu máli í baráttunni gegn loftslagsvánni

Forráðamenn Landsvirkjunar og OR segja gríðarleg tækifæri liggja í jarðhita til að leysa jarðefnaeldsneyti af hólmi.

elinhirst@frettabladid.is

LOFTSLAGSMÁL „Það er að renna upp fyrir fólki að það er ómögulegt að takast á við loftslagsvána án nýrra úrræða við að hita húsnæði," segir Hildigunnur H. Thorsteinsson, framkvæmdastjóri rannsókna og nýsköpunar hjá Orkuveitu Reykjavíkur.

Hún segir gríðarleg tækifæri liggja í jarðhita á næstu árum til sjálfbærrar og mengunarlítillar orkuframleiðslu um allan heim. Stærsta tækifærið í jarðhitanum liggi í að hita upp hús sem nú eru hituð með jarðefnaeldsneyti, kolum, olíu eða gasi.

Nú stendur yfir í fyrsta skipti á Íslandi stærsta alþjóðlega jarðhitaráðstefna heims í Hörpu. Í fyrrahaust þurfti að blása ráðstefnuna af vegna Covid. Ráðstefnugestir eru nú hátt í tvö þúsund frá öllum heimsálfum og frá yfir 100 löndum. Næsti gestgjafi verður Kína sem er nú að stíga stór skref við að nýta jarðhita í stað kola.

„Þetta er risastórt mál og við finnum fyrir því að olíu- og gasiðnaðurinn hefur vaxandi áhuga á jarðhita, því mikið af tækninni er sambærilegt. Það er verið að bora holur og þá er þörf á jarðvísindum til að meta hvaða orkulindir eru undir yfirborðinu," að sögn Hildigunnar.

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra á opnunarhátíð heimsþings Alþjóðajarðhitasambandsins í Hörpu í gær. MYND/AÐSEND

> Við finnum fyrir því að olíu- og gasiðnaðurinn hefur vaxandi áhuga á jarðhita.
>
> Hildigunnur H. Thorsteinsson, framkvæmdastjóri rannsókna og nýsköpunar hjá OR

„Ráðstefnan World Geothermal Congress er afar mikilvæg til að stuðla að og efla alþjóðlegt rannsóknarsamstarf," segir Hörður Arnarsson, forstjóri Landsvirkjunar. „Það er alveg ljóst að svo stór ráðstefna vekur mikla athygli á þeim góða árangri sem náðst hefur í nýtingu jarðvarma hér á landi. Hún er þannig öflug kynning á landi og þjóð," segir Hörður.

Mjög mörg lönd eru farin að líta af alvöru til jarðhitans vegna loftslagsvandans, til dæmis Þýskaland, Frakkland og Danmörk, lönd í Austur-Evrópu og Afríku og lönd þar sem jarðvarmi er nýtanlegur til orkuvinnslu.

„Íslendingar tóku jarðhita í almenna notkun mun fyrr en flest önnur lönd. Fyrsta hitaveitan var lögð í Reykjavík árið 1930 og nú eru um 90 prósent bygginga á Íslandi hituð með jarðhita. Við þekkjum kosti jarðvarmahitaveitna og erum enn að. Nýja hitaveitan á Höfn í Hornafirði er gott dæmi um það," segir Hildigunnar.

„Ástæðan fyrir nýtingu jarðhitans hér á landi var þó fyrst og fremst til þess að spara gjaldeyri, en nú beinast augu heimsins að Íslandi í æ ríkara mæli vegna þess hvernig við breyttum orkukerfi okkar yfir í sjálfbærari og grænni orku eins og jarðhita," segir Hildigunnur Thorsteinsson framkvæmdastjóri hjá OR. ■

LYFSALINN
BÍLAAPÓTEK
9-22
OPIÐ ALLA DAGA
Renndu við í lúguna
Þú finnur Lyfsalann í Glæsibæ, Urðarhvarfi og bílaapótek Vesturlandsvegi
GLÆSIBÆR
Opið virka daga 8.30 - 18.00
URÐARHVARF
Opið virka daga 9.00 - 17.30
BÍLAAPÓTEK VIÐ VESTURLANDSVEG
Opið alla daga 9.00 - 22.00

VIÐ KYNNUM

Lúxus Dís

LÁTTU ÞIG DREYMA

Kynnum til sögunnar nýtt útlit á DÍS Íslensku heilsurúmunum okkar.
Nú getur þú gert svefnherbergið þitt enn fallegra, eins og þig dreymir um.

Öll okkar rúm fást nú í nýju útliti sem gerir þér kleift að velja áklæði semdýna, botn og höfðagafl eru bólstruð með. Lakið fer því einungis yfir yfirdýnuna þannig að heildarsvipur rúmsins heldur sér þegar búið er um og gerir svefnherbergið enn fallegra.

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

VOGUE FYRIR HEIMILIÐ | SÍÐUMÚLI 30 - REYKJAVÍK | HOFSBÓT 4 - AKUREYRI | 533 3500 | VOGUE.IS

Fjórar á mann

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Næsta víst er að veiðifólk bíður komandi mánudags með eftirvæntingu en þá hefst rjúpnaveiðitímabilið og leyfilegt er að veiða rjúpu út mánuðinn að undanskildum miðvikudögum og fimmtudögum.

Samkvæmt lögum eru allir fuglar sem hér lifa, hvort sem er skemur eða lengur, friðaðir, nema annað sé tekið fram í reglugerð. Auglýst veiðitímabil gilda um þá fugla sem leyfilegt er að veiða á vissum tímum og er það Náttúrufræðistofnun sem metur stofninn og gefur Umhverfisstofnun ráðleggingar um veiðiþol.

Árin 2003 til 2005 var sett á alfriðun á rjúpu vegna merkja um að stofninn væri í lágmarki og hefði hrakað jafnt og þétt frá sjötta áratug síðustu aldar. Ríkti samstaða um að grípa yrði til aðgerða þó svo að deildar meiningar hafi verið um hvaða aðgerða. Sölubann, stytting veiðitíma, aukning friðlanda og hvatningarátak til veiðimanna voru þær aðgerðir sem ráðist var í og hafa verið við lýði síðan.

Árið 2005 þegar rjúpnaveiði var aftur leyfð var veiðiþol rjúpnastofnsins metið um 70 þúsund rjúpur sem var mikil minnkun frá því sem áður var en til samanburðar má geta þess að árið 1996 voru veiddar hér á landi 158.363 rjúpur. Í ár er veiðiþolið metið 20 þúsund rjúpur og hafa verið uppi raddir um að banna veiðar alfarið í ár enda stofninn kominn niður fyrir það sem var þegar alfriðun var sett á í tvö ár. Hafa talsmenn Jarðarvina annars vegar og Skotvís hins vegar viðrað sínar skoðanir á málefninu í samtölum við Fréttablaðið og sitt sýnist hverjum um ástæður minnkandi stofnsins.

Hitt er þó óumdeilt: Rjúpum fækkaði frá 2020 til 2021 og í sumum landshlutum nálgast stofninn lágmark. Afkoma unga hefur versnað og til lengri tíma litið hefur rjúpnastofninum hnignað.

Auðvitað er veiðin ekki eina breytan í fækkun stofnsins sem nú telur um 248 þúsund fugla. Fæðuframboð, ágangur mannsins og fæðuöflun fálkans, sníkjudýrasýkingar, veðurfar og fleira hefur áhrif. Snjóhvít í vetrarham vappar rjúpan útibarin með loðnar tær, í mosa og grasi enda líklega ekki fengið memóið um hlýnun jarðar. Það er því margt sem kemur til, ekki bara veiðiglaðir Íslendingar í leit að jólasteikinni – en það er þó eitt sem hafa má áhrif á. Umhverfisstofnun leggur til hófsemi við veiðar og mælist til þess að hver veiðimaður felli ekki fleiri en fjórar rjúpur. Það er varla til of mikils ætlast að veiðimenn fari að þeim tilmælum.

Þá kannski fá þeir að fara aftur næsta ár. ■

> Það er því margt sem kemur til, ekki bara veiðiglaðir Íslendingar í leit að jólasteikinni – en það er þó eitt sem hafa má áhrif á.

Halldór

Frá degi til dags

toti@frettabladid.is

Verðbólgumýrin
Íslenska hasarmyndin Leynilögga hefur slegið í gegn. Vinsældirnar virðast þó hafa keyrt adrenalín aðstandenda í botn þegar þeir tilkynntu að frumsýningarhelgin væri sú tekjuhæsta frá upphafi og fimmtán ára met Mýrarinnar, eftir Baltasar Kormák, fallið. Samkvæmt tilkynningunni náði Leynilöggan 15.941.412 krónum um helgina á móti 15.807.800 hjá Mýrinni 2006. Í þessum útreikningum gleymdist að vísu breyta sem gerir landanum lífið leitt því uppreiknað miðað við verðbólgu stendur Mýrin nokkuð örugg í 26.167.500 krónum.

Aldarspegill
Viðhorfahópur Gallup fékk nýlega áhugaverðar spurningar að glíma við og ætla má að verið sé að kanna á hvaða öld Íslendingar telja sig lifa.
Meðal fullyrðinga sem fólk er beðið að taka afstöðu til eru „sannir karlmenn gráta ekki“ og „staða konunnar er á heimilinu“. Áhugaverðar spurningar sem væntanlega munu skila enn áhugaverðari niðurstöðum. Ekki síður en fullyrðingin „svört atvinnustarfsemi á aldrei rétt á sér“, en svörin gætu mögulega skorið úr um hvort það standist sem stundum er haldið fram að Íslendingar séu á móti spillingu þangað til þeir komast sjálfir í hana. ■

Íþróttahús í Laugardal

Katrín Atladóttir
borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins

Þátttaka barna og unglinga í skipulögðu íþróttastarfi hefur ótvírætt forvarnargildi og að sama skapi stuðlar það að heilbrigðara líferni og betri lýðheilsu. Það hafa íslenskar rannsóknir sýnt fram á. En því miður er það svo í sumum hverfum borgarinnar að aðstaða til íþróttaiðkunar er lakari en í öðrum hverfum.

Í meirihlutasáttmála borgarstjórnar er talað um að „greina þurfi þörf fyrir aðstöðu fyrir börn og unglinga í Laugardal“. Það þarf enga sérfræðinga til að greina þessa þörf, það væri auðvelt að spyrja bara foreldra í hverfinu. Tveir grunnskólar í Laugardal eru án íþróttahúss og aðrir tveir eru með of lítil og óheppileg hús. Íþróttafélögin í Laugardal, Ármann og Þróttur, eiga ekkert hús fyrir boltagreinar innanhúss. Hjá Ármanni, fjölmennustu körfuboltadeild Reykjavíkur, æfa fjögurhundruð börn. Þau yngstu æfa í íþróttahúsum Langholts- og Laugarnesskóla, þau eru á stærð við einn badmintonvöll. Þessi börn spila mörg í fyrsta skipti á tvær körfur þegar þau taka þátt í mótum. Ármann getur ekki haldið mót til fjáröflunar eins og önnur félög í borginni vegna aðstöðuleysis. Skólaíþróttahúsunum er lokað í sumarbyrjun líkt og skólunum svo tímabilið hjá Ármannskrökkum er styttra en hjá börnum í öðrum félögum. Brottfall er mikið þegar börnin vaxa upp úr þessari aðstöðu og þurfa þá að ferðast til æfinga utan hverfis.

Aðstöðuleysi Þróttar er líka alvarlegt en blakdeild Þróttar æfir á tíu stöðum á höfuðborgarsvæðinu og erfiðlega hefur gengið að halda úti starfi í handbolta. Einhver kann að spyrja af hverju Laugardalshöll sé ekki notuð. Barna- og unglingastarf þarf alltaf að víkja þar fyrir öðrum tekjumyndandi viðburðum, sem er í sjálfu sér eðlilegt, en sýnir að ómögulegt er að halda úti faglegu starfi þegar allt að helmingur æfingadaga í mánuði fellur niður.

Íþróttahús sem nýtist Þrótti, Ármanni og skólunum í hverfinu skoraði einna hæst í forgangsröðun íþróttamannvirkja í Reykjavík. Vinnuhópur allra hagaðila á að skila tillögum að uppbyggingu í Laugardal fyrir 1. desember. Það eru sjö mánuðir eftir af kjörtímabilinu og lítið áþreifanlegt hefur gerst í aðstöðuvanda Laugdælinga. Ungmenni í Laugardal þurfa alvöru aðstöðu, ekki fleiri vinnuhópa eða góðar hugmyndir á blaði. ■

> Tveir grunnskólar í Laugardal eru án íþróttahúss og aðrir tveir eru með of lítil og óheppileg hús.

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

Af hverju mistókust friðarumleitanir í Afganistan?

Fazal Omar
starfaði við friðaruppbyggingu í Afganistan

Lítum aðeins á baksögu fjögurra áratuga stríðsins í Afganistan. Í kjölfar þess að Rauði her Sovétríkjanna hvarf frá 1989 undirritaði síðasta kommúníska ríkisstjórn landsins friðarsamning árið 1992, undir stjórn Najibullah forseta með aðstoð fulltrúa Sameinuðu þjóðanna, sem var titlaður Þjóðarsátt. Najibullah sagði af sér og við tók ný bráðabirgðastjórn í gegnum frjálsar og opnar kosningar.

Í þetta skiptið gengu þó hlutirnir ekki eftir. Sendiherra Sameinuðu þjóðanna gat ekki staðið við skuldbindingar sínar og friðarsamningnum var rift. Bandaríkin gleymdu Afganistan og brutu loforð sín gagnvart afgönsku þjóðinni á sama tíma og þeir fullyrtu að okkar pólitíska umboð (í kjölfar sigurs á andstæðingum þeirra, Rússum) hefði áunnist án vitneskju um hættuna sem myndi skapast í kjölfarið fyrir Bandaríkin og vinaþjóðir þeirra. Borgarastríð braust út í Afganistan og landið varð afdrep mismunandi pakistanskra hryðjuverkahópa sem leiddi til uppgöngu Talibana og atburðanna 11. september 2001.

> **Skilyrðislaust brotthvarf alþjóðlegra friðargæsluliða frá Afganistan þýðir ekki að stríðinu gegn hryðjuverkum sé lokið.**

Að bjóða Talíbönum að taka þátt í friðarviðræðunum í Doha í febrúar 2020 sem stjórnmálahreyfingu og fjarlægja þá síðan af svarta listanum þar til Afganska lýðveldið undir stjórn Ashraf Ghani féll í ágúst 2021 var önnur versta mögulega niðurstaða sem þröngvað var upp á afgönsku þjóðina, svipað og það sem gerðist árið 1992.

Þannig að spurningin er, nú þegar Talíbanar eru komnir aftur til valda í Afganistan eftir tuttugu ár, gæti það þá ekki leitt til endurnýjunar Al-Kaída og annarra hryðjuverkasamtaka og skapað svipaða ógn og atburðirnir 11. september?

Skilyrðislaust afturhvarf Bandaríkjanna og vinaþjóða þeirra frá Afganistan, afskiptaleysi gagnvart Afganistan sem yrði þá aftur afdrep hryðjuverkahópa er ógna heimsöryggi, gleymd loforð til afgönsku þjóðarinnar eftir afrek þeirra síðustu tveggja áratuga. Er þetta rétt tilefni til að lýsa yfir sigri í alþjóðlega stríðinu gegn hryðjuverkum eins og Joe Biden, Bandaríkjaforseti, hefur gert?

Lexíur sem við höfum lært:

- Að yfirgefa Afganistan á miðri leið og uppfylla ekki skuldbindingar Bandaríkjamanna og alþjóðasamfélagsins til afgönsku þjóðarinnar í átt að varanlegum friði og friðsælu lífi voru brotin loforð og ástæður þess að friðarviðræðurnar í Afganistan mistókust.
- Afganar misstu trú sína og traust á Bandaríkjunum og alþjóðasamfélaginu sem stuðningsmönnum þeirra í friðarumleitunum.
- Skilyrðislaust brotthvarf alþjóðlegra friðargæsluliða frá Afganistan þýðir ekki að stríðinu gegn hryðjuverkum sé lokið. Hættan á alþjóðlegum hryðjuverkum er enn til staðar.
- Að átta sig á afleiðingum mistakanna við friðarumleitunina 1992 og atburðanna 11. september 2001 er mjög mikilvæg lexía.
- Viðvera ákveðinna hópa innan ríkisstjórnarinnar, sem reyndu að auka hag sinn í nafni minnihlutahópa, lýðræðis og málfrelsis, ruddu brautina fyrir hrun hinnar lýðræðislega kjörnu ríkisstjórnar. ■

Orkumarkaður og sæstrengur

Sigríður Ágústa Bachmann Ásgrímsdóttir
rafmagnsverkfræðingur og auðlindahagfræðingur

Orka á ýmsu formi er ein mikilvægasta nauðsynjavara fyrir athafnir okkar mannanna. Grænn orka finnst meðal annars í formi fallorku (vatnsföll), varmaorku, vindorku og sólarorku. Orkan er virkjuð með því að umbreyta henni í rafmagn til að nýta við fjölbreyttar aðstæður.

Fyrirtæki og heimili í landinu þurfa lífsnauðsynlega á að halda tryggu rafmagni frá dreifiveitu. Raforka frá dreifiveitum er til afnota um leið og hún er afhent. Til að geyma raforku þarf rafgeyma eins og allir þekkja. En það sem kannski ekki allir átta sig á er að uppistöðulón í raforkukerfinu virka svipað og stórir rafgeymar. Mikill hluti raforkuframleiðslu hér á landi kemur frá vatnsaflsvirkjunum. Ef vatnsbirgðir eru of litlar eykst kostnaður við framleiðsluna og getur þurft að grípa til skömmtunar eða stöðvunar í versta falli. Hingað til hafa rafstöðvar, ekki knúnar grænni orku heldur kolefnaeldsneyti, gegnt því hlutverki að styrkja orkukerfið. Auk þess að vera grænt þarf raforkukerfið að vera sveigjanlegt, stöðugt tiltækt og uppfylla öryggiskröfur.

Mikilvægi afhendingaröryggis mun vaxa á komandi árum. Að afloknum orkuskiptum er stefnt að því að nær öll farartæki verði knúin innlendri orku. Af því leiðir að öruggar samgöngur verða nær alfarið háðar tryggu rafmagni. Mikil áhersla á nýsköpun í þjónustu og tækni í atvinnulífinu mun ekki síður gera auknar kröfur til fyrirsjáanleika í framboði á grænni orku.

Íslenska raforkukerfið er lokað og getur ekki tengst öðrum kerfum ef áföll eða truflanir skapast innan lands. Ef orkuframleiðsla stöðvast lengur eða skemur á einum stað þarf varaafl og umframorku annars staðar innan kerfisins. Með innra flutningsneti er mögulegt að nýta umframgetuna til að fyrirbyggja orkuskort. Gera má ráð fyrir að kostnaður aukist og samkeppnishæfni fari versnandi í okkar lokaða landskerfi næstu árin. Tenging við orkukerfi annarra landa hefur oft komið til umræðu en eina leiðin til þess er í gegnum sæstreng. Að margra mati er skynsamlegt og nauðsynlegt að hefja undirbúning að lagningu sæstrengs til orkuflutninga milli Íslands og Evrópu.

Á sama hátt og á Íslandi verða truflanir og áföll í rekstri raforkukerfa í öðrum löndum. Með tengingum milli landa og ólíkra svæða hefur tekist að auka rekstraröryggi raforkukerfa. Sveiflur í rekstrinum vegna bilana eða sveiflukennds framboðs koma fram í raforkuverði á mörkuðum. Erlendis hefur nýting vindorku og sólarorku aukist mikið undanfarin ár. Þegar vindur blæs og sólin skín eykst framboð af grænni orku og verðið lækkar. Þegar sólar nýtur ekki við eða ekki hreyfir vind snýst dæmið við og verðið hækkar.

Hagkvæmt samspil nýtingar vatnsbirgða í uppistöðulóni og vindorku skýrist af því að hægt er að spara vatnið þegar vindurinn blæs en nýta það í logninu. Við getum ekki stýrt því hvenær sólin skín eða vindur blæs en við getum stýrt því hvenær við nýtum vatnsbirgðir. Þetta nýta Norðmenn sér eftir að hafa tengst erlendum raforkukerfum í gegnum sæstrengi annars vegar við Bretland og hins vegar við Þýskaland.

Ávinningur Norðmanna er:

1. Meiri áreiðanleiki með beinum aðgangi að erlendum mörkuðum ef vart verður rekstrartruflana eða orkuskorts innanlands.
2. Aukinn hagnaður með því að kaupa rafmagn á lágu verði frá vindorku og sólarorku og selja rafmagn frá vatnsaflsvirkjunum þegar verðið er hátt.
3. Aukið umfang grænnar orku í heildina tekið með því að flytja inn rafmagn frá vind- og sólarorku sem annars kæmi ekki að notum.

Íslenski orkumarkaðurinn er ekki ólíkur þeim norska og tenging við erlenda orkumarkaði mun hafa svipuð áhrif hér á landi og í Noregi. Við þetta má bæta að tengingin mun minnka áhættu vegna fjárfestinga í nýjum virkjunum sem þá verður hægt að fresta án hættu á orkuskorti í landinu eða flýta ef hagkvæmt þykir. ■

Ísland efst á lista

í alþjóðlegum samanburði lífeyriskerfa

(Mercer CFA Institute Global Pension Index 2021)

Morgunverðarfundur, miðvikudaginn 27. október kl. 8:00 - 10:00 á Grand Hótel

Ísland var nú í fyrsta sinn með í alþjóðlegri lífeyrisvísitölu og var í efsta sæti af 43 ríkjum í vísitölunni en hún mælir nægjanleika, sjálfbærni og traust.

Landssamtök lífeyrissjóða vilja af þessu tilefni boða til umræðufundar þar sem helstu niðurstöður verða kynntar og kallað eftir viðbrögðum nokkurra aðila sem áhrif hafa á þróun lífeyrismála.

Dagskrá

8:00-8:30 **Morgunverður**

8:30-8:35 **Setning**
Þórey S. Þórðardóttir, framkvæmdastjóri LL

8:35-9:00 **Yfirferð yfir helstu niðurstöður**
Stefán Halldórsson, verkefnastjóri LL

9:00-9:30 **Innlegg í umræðuna um núverandi stöðu og framtíðarþróun**

Á fundinn mæta fulltrúar nokkurra aðila sem standa að baki uppbyggingu og þróun íslenska lífeyriskerfisins. Verða þeir með stutt innlegg um viðbrögð við skýrslunni og sýn þeirra á hvernig best verður staðið að framtíðarþróun lífeyrismála á Íslandi.

9:30-10:00 **Almennar umræður og fyrirspurnir**

Stjórnandi:
Benedikt Jóhannesson, stærðfræðingur

LANDSSAMTÖK LÍFEYRISSJÓÐA

Skráning á:
Lifeyrismal.is

Merkisatburðir

1927 Gagnfræðaskólinn á Akureyri fær heimild til að útskrifa stúdenta og við það verður hann Menntaskólinn á Akureyri.
1961 Hraungos hefst í Öskju og stendur yfir fram í desember.
1986 Hallgrímskirkja í Reykjavík vígð eftir 41 árs byggingarsögu.
1995 Snjóflóð fellur á Flateyri með þeim afleiðingum að tuttugu farast.
2009 Tilkynnt er að McDonald's á Íslandi verði lokað.

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Þuríður Bergmann

Þingholtsstræti 13,

lést fimmtudaginn 21. október. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík föstudaginn 29. október klukkan 15.

Valtýr Guðmundsson
Oddur Már Gunnarsson
Sólveig Kr. Bergmann
og aðrir ástvinir.

†

Jón Brynjólfsson

Sóltúni 10,

lést 11. október. Útförin hefur farið fram að ósk hins látna.

Sjöfn Ólafsdóttir eiginkona, börn, barnabörn, tengdabörn og systir.

†

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Elínborg Bernódusdóttir

Miðstræti 11, Vestmannaeyjum,

sem lést aðfaranótt sunnudagsins 17. október sl. á sjúkrahúsinu í Vestmannaeyjum, verður jarðsungin frá Landakirkju í Vestmannaeyjum fimmtudaginn 28. október 2021 kl. 13. Streymt verður frá útförinni: landakirkja.is.

Ölver Jónsson **Svanhildur Inga Ólafsdóttir**
Hinrik Jónsson
barnabörn og barnabarnabörn.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA
Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er
www.utforin.is
Sverrir Einarsson
Jóhanna Eiríksdóttir
ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Útfararþjónusta í yfir 70 ár
Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Með verkinu vill Kjartan sýna fram á fjölbreytileika þjóðlaganna. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Þjóðararfur í höndum gervigreindar

Gömul íslensk þjóðlög verða gefin út og frumflutt í nýstárlegum búningi á morgun.

arnartomas@frettabladid.is

Tónlistarmaðurinn Kjartan Ólafsson heldur tónleika í Mengi á morgun samhliða útgáfu sinni á átta gömlum íslenskum þjóðlögum í nýstárlegum búningi. Verkið á sér þó nokkra forsögu sem hófst í tónskáldasetrinu í Visby á Gotlandi árið 2006.

„Ég var að hljóðrita alls kyns hljóð og hljóðfæri og meðal annars efni úr þessum þjóðlögum," segir Kjartan. „Ég fór að gera tilraunir með þjóðlögin sjálf, sem eru í sjálfu sér frekar einföld að gerð, en þá kom ýmislegt í ljós."

Kjartan setti efniviðinn í gegnum gervigreindarforrit sem vann efnið og útbjó ýmsar útgáfur af lögunum og þær sem stóðu eftir komu honum á óvart.

Móðir Jörð tekur undir

„Þegar ég fór að gera tilraunir með taktmótífin kom í ljós að þetta var farið að minna á popp eða jafnvel danstónlist," segir hann. „Þeir sem hafa heyrt af þessu eiga erfitt með að segja til um hvaða stíll þetta er."

Kjartan lýsir tónlistinni sem einfaldri og flókinni í senn. „Það er erfitt að skilgreina þetta því hljóðheimurinn er svo stór og fjölbreyttur," segir hann. „Þetta er smá bræðingur en þetta hljómar ekki illa í eyrum. Stundum þykjast menn heyra Móður Jörð vera að kveða þarna á bak við. Saman myndar hvert kvæði eina heild sem er bundin við þjóðlagið.

Þótt texti laganna hafi ekki verið aðalatriðið er þó mjög sterkur litur í lögunum sem mun fá að njóta sín á útgáfutónleikunum á morgun. Þar mun Gunnsteinn Ólafsson sinna hlutverki kynnis og fræða gesti um bakgrunn laganna auk þess sem Bára Grímsdóttir og Pétur Húni Björnsson munu kveða lögin í upprunalegri mynd áður en þau verða flutt í nýjum búningi.

> Þetta er smá bræðingur en þetta hljómar ekki illa í eyrum.

Kjartan segist hafa skemmt sér vel við að vinna í kringum lögin sem hann segir vanmetinn þjóðararf. „Með því að sýna þessa birtingarmynd af þjóðararfinum þá erum við kannski að sýna fram á fjölbreytileika hans og menningu okkar í alþjóðasamfélagi." ■

†

Elsku móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Kristín Sigríður Guðjónsdóttir

frá Fremstuhúsum í Dýrafirði,

lést í faðmi fjölskyldunnar á Landspítalanum við Hringbraut mánudaginn 18. október. Jarðarförin fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík fimmtudaginn 28. október klukkan 13.00.

Haraldur G. Samúelsson **Ásta Benediktsdóttir**
Guðrún Ó. Samúelsdóttir **Guðmundur Árnason**
Borgný Samúelsdóttir **Halldór Gunnlaugsson**
Arnlaugur K. Samúelsson **Jana Ágústsdóttir**
Gísli Sigurjón Samúelsson
Jónína I. Samúelsdóttir
Kristján G. Kristjánsson **Maliwan Phumipraman**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Elsku hjartans eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Rannveig Agnethe J. Óskarsdóttir

sjúkraliði,
Norðurgötu 38, Akureyri,

var hafin til dýrðarinnar á dvalarheimilinu Hlíð 19. október. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju mánudaginn 1. nóvember klukkan 13.00.
Streymt verður frá athöfninni á Facebook-síðunni Jarðarfarir í Akureyrarkirkju - beinar útsendingar.

Einar Björnsson
Óskar Einarsson **Bente Bensdóttir**
Ingibjörg Einarsdóttir
Björn Einarsson **Andzelika Florkiewicz**
Jakobína Dögg Einarsdóttir **Ólafur Snædal**
ömmu- og langömmubörn.

†

Ástkær eiginmaður, faðir, tengdafaðir, bróðir, mágur, afi og langafi,

Snorri Kristinn Þórðarson

Ársölum 1,

lést í faðmi fjölskyldunnar á Líknardeild Landspítalans, miðvikudaginn 20. október. Útförin fer fram 1. nóvember kl. 13.00 frá Lindakirkju.

Brynja Böðvarsdóttir
Böðvar Snorrason **Kristín V. Jónsdóttir**
Þórður Snorrason **Herdís Sigurðardóttir**
Ingibjörg H. Snorradóttir **Páll Ólafsson**
Sigríður Brynja Snorradóttir **Sveinn Daníel Arnarson**
Jóna Maggý Þórðardóttir **Haukur Óskarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Helga Pétursdóttir

Dalseli 20, Reykjavík,

andaðist laugardaginn 16. október á Landspítalanum Fossvogi. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni miðvikudaginn 27. október klukkan 13.00. Sérstakar þakkir fær starfsfólk á deild B7 Landspítala Fossvogi.

Guðrún Guðbjartsdóttir **Guðjón Þ. Sigfússon**
Kristinn H. Guðbjartsson **Laufey Ó. Hilmarsdóttir**
Álfheiður J. Guðbjartsdóttir **Olaf Sveinsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

ÞRIÐJUDAGUR 26. október 2021

Búningarnir eru skemmtilega kynlausir og ætti hver sem er að geta nýtt hugmyndina. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Einn-tveir-þrír-fjórir-fimm smokkfiskur

johannamaria@frettabladid.is

Netflix veðjaði heldur betur á réttan hest með sjónvarpsþættinum Squid Game sem er einn alvinsælasti sjónvarpsþáttur sem streymisveitan hefur sýnt. Squid Game er dystópískur staður þar sem fullorðið fólk, sem hefur spilað sig út í horn í lífinu, fær annað tækifæri til þess að spila sig inn í það aftur með því að taka þátt í barnaleikjum. En stígirðu feilspor á leikvellinum eru afleiðingarnar hrottalegar og alls ekki við barna hæfi. Ætla má að hrekkjavakan í ár verði lituð af búningum úr Squid Game enda nokkuð einfalt að verða sér úti um hráefnið.

Viltu vera vörður?
Rauður jogginggalli með hettu væri draumur. Einnig má redda sér með hvítum hazmat-samfestingi úr vefverslun öryggisfyrirtækjanna og lita rauðan með fatalit eða spreyja með rauðu málningarspreyi. Ekki gleyma smáatriðunum eins og svörtu teipi á réttum stöðum, svörtum hönskum, leikfangabyssu og svörtu belti. Grímuna er hægt að föndra með því að nota svarta húfu, klippa fyrir augu og munn, hylja með nokkrum umferðum af svörtu gegnsæju efni. Ekki gleyma að gera hring, ferhyrning eða þríhyrning með hvítu teipi framan á. ■

Hafsteinn Hafsteinsson og Hákon Guðröðarson, í dagstofunni í Hommahöllinni. FRÉTTABLAÐIÐ/SJÖFN

Fullkomið hús fyrir Hommahöllina

Í Sigfúsarhúsi, sögufrægu stórhýsi í Neskaupstað, býr Hákon Guðröðarson, sem ávallt er kallaður Hákon Hildibrand, ferðaþjónustu- og menningarfrumkvöðull, ásamt eiginmanni sínum Hafsteini Hafsteinssyni, myndlistarmanni og rithöfundi. 2

Hákon og Hafsteinn eru einnig eigendur Hildibrand hótels og Beituskúrsins í Neskaupstað sem hefur vakið mikla athygli fyrir einstaka matarupplifun í umhverfi sem á engan sinn líka. Þeir hafa verið saman í ellefu ár, giftir í tvö og búið í Neskaupstað í tíu ár.

Hvernig kom það til að þið ákváðuð að fjárfesta í þessu glæsilega húsi og gera það upp?

„Við höfum í mörg ár látið okkur dreyma um að eignast stórt heimili þar sem væri nóg pláss fyrir vinnurými og listsköpun og aðstaða til að taka á móti listafólki í lengri og styttri dvalir, með fókus á hinsegin listafólk og þá sem vinna með hinsegin tengt efni í sínum verkum. Þegar Sigfúsarhús fór í sölu í lok sumars 2020 var þar komið hið fullkomna hús undir okkur og okkar drauma.“

Á þetta hús sér mikla sögu?

„Sigfúsarhús á stórmerkilega sögu og hefur verið notað undir ýmsa starfsemi í gegnum tíðina svo sem heimavist og félagsaðstöðu eldri borgara. Upphaflega var húsið reist 1894 sem kaupmannsheimili og verslun,“ segir Hákon.

Upphaflegu útliti leyft að njóta sín

Aðspurður segir Hákon að framkvæmdirnar hafi gengið mjög vel og mikil vinna hafi verið lögð í að gefa húsinu sinn upphaflega sjarma. „Framkvæmdir innandyra gengu mjög vel fyrir sig þrátt fyrir að fara þyrfti í miklar endurbætur á stórum liðum svo sem baðherbergi, eldhúsi, öllu vatni og lagnakerfi, kyndingu og stórum hluti rafmagns. Öllu sem mögulega var hægt að nýta, sem var upprunalegt, var leyft að njóta sín og endurnýtt. Mikið var lagt í að rífa sig niður í gegnum seinni tíma viðbætur og niður á hið upphaflega. Stór hluti skrautlista, gerefta og slíkra „díteila“ var löngu horfinn og þurfti að smíða upp á nýtt til að gefa húsinu upphaflega sjarmann. Næsta skref verður ytra útlit og að setja aftur upprunalega glugga og skraut á húsið.“

Eru breytingarnar ykkar hönnun, voruð þið strax komnir með mynd af því í huganum hvernig þið vilduð hafa heimili ykkar?

„Við höfðum strax nokkuð ákveðnar hugmyndir um hönnun og notkun, í ferlinu tók sumt breytingum eftir aðgengi að efni og því sem kom undan þegar farið var að rífa út. Hönnun og stíll á enga sérstaka fyrirmynd en endurspeglar okkur vel.“

Breytingarnar á húsinu gengu mjög hratt og í raun ótrúlega vel að sögn Hákonar. „Við fengum húsið afhent um miðjan september 2020 og fluttum inn í mars 2021, þetta voru því um sjö mánuðir sem fóru í framkvæmdir,“ segir Hákon og bætir því við að það hafi komið sér vel að nota tímann í þetta verkefni í Covid. „Við fengum mikla hjálp frá vinum og fjölskyldu og vorum einstaklega heppnir með iðnaðarmenn.“

Safna listgripum og málverkum

Heimilisstíll þeirra Hákonar og Hafsteins hefur heillað gesti og sérstaklega hve iðnir þeir hafa verið við að gefa gömlum hlutum nýtt líf. „Stíllinn okkar er öðruvísi og ekkert mínímalískur, mikið af gömlum munum og mublum sem við höfum safnað í gengum tíðina, blandað við list og hönnun og einstaka nýja hluti. Við viljum hafa liti og hlýleika og að allt segi einhverja sögu. Flest sem við eigum á sér einhverja sögu, er tengt manneskjum eða ferðalögum.“

Sigfúsarhús í Neskaupstað, byggt 1894, nú kallað Hommahöllin. Eftir er að færa ytra byrði hússins til upprunalegs horfs. Verkið á stiganum er eftir franska listakonu, Gabriella Panarelli, sem dvaldi hjá þeim í sumar.

Úr vinnustofu Hafsteins, mublur frá fjölskyldu hans, bækur og myndlist eru eftir Hafstein.

Eldhúsið fræga, eldhúsborðið er frá um 1880 og kemur frá Stöðvarfirði, stólarnir úr ILVA, innrétting frá IKEA.

Sjöfn Þórðardóttir
sjofn
@frettabladid.is

Hákon og Hafsteinn eru báðir mjög listfengir. „Næstum allt okkar innbú er antík eða klassísk hönnun sem við höfum safnað, bjargað eða fengið gefna. Við erum líka báðir mikið fyrir list og söfnum alls konar listgripum og málverkum, við erum ekkert fyrir auða hvíta veggi.“

Draumaeldhúsið hlýlegt og grand

Eldhúsið er einstaklega vel hannað og er sannkallað draumaeldhús fyrir alla sælkera. „Við ákváðum strax að stærsti hluti af kostnaðaráætlun við endurbætur færi í að gera draumaeldhúsið. Við erum miklir matmenn og finnst gaman að halda veislur og svo eru ansi oft margir gestir hjá okkur.“

Eldhúsið er stórt með endalausu bekkjarplássi sem hentar vel þegar Hákon gerist stórtækur í bakstri og matseld. „Okkur fannst mikilvægt að eldhúsið yrði hjartað í heimilinu og að stíllinn á því væri hlýlegur en grand og hæfði svona flottri höll. Til að tengja saman eldhúsið við stofurnar var gamla búrið rifið út og gerður bar inni í borðstofu, það kom ótrúlega vel út og gerði frábært flæði í rýmin. Við fengum hana Guðbjörgu Önnu Árnadóttur til að hanna innréttinguna og uppröðunina og innréttingin er svo úr IKEA, en við kolféllum fyrir þessum lit, minnir á gamlar innréttingar eins og hefðu getað verið í upphaflegu versluninni hér í húsinu,“ segir Hákon og er ákaflega stoltur af eldhúsinu sem er hin mesta prýði.

Dökkir og hlýlegir litir

Borðstofan er krúnudjásnið í húsinu, hún var einnig það rými þar sem mest af upphaflegu skrauti hafði fengið að halda sér í gegnum árin. Litirnir eru dökkir en hlýlegir og gefa henni einhvern aukinn virðuleika. „Dökkgræni liturinn tengir eldhúsið og stofuna saman, svo þegar við fórum að rífa úr loftinu komu í ljós gamlar fjalir með mörgum tónum af grænum lit og við ákváðum að leyfa þeim að njóta sín. Stíllinn er blanda af goth og mid-century, hér er hver hlutur með mikla sögu og tengingu.

Borðstofusettið er íslensk smíði og okkur áskotnaðist það úr dánarbúi á Stöðvarfirði. Við vildum hafa lítið borð í eldhúsinu til að hafa kósí fyrir okkur tvo dagsdaglega og tryggja að borðstofan yrði sannarlega notuð þegar það væru gestir í mat. Hvernig rýmin flæða gerir hana líka mjög aðgengilega og hér við sitjum daglega. Oft eru betri stofur upp á punt og bara notaðar á stórhátíðum, að okkar mati eru falleg rými til að nota og njóta.“

> **Við ákváðum strax að stærsti hluti af kostnaðaráætlun við endurbætur færi í að gera draumaeldhúsið. Við erum miklir matmenn og finnst gaman að halda veislur.**
>
> Hákon Guðröðarson

Í betri stofunni á hver hlutur sögu og tengingu. „Sumt er fjölskyldutengt og annað eru hlutir sem við höfum keypt á antíkmörkuðum á ferðalögum, svo er líka mikið um list og handverk eftir vini okkar.“

Flestir hlutir í húsinu hafa tilfinningalegt gildi fyrir þá Hákon og Hafstein. „Við höfum flutt oft síðustu árin og þá látum við hluti frá okkur sem að við tengjum minna við. Eftir stendur að nánast allt innbúið okkar á einhverja sögu eða sál sem okkur þykir vænt um.“

Djarft og mynstrað veggfóður

Litaval og veggfóður í húsinu vekur eftirtekt og sérstaklega í herbergjum hússins.

„Við vildum hafa hlýlega og gamaldags liti og vorum búnir að velja litina þegar við byrjuðum að rífa út og það skemmtilega var að nánast allir litirnir sem við höfðum valið komu í ljós einhvers staðar í húsinu. Svo vildum við poppa upp herbergin með veggfóðri, við völdum djarft og mikið mynstrað. Við viljum hafa hlutina persónulega og öðruvísi, við fylgjum engum tískustraumum eða hönnunarstefnum. Svo verður að vera smá húmor og eitthvað ögrandi.“

Hákon er á því að fólk eigi að leyfa sér að hafa persónulegan stíl og ekki að fylgja tískunni of mikið. „Tískan fer alltaf í hringi og er endalaus eltingaleikur, persónuleg og hlýleg heimili eru sígild.“ ■

Upprunalegi veggurinn með púslu-timbri fékk að halda sér í dagstofunni. Myndir á veggjum eftir Hafstein. Tekkskápurinn var keyptur á nytjamarkaði á Norðfirði.

Borðstofan, borðið er íslensk smíði, sófasettið er sérsmíðað í Serbíu, íslensk list eftir Karólínu, Arngrím, Ásgeir Smára. Loftið er með upprunalegu fjölunum.

Barinn og tenging milli eldhúss og borðstofu. Verkið yfir borðstofuborðinu er eftir Arngrím Sigurðsson og var keypt á sama tíma og húsið.

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

Útgefandi: Torg ehf.
Ábyrgðarmaður: Björn Víglundsson

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 5766 | **Sandra Guðrún Guðmundsdóttir,** sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | **Starri Freyr Jónsson** starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

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

Stóreldhús

KYNNINGARBLAÐ

ÞRIÐJUDAGUR 26. október 2021

Kynningar: ELKO, Fastus.

„Við erum með fjórar verslanir og öfluga vefverslun sem er í stöðugum vexti," segir Þorvaldur Þorvaldsson, vörustjóri heimilistækja hjá ELKO í Lindum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ótrúlegt vöruúrval er sérstaða ELKO

ELKO býður upp á fjölda þekktra og vandaðra merkja þegar kemur að eldhústækjum fyrir bæði minni og stærri heimili landsins. Nýjasta merkið er Hisense sem miklar vonir eru bundnar við. 2

„Ef viðskiptavinir eru að íhuga stærri kaup, til dæmis að skipta öllu út, þá gerum við þeim að sjálfsögðu gott tilboð," segir Þorvaldur Þorvaldsson.

Þegar kemur að eldhústækjum býður ELKO upp á mjög mikið úrval fyrir stór og smá eldhús, að sögn Þorvalds Þorvaldssonar, vörustjóra heimilistækja hjá ELKO í Lindum. „Við bjóðum upp á öll þekktustu merkin svo sem AEG og Electrolux, Bosch og Siemens, Samsung og LG og svo auðvitað Miele. Við erum einnig með ódýrari merki í Logik og Kenwood og svo nýja merkið okkar Hisense sem við vorum að byrja með í sumar. Ef viðskiptavinir eru að íhuga stærri kaup, til dæmis að skipta öllu út, þá gerum við þeim að sjálfsögðu gott tilboð. Það er sölumenn í verslunum sem sjá um tilboð til heimila á meðan fyrirtækjaþjónustan sér um fyrirtæki og stofnanir."

Vandaðar og tæknilegar vörur

Nýjasta merki ELKO, Hisense, var stofnað 1969 og framleiddi þá aðallega útvörp. Í dag er fyrirtækið einna þekktast fyrir framleiðslu á sjónvörpum. „Þeir eiga yfir 40 dótturfélög og framleiða undir nöfnum eins og Sharp, Toshiba og Gorenje. Þeir eru víða með verksmiðjur, meðal annars í Kína, Tékklandi, Bandaríkjunum og Þýskalandi og með yfir 80.000 starfsmenn. Þeir komu sterkir inn á heimilistækjamarkaðinn í Evrópu 2018 þegar þeir keyptu Gorenje og eru að hluta til að taka við af því merki hjá okkur. Gorenje hefur reynst okkur vel í gegnum árin og við eigum því ekki von á öðru með Hisense enda eru þetta vandaðar og tæknilegar vörur á sanngjörnu verði. Þeir hafa undanfarið verið áberandi í fótboltanum sem einn af bakhjörlum Evrópukeppni karla í sumar og núna í Meistaradeildinni."

Stöðug þróun

Þótt það séu ekki beint róttækar breytingar á milli ára í greininni eru tækin öll í stöðugri þróun eins og allt í þessum heimi, segir Þorvaldur. „Þvottavélar eru margar hverjar komnar með sjálfvirka skömmtun á þvottaefni og tvöfaldir skápar komnir með tölvuskjá framan á hurð og myndavélar inn í. Tækin eru einnig að verða sparneytnari á rafmagn og mörg tæki komin með WiFi-tengingu. Fyrir um ári síðan voru svo teknar í notkun nýjar orkumerkingar á kæli- og frystitækjum og einnig á þvottavélum og uppþvottavélum enda var gamli orkuskalinn löngu sprunginn."

Hann segir helstu nýjungina vera að helluborð eru komin með innbyggðan háf sem gerir það að verkum að skápapláss nýtist mun betur en áður. „Annað sem hefur verið að gerast á undanförnum árum er breyting á því hvernig við ryksugum. Salan á hefðbundnum ryksugum er að minnka en færist í staðinn yfir í róbot-ryksugur eins og Roborock og iRobot og einnig í dýrari skaftryksugur frá Dyson og fleirum sem eru orðnar mun öflugri en áður."

Rík þjónustulund

Sérstaða ELKO er auðvitað ótrúlegt vöruúrval, segir Þorvaldur, stór lager og mjög gott vöruflæði. „Við erum með fjórar verslanir og öfluga vefverslun sem er í stöðugum vexti. Verslanir okkar bjóða auk þess upp á einfalda og þægilega greiðsludreifingu, viðbótartryggingu og góðan skilarétt og við erum einnig með ríka þjónustulund og trausta viðgerðarþjónustan víða um land."

Hann segir heimakstur í boði á höfuðborgarsvæðinu og á Akureyri á sanngjörnu verði og að einnig megi sækja vörur beint í Bakkann, vöruhús ELKO sem stendur við Skarfagarða í Reykjavík. „Við bjóðum einnig upp á „Panta og sækja" sem er frí afhending á smærri vörum í ELKO-verslunum og völdum N1-stöðvum víða um land sem margir kunna vel að meta." ■

Nánari upplýsingar á elko.is.

ELKO býður upp á mikið úrval tvöfaldra ísskápa.

Úrvalið af ofnum er mjög mikið í verslunum ELKO.

Fallegur háfur getur verið mikil prýði fyrir eldhúsið.

Stílhrein spanhelluborð með innbyggðum gufugleypi.

DYSON skaftryksugurnar eru ótrúlega öflugar.

Roborock T7S Plus róbót ryksugan er mjög vinsæl.

Glæsileg eldavél frá SMEG með tveimur ofnum og spanhelluborði með fimm hellum.

Uppþvottavélar í miklu úrvali fyrir stór og smá heimili.

Örbylgjuofnar í mörgum stærðum sem henta einstaklingum jafnt sem stórum fjölskyldum.

Verslanir ELKO bjóða upp á mikið úrval af þvottavélum.

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

Fyrir þitt eldhús

Ekran er öflug heildverslun sem býður fyrirtækjum upp á heildarlausnir með breiðu vöruúrvali, sérþekkingu og persónulegri þjónustu.

Klettagörðum 19, 104 Reykjavík
Óseyri 3, 603 Akureyri
530 8500 / ekran.is

Ekran

Danish Crown · Danpo · Debic · Hellmann's · Knorr · Verstegen Fresh Services

Kælar og gufupottar eru frá Metos í Finnlandi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Rafn Þorsteinsson söluráðgjafi og Jóhannes Ægir Kristjánsson, deildarstjóri fyrirtækjasviðs Fastus.

Kæliborð frá Metos Finnlandi.

Eldhúsið er afar glæsilegt. Mjög öflugar spaneldavélar frá hinu svissneska fyrirtæki Menu System.

Gufuofnar frá þýska fyrirtækinu Convotherm.

Tilbúin eru þrjú af þremur eldhúsum og er munurinn ótrúlega mikill, að því er Sigurður Daði segir.

Kennslueldhús á heimsmælikvarða

Fastus hefur sett upp nýja kennsluaðstöðu fyrir Hótel- og matvælaskólann í Menntaskólanum í Kópavogi.

Rétt hönnun og hagkvæmt skipulag í kennslueldhúsi er afar mikilvægt og stuðlar að bestri mögulegri vinnuaðstöðu fyrir nemendur og hámarkar þá um leið afköst. Þau eldhús sem ráðgjafar Fastus hafa komið að síðustu áratugina skipta hundruðum og reynslan sýnir að hægt er að treysta á fagþekkingu þeirra við hönnun og skipulagningu á slíkri aðstöðu.

Rafn Þorsteinsson, söluráðgjafi hjá Fastus, segir að fyrirtækið bjóði upp á margþættar lausnir fyrir stóreldhús, veitingastaði og hótel auk mötuneyta fyrirtækja, skóla og heilbrigðisstofnana.

„Við bjóðum upp á afar faglega ráðgjöf og þjónustu í mati á lausnum, sem og vali á tækjabúnaði. Hjá okkur er auk þess að finna mikið úrval af sérsniðnum innréttingum fyrir stóreldhús og húsgögnum fyrir veitingastaði. Núna fyrr í haust komum við að því að innleiða og setja upp nýtt eldhús fyrir Hótel- og matvælaskólann í Menntaskólanum í Kópavogi, þar sem meðal annars nemar í matreiðslu, framreiðslu og í bakaraiðn leggja stund á verklegt nám, en þar eru þrjú fullbúin kennslueldhús. Fastus sá um að endurnýja öll eldhúsin og uppvöskunaraðstöðuna með nýjum tækjabúnaði. Endurnýjun kennslueldhúsanna hófst 2018 og hafa nú þrjú af þremur eldhúsum verið endurnýjuð auk eldhúss fyrir mötuneyti skólans.

Gerður var samningur um að Fastus myndi útvega alla gufusteikingarofna á fjögurra ára fresti, samhliða því að gera öll eldhús klár til notkunar. Sett voru upp loftræstiloft sem eru með sjálfhreinsibúnaði og var lýsingin bætt til muna sem kemur sér mjög vel fyrir nemendur. Þetta eru stóreldhús á heimsmælikvarða sem hafa vakið gríðarlega athygli og almenna ánægju.“

> **Þau eldhús sem ráðgjafar Fastus hafa komið að síðustu áratugina skipta hundruðum og reynslan sýnir að hægt er að treysta á fagþekkingu þeirra við hönnun og skipulagningu.**

Öflugir birgjar eru ómetanlegir

Fastus hefur í gegnum tíðina lagt mikla áherslu á að skipta einungis við hágæða framleiðendur og birgja. Í þessari nýju kennsluaðstöðu kom tækjabúnaður frá eftirfarandi birgjum sem Fastus hefur umboð fyrir hér á landi:

- Loftræstiloft frá Vianen í Hollandi.
- Stálborð/vinnuborð frá Nicro í Noregi.
- Kælar og gufupottar frá Metos í Finnlandi.
- Mjög öflugar spaneldavélar frá hinu svissneska fyrirtæki Menu System.
- Gufuofnar frá þýska fyrirtækinu Convotherm.
- Uppþvottavélar frá sænska framleiðandanum Wexiodisk.
- Hraðkælar frá Irinox.

Allir þessir framleiðendur hafa verið burðarliðir í umræddu verkefni sem hófst árið 2017 við Menntaskólann í Kópavogi. Tækni- og þjónustusvið Fastus sá svo um alla uppsetningu í nýju aðstöðunni á fyrrgreindum tækjum og búnaði, og skilaði verkinu frá sér fullbúnu í byrjun september síðastliðins.

Nýju kennslueldhúsin frábær

Hótel- og veitingaskólinn var skóli þar sem íslenskir matreiðslumenn og þjónar lærðu fag sitt um árabil. Skólinn er nú hluti af Menntaskólanum í Kópavogi þar sem iðnnám í matvælagreinum er kennt í dag. Við MK er nú kennd bakaraiðn, framreiðsla, kjötiðn og matreiðsla.

Að sögn Sigurðar Daða Friðrikssonar, deildarstjóra matreiðslu MK, hefur gengið mjög vel að endurnýja kennslueldhúsin: „Tilbúin eru þrjú af þremur eldhúsum og er munurinn ótrúlega mikill. Áður tóku kennslurýmin átta nemendur á einni vinnustöð, þar sem þeir deildu aðstöðu, en nú er rými fyrir fjórtán manns. Tækin eru góð og borðplássin í þægilegri stærð.“ ■

FRÉTTABLAÐIÐ

Fasteignablaðið

43. TBL. 26. OKTÓBER 2021

FASTEIGNIR.FRETTABLADID.IS

Reykjavík
Snæfellsbæ
Höfn Hornafirði

VALHÖLL FASTEIGNASALA STOFNUÐ 1995

588 4477
Síðumúla 27
www.valholl.is

Ingólfur Geir Gissurarson, Framkvæmdastjóri, lögg. fasteignasali, leigumiðlari, 896 5222, ingolfur@valholl.is
Heiðar Friðjónsson, Sölustjóri, löggiltur fasteignasali B.Sc, 693 3356, heidar@valholl.is
Hildur Harðardóttir, Lögfræðingur, löggiltur fasteignasali, skjalagerð., 897 1339, hildur@valholl.is
Snorri Snorrason, Löggiltur fasteignasali, 895 2115, snorri@valholl.is
Hólmfríður Björgvinsdóttir, Ritari, ritari@valholl.is, 588 4477, holmfridur@valholl.is
Hrafnhildur B. Baldursdóttir, Löggiltur fasteignasali. BA í Stjórnmálafræði., 862 1110, hrafnhildur@valholl.is
Pétur Steinar Jóhannsson, Aðstoðarm. fasteingasala Snæfellsnesi, 893 4718, petur@valholl.is
Anna F. Gunnarsdóttir, Löggiltur fasteignasali Lista og innanhús stilisti, 892 8778, anna@valholl.is
Sturla Pétursson, Löggiltur fasteignasali, 899 9083, sturla@valholl.is
Elín Viðarsdóttir, Löggiltur fasteignasali, 695 8905, elin@valholl.is

Framúrskarandi fyrirtæki

Fagleg þjónusta
Vönduð vinnubrögð

Nútímaleg, kraftmikil og framsækin fasteignasala sem byggir á áratuga reynslu starfsmanna!

Erum við
að leita **að þér?**

Glæsiíbúð í Listhúsinu

Fasteignamarkaðurinn ehf., s. 570-4500, kynnir til sölu óvenjulega glæsilega íbúð í Listhúsinu við Engjateig við Laugardalinn í Reykjavík.

Um er að ræða 212,6 fermetra, sex herbergja endaíbúð á tveimur hæðum með gluggum í þrjár áttir, sérinngangi, mjög stórum þakgluggum og yfirbyggðum, opnanlegum suðursvölum.

Íbúðir af þessu tagi eru mjög sjaldgæfar í Reykjavík, en íbúðin er í anda loft-íbúða í stórborgum erlendis. Hið innra var eignin sérstaklega hönnuð og skipulögð af Steve Christer, arkitekt hjá Studio Granda, fyrir fáeinum árum og í henni er mjög mikil lofthæð á báðum hæðum eða allt að 4,5 metrar.

Sérsmíðaðar innréttingar, hillur og fleira eftir teikningum Steve Christer.

Íbúðin stendur við opið svæði til austurs og norðurs og því mjög rúmt um hana og hún afar björt. Íbúðin getur verið laus fljótlega.

Glæsileg íbúð í Listhúsinu er nú til sölu. Íbúðin er afar vönduð og hönnunin sérstaklega smekkleg. MYNDIR/AÐSENDAR

Íbúðin er á tveimur hæðum.

Lýsing eignar:
Forstofa, kókosteppalögð og með fataskáp með rennihurð með spegli á. Hol, parketlagt og með föstum hillum.

Baðherbergi, rúmgott, mósaíklagt gólf og veggir, innbyggðir speglaskápar með lýsingu í, handklæðaofn og stór mósaíklögð sturta með innbyggðum tækjum í vegg og sturtugleri.

Barnaherbergi I, stórt, parketlagt og með fataskáp með rennihurð með spegli á.

Eldhús, bjart, rúmgott og parketlagt með fallegum hvítum- og viðarinnréttingum með flísum á milli skápa og góðri borðaðstöðu. Samliggjandi stofur, mjög stórar, bjartar og parketlagðar með mikilli lofthæð og stórum gluggum. Fallegt útsýni úr stofum yfir garð Ásmundarsafns, að Esjunni og víðar.

Gengið er upp á efri hæð íbúðarinnar um fallegan sérsmíðaðan stálstiga með viðarþrepum. Stigapallur, parketlagður. Baðherbergi, mósaíklagt gólf og veggir, innbyggðir speglaskápar með lýsingu í speglum, handklæðaofn, mjög fallegt frístandandi baðkar og mósaíklögð sturta með innbyggðum blöndunartækjum í vegg.

Þvottaherbergi, mósaíklagt gólf og hluti veggja og innrétting með vinnuborði.

Barnaherbergi II, parketlagt og stórt með fataskápum á heilum vegg. Mikil lofthæð í herbergi. Hjónasvíta, parket- og mósaíklögð, stór og með yfirbyggðum opnanlegum svölum til suðurs. Mjög mikil lofthæð er í hjónasvítu, fataskápar, innbyggður ísskápur og innrétting með vaski.

Barnaherbergi III, inn af hjónaherbergi er parketlagt og með svefnlofti yfir að hluta. Þetta herbergi hefur verið notað sem fataherbergi.

Í kjallara er sér geymsla sem er 7,2 fermetrar að stærð.

Húsið að utan er allt nýviðgert og málað og fyrirhugað er að skipta um þakjárn sumarið 2022. Skipt var um allt gler í íbúðinni árið 2018 og sett sólstopp gler auk þess sem skipt var um þá glugga sem þurfti. ■

Allar nánari upplýsingar og tímapantanir fyrir skoðun eignarinnar veitir Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali á skrifstofu Fasteignamarkaðarins ehf. í síma 570-4500 eða á netfanginu gtj@fastmark.is

heimili
fasteignasala
á traustum grunni
Finnbogi Hilmarsson löggiltur fasteignasali.

Grensásvegur 3 • 2 hæð • 108 Reykjavík • Sími 530 6500 • heimili@heimili.is • heimili.is

FÉLAG FASTEIGNASALA

Víkurbraut 17

230 Reykjanesbæ

Glæsileg 246 fm þakíbúð á tveimur hæðum á einum besta stað í Reykjanesbæ við höfnina.

- Einstaklega **björt og falleg rými**.
- **Stórbrotið útsýni** yfir hafið og yfir bæinn. Gólfsíðir gluggar að hluta.
- Tvennar svalir, þar af **102 fm þaksvalir** með snjóbræðslu þar sem gert er ráð fyrir möguleika á heitum potti.
- Baðherbergi er á báðum hæðum. Hiti er í gólfum. **Aukin lofhæð** á efri hæð.
- **Rúmgott bílastæði** í upphitaðri bílageymslu.
- Íbúðin er **afhent tilbúinn undir tréverk** í samræmi við nánari skilalýsingu sem býður upp á mikið frelsi í vali á hönnun og skipulagi.
- Húsið er byggt af Húsagerðinni hf. sem starfað hefur við góðan orðstír á byggingarmarkaði frá árinu 1972.
- Um er að ræða eina **glæsilegustu íbúð** Reykjanesbæjar!

Verð: **110 millj.**

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Óskari í síma **691 1931**

Nánari upplýsingar veitir:

Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
sími: 691 1931
ohb@miklaborg.is

MIKLABORG | Með þér alla leið

569 7000 | Lágmúla 4 | miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

BUGÐUFLJÓT 17D – 270 MOSFELLSBÆR

Nýtt vandað atvinnuhúsnæði
Hvert bil er 113,6 m2
VERÐ 39,2 m.

Nýtt vandað atvinnuhúsnæði sem er að rísa á stórri lóð á Tungumelum. Húsið er reist úr forsteyptum einingum. Tvær innkeyrsluhurðar eru á hverju bili 4,2X4 m og 3X3 m. Allt að 7 m lofthæð sem gefur mögulegt á að setja upp allt að 52,2 m2 milliloft í hverju bili, fjölga þannig fermetrum og auka verðmæti þeirra.

Hafðu samband og bókaðu skoðun

Fasteignasala Mosfellsbæjar
SVANÞÓR EINARSSON LÖGG. FASTEIGNASALI

Svanþór Einarsson
Lögg. fasteignasali • S: 698-8555
svanthor@fastmos.is

Sigurður Gunnarsson
Lögg. fasteignasali • S: 899-1987
sigurdur@fastmos.is

KJARNA - ÞVERHOLTI 2 • 270 MOSFELLSBÆ • SÍMI: 586 8080 • WWW.FASTMOS.IS

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

Óðinsgötu 4, 101 Reykjavík

Sími 570 4500 • fastmark@fastmark.is • www.fastmark.is

Jón Guðmundsson lögg. fasteignasali

Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali

Í TRAUSTUM HÖNDUM Í ÁRATUGI

2014 2018 Framúrskarandi fyrirtæki

Jón Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
jon@fastmark.is

Guðmundur Th. Jónsson
Lögg. fasteignasali
gtj@fastmark.is

Elín D. Guðmundsdóttir
Lögg. fasteignasali
elin@fastmark.is

Úlfar Freyr Jóhannsson
hdl og lögg. fasteignasali
ulfar@fastmark.is

Sigríður Kjartansdóttir
Lögg. fasteignasali
sigridur@fastmark.is

Gísli Rafn Guðfinnsson
Aðstoðarmaður fasteignasala
gisli@fastmark.is

Hallveig Guðnadóttir
Skrifstofustjóri
hallveig@fastmark.is

Óskum eftir öllum stærðum og gerðum eigna á skrá. Skoðum og metum samdægurs. Sanngjörn söluþóknun.

Stuðlaskarð 9-15 – Nýjar íbúðir í Skarðshlíðinni í Hafnarfirði.

6 ÍBÚÐIR EFTIR

- Stuðlaskarð 9-15 eru tvö tveggja hæða hús, hvort með fjórum íbúðum og tvö þriggja hæða hús, hvort með fjórum íbúðum.
- Allar íbúðir eru með sérinngangi.
- Íbúðirnar eru nú þegar fullbúnar og tilbúnar til afhendingar við kaupsamning.
- Allar innréttingar eru frá Brúnás, eldhústæki eru frá AEG og blöndunartæki frá Tengi. Íbúðin skilast með flísum á gólfi á baði og þvottaherbergi.
- Húsin eru vel staðsett við nýja vegtengingu við Skarðshlíðarhverfið.
- Byggingaraðili er Byggingarfélag Gylfa og Gunnars hf., www.bygg.is

Mánatún 1 - 3ja herbergja endaíbúð.

- Vel skipulögð 109,9 fermetra endaíbúð að meðtalinni sér geymslu í vönduðu fjölbýlishúsi við Mánatún í Reykjavík.
- Gluggar eru í þrjár áttir. Útsýni og yfirbyggðar opnanlegar svalir til suðurs. Lofthæð í íbúðinni er miklu meiri en gengur og gerist eða um 3,0 metrar.
- Bjartar stofur með gluggum til austurs og suðurs. Eldhús opið við stofu. Miklir skápar í hjónaherbergi.
- Tvö sérmerkt bílastæði í bílageymslu í kjallara hússins fylgja íbúðinni.

Verð 77,9 millj.

Laufásvegur 19. 3ja herbergja íbúð - sérinngangur.

Eignin verður til sýnis á morgun, miðvikudag frá kl. 17.00 – 17.30

- Mikið endurnýjuð 3ja herbergja 104,2 fm. íbúð á jarðhæð auk tveggja geymslna í góðu steinsteyptu húsi við Laufásveg í Reykjavík.
- Íbúðin var öll innréttuð árið 2017 m.a. gólfefni, innihurðir, eldhúsinnrétting og tæki, baðherbergi og raflagnir. Loft voru tekin niður að hluta og sett innfelld lýsing.
- Lofthæð í íbúðinni er um 2,75 metrar. Rúmgóð og björt stofa með gluggum í tvær áttir. Þvottaherbergi innan íbúðar.
- Íbúðin er með sérinngangi, en einnig er hægt að ganga inn í hana úr sameiginlegu stigahúsi hússins.

Verð 64,9 millj.

Skeifan 6 – Til leigu

- Til leigu nýstandsett um 220 fermetra skrifstofuhúsnæði auk um 300 fermetra lagerhúsnæðis þar sem innangengt er á milli á jarðhæð hússins nr. 6 við Skeifuna í Reykjavík en í húsinu eru einnig verslunin EPAL og Everest.
- Góðir gluggar eru til suðurs og austurs á skrifstofuhúsnæðinu og góðar innkeyrsludyr og aðkoma bakatil fyrir lagerhúsnæðið.
- Inngangur að framanverðu er sameiginlegur um stigahús sem nýtt er af tveimur öðrum fyrirtækjum í húsinu en einnig er hægt að hafa sérinngang bakatil.

Ingólfsstræti 7.

- Til sölu eða leigu íbúðar - eða skrifstofuhúsnæði á þremur hæðum í miðbænum á 351,0 fermetra afgritri lóð með 8-10 sér bílastæðum.
- Verið er að innrétta eignina upp á nýtt. Skipt verður um allar vatns- og frárennslislagnir sem og raflagnir og töflu. Gólf verða styrkt og endurnýjuð að hluta. Klæðning að innan verður endurnýjuð, bæði veggir og loft. Mögulegur kaupandi eða leigutaki getur haft áhrif á framkvæmdir ef hann kemur fljótt að borðinu.
- Nýtt rafmagnshlið var sett upp á lóðinni fyrir stuttu síðan og hún því lokuð og afgirt fyrir óviðkomandi umferð.

Heilsárshús við Valhallarstíg, Þingvöllum

TIL SÖLU

Hér er um að ræða eign í algjörum sérflokki.

Húsið stendur á fallega gróinni lóð með háum trjágróðri og grasflöt handan götu við opið svæði nærri vatninu með víðáttumiklu útsýni til fjalla.

Flókagata. Þriggja íbúða hús.

- 249,0 fm parhús á þremur hæðum og með þremur íbúðum í á eftirsóttum stað við Flókagötu í Reykjavík.
- 3ja herbergja íbúð á 2. hæð - 3ja herbergja íbúð á 1. hæð og 2ja herbergja íbúð í kjallara. Mögulegt er að stækka kjallaraíbúðina sem nemur sameign í kjallara og gera 3ja herbergja íbúð þar líka.
- Suðursvalir eru útaf 1. og 2. hæð hússins. Lofthæð í kjallara er mjög góð og aukin lofthæð er á efri hæðum hússins.
- Eignin stendur á 278,0 fm lóð, sem er viðhaldslítil og afgirt með steyptum veggjum og viðarverönd. Eign með mikla möguleika á frábærum stað miðsvæðis í Reykjavík.

Verð 139,0 millj.

MIKLABORG

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson
hdl. og löggiltir fasteignasalar

Jón Rafn Valdimars lögg. fasteignasali Sími: 695 5520
Gunnar S. Jónsson lögg. fasteignasali Sími: 899 5856
Ólafur Finnbogason lögg. fasteignasali Sími: 822 2307
Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali Sími: 899 1178
Elín Alfreðsdóttir lögg. fasteignasali Sími: 899 3090
Hreiðar L. Guðmunds lögg. fasteignasali Sími: 661 6021
Þórunn Pálsdóttir lögg. fasteignasali Sími: 773 6000
Ómar Hvanndal hdl. & aðst. fasteignas Sími: 832 3200
Barbara R. Bergþórs lögg. fasteignasali Sími: 823 0339
Jason Kr. Ólafsson lögg. fasteignasali Sími: 775 1515
Íris Arna Geirsdóttir aðst. fasteignasala Sími: 770 0500
Þröstur Þórhallsson lögg. fasteignasali Sími: 897 0634
Jórunn Skúladóttir lögg. fasteignasali Sími: 845 8958

2015 2021
Framúrskarandi fyrirtæki

Þóroddur S. Skapta lögg. fasteignasali Sími: 868 4508
Svan G. Guðlaugsson lögg. fasteignasali Sími: 697 9300
Axel Axelsson lögg. fasteignasali Sími: 778 7272
Óskar H. Bjarnasen lögg. fasteignasali Sími: 691 1931
Kjartan Í. Guðmunds lögg. fasteignasali Sími: 663 4392
Þórhallur Biering lögg. fasteignasali Sími: 896 8232
Friðrik Þ. Stefáns hdl. & aðst. fasteignas Sími: 616 1313
Friðjón Ö. Magnúss. lögg. fasteignasali Sími: 692 2704
Óskar S. Axelsson aðst. fasteignasala Sími: 691 2312
Ingi Þór Ingólfsson lögg. fasteignasali Sími: 698 4450
Páll Þórólfsson lögg. fasteignasali Sími: 893 9929
Ragnheiður Pétur hdl. og löggiltur fasteignasali

Furugerði 4
108 Reykjavík

NÝTT Í SÖLU

Fallegt og vel staðsett 332 fm einbýlishús með aukaíbúð og innb. bílskúr í rólegu hvefi

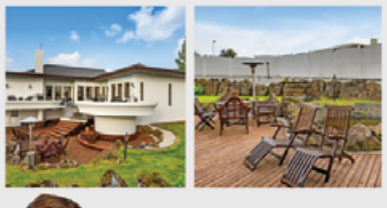
- Fimm svefnherbergi
- Þrjár stofur
- 3 baðherbergi
- 2ja herbergja íbúð með sér inngangi á neðri hæð
- Stór gróin garður

Verð: **154,9 millj.**

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Ólafi í síma **822 2307**

Nánari upplýsingar veitir:
Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jasoni í síma **775 1515**



Haukanes 13
210 Garðabær

Glæsilegt 517 fm einbýlishús á tveimur hæðum á 1.222 fm eignarlóð með útsýni á Arnarnesinu

- 4 glæsilegar stofur
- 6 svefnherbergi
- 4 baðherbergi
- Sjón er sögu ríkari

Nánari upplýsingar veitir:
Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Verð: **295 millj.**

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jórunni í síma **845 8958**

Dimmuhvarf 27
200 Kópavogur

Glæsilegt einbýli, 4 íbúðir ásamt bílskúr og hesthúsi

- Allar íbúðirnar með sérinngangi og glæsilega innréttaðar
- Mikil lofthæð og gólfsíðir gluggar
- Gott hesthús með gerði og 2 Íbúðum
- Frábær staðsetning

Nánari upplýsingar:
Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Verð: **188 millj.**

Fasteignasalan
Miklaborg
Lágmúla 4
108 Reykjavík

569 7000

Með þér alla leið

miklaborg.is

OPIÐ HÚS miðvikudaginn 27. október kl. 18.00 - 18.30

Bergþórugata 3

101 Reykjavík - íb 202

Sérlega glæsilega endurnýjuð 74,6 fm íbúð á 2. h

- Vandaðar og glæsilegar nýjar innréttingar og gólfefni
- Steinn í borðum vaxborið eikarparket á gólfum
- Suður svalir, fallegt útsýni
- Stæði fylgir á baklóð
- Þvottahús og hjóla-geymsla á jarðhæð

Verð: **67 millj.**

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is

OPIÐ HÚS miðvikudaginn 27. október kl. 17.30 - 18.00

Perlukór 1c

203 Kópavogur - íb. 109

Glæsileg og vel skipulögð 97,7 fm íbúð

- Opið eldhús inn í bjartar stofur
- Útgengt út á stórar suðurvestur svalir
- Sér þvottahús innan íbúðar
- Stæði í lokaðri bílageymslu
- Geymsla 8,4 fm
- Frábær staðsetning

Verð: **63,9 millj.**

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Skúlagata 10

101 Reykjavík

Glæsilegt 149 fm húsnæði, búið að skipta í tvær íbúðir eða skrifstofur

- Sérinngangur, gólfsíðir gluggar
- Nýbúið að endurnýja alveg, eldhús, baðherbergi, stofur, gólfefni, loftræstikerfi sem og raflagnir
- Húsnæði á einu fastanúmeri
- Einstök staðsetning við miðborg Reykjavíkur
- Laust strax.

Verð: **94,9 millj.**

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

OPIÐ HÚS þriðjudaginn 26. október kl. 17.00 - 18.00

Melgerði 11

108 Reykjavík

197,7 fm einbýlishús á frábærum og rólegum stað i Smáíbúðahverfi

- Húsið er á þremur hæðum með aukaíbúð í kjallaranum
- Samliggjandi stofa og borðstofa, eldhús, hol, snyrting 3 svefnherbergi og bað
- Bílskúr breytt í flotta íbúð

Verð: **122 millj.**

Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500
iris@miklaborg.is

Sunnusmári 2

201 Kópavogur - Íbúð 314

Glæsileg, vönduð og vel skipulögð 3ja herbergja íbúð á 2. hæð

- Stæði í bílgeymslu merkt
- Íbúðin skilast fullbúin með góðum eldhústækjum Granít borðplötur á baðherbergi og eldhúsi Íbúðin skilast með gólfefnum á öllum gólfflötum
- Sjálfstæð loftræsti-samstæða er í íbúð
- Aukin lofthæð

Verð: **71,9 millj.**

Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

Mánatún 1

105 Reykjavík - íb. 205

Glæsileg 2ja herbergja 105,9 fm íbúð á 2. hæð með tvennum svölum

- Innréttingar eru sér hannaðar í samvinnu við arkitekt.
- Steinn á borðum í eldhúsi og í baðherbergi
- Tvennar svalir
- Stæði í lokaðri bílageymslu
- Allt aðgengi eins og best verður á kosið
- Afhending samkomulag

Verð: **62,9 millj.**

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Hverfisgata 92

101 Reykjavík

Glæsilegar nýjar 2ja til 4ra herbergja íbúðir í miðborginni

- **Gólfhiti** í öllum íbúðum
- Mikil sameign og **margar íbúðir sérstæðar** og liggja ekki að öðrum íbúðum
- **Snjallíbúðir**
- Fallegur **inngarður**
- **Vandaðar** innréttingar og tæki
- Íbúðirnar skilast **fullbúnar með gólfefnum**

verð frá: **77,9 millj.**

Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is

Barbara R. Bergþórs
lögg. fasteignasali
Sími: 823 0339
barbara@miklaborg.is

Elín Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 899 3090
elin@miklaborg.is

Hreiðar L. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 661 6021
hreidar@miklaborg.is

Grandavegur 42 e

107 Reykjavík - íb. 305

Vönduð 146,5 fm 4ra herb. íbúð á 3. hæð með yfirbyggðum svölum.

- 3 svefnherbergi
- Íbúðin er laus strax við kaupsamning.
- Stæði í bílgeymslu E33

Verð: **98,9 millj.**

Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500
iris@miklaborg.is

Bjarkarbraut 3

Glæsilegt 115 fm heilsárshús í Bjarkarborgum

Verð: **62 millj.**

- Auk 30 fm gestahúss á fallegri lóð
- Hjónasvíta með sérbaðherbergi, gestaherbergi og svefnloft
- Gróðri vaxið 7560 fm eignarland Stór pallur með potti
- Einstök eign í grennd við Minni Borg Grímsnesi

Nánari upplýsingar:
s. 691 2312 Óskar S. Axelsson aðst. fasteignasala
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali

Engjagil 3

Glæsilegt og vandað 97,2 fm sumarhús á 4,7 ha eignarlóð rétt við Geysi

Verð: **44,9 millj.**

- Tvö svefnherbergi og rúmgott svefnloft
- Gott alrými, eldhús og stofa með mikilli lofthæð
- Heitur pottur á palli. Hitaveita. Innbú fylgir.

Nánari upplýsingar:
s. 8993090 Elín Alfreðsdóttir löggiltur fasteignasali
s. 775 1515 Jason Ólafsson löggiltur fasteignasali

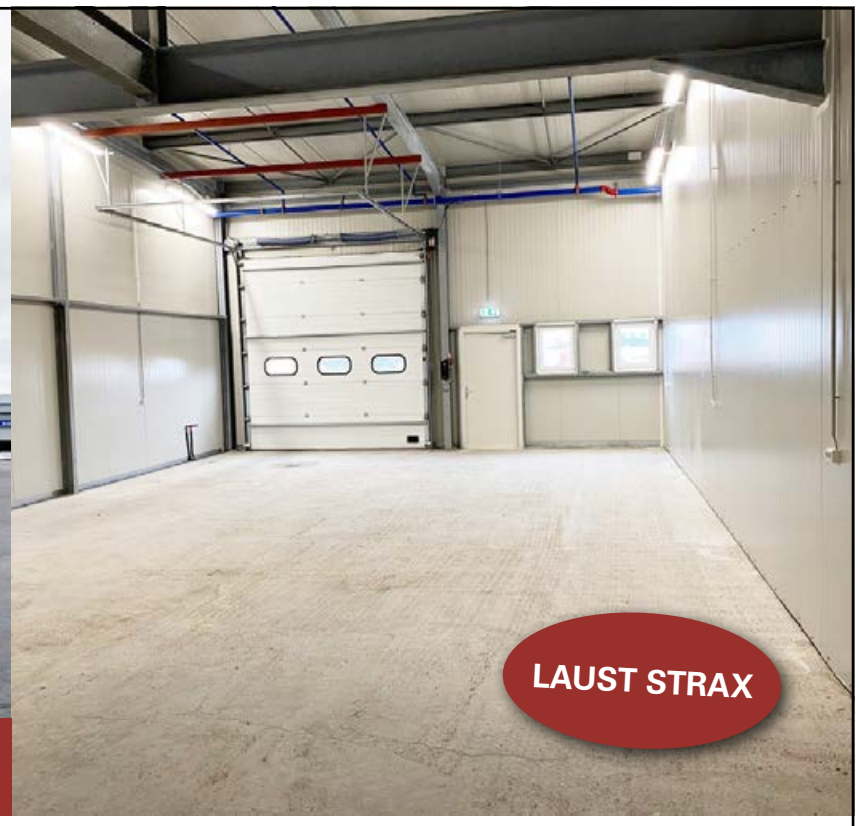
Brekkutröð 1

Atvinnuhúsnæði 143,6 fm að stærð.

Verð: **40,9 millj.**

- Stór bílskúrshurð. Sérinngangur.
- Malbikað plan framan við húsnæðið.
- Milliloftið er 37,1 fm

Nánari upplýsingar:
s. 770 0500 Íris Arna Geirsdóttir aðst. fasteignasala
s. 775 1515 Jason Ólafsson löggiltur fasteignasali



HÓLMBERGSBRAUT 5 – REYKJANESBÆ

Ný ca. 167 m2 atvinnuhúsnæði

VERÐ 33,9 m. - 36,9 m

- Húsnæðin eru skráð ca. 127 m2 og auk þess eru ca. 40 m2 óskráð geymsluloft.
- Stór innkeyrsluhurð með rafmagnsopnun
- Gönguhurð eru á hverju bili.
- Stórt malbikað bílaplan.

Hafðu samband og bókaðu skoðun

Fasteignasala Mosfellsbæjar

SVANÞÓR EINARSSON LÖGG. FASTEIGNASALI

Svanþór Einarsson
Lögg. fasteignasali • S: 698-8555
svanthor@fastmos.is

Sigurður Gunnarsson
Lögg. fasteignasali • S: 899-1987
sigurdur@fastmos.is

KJARNA - ÞVERHOLTI 2 • 270 MOSFELLSBÆ • SÍMI: 586 8080 • WWW.FASTMOS.IS

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

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

SIR ARNAR GAUTI
LÍFSSTÍLSÞÁTTUR
Fimmtudaga
kl. 20.00!
SIR ARNAR GAUTI
Lífsstílsfrömuðurinn Arnar Gauti snýr aftur
með sína þriðju þáttaröð af þessum
geysivinsæla lífsstílsþætti.
Fylgstu með alla fimmtudaga kl. 20.00,
bara á Hringbraut.
HÚSASMIÐJAN
DINEOUT
HRINGBRAUT

HH RÁÐGJÖF

LEITAR ÞÚ AÐ STARFSMANNI?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og að rétti einstaklingurinn finnist fyrir þá aðila sem nýta sér þjónustu okkar vegna ráðninga starfsfólks í allar tegundir starfa.

ATVINNUVEFUR MEÐ RÁÐNINGARKERFI *aðeins 24.500 kr.**

Á atvinnuvefnum geta fyrirtæki sett sjálf inn atvinnuauglýsingar og nýtt ráðningarkerfið okkar til að vinna úr umsóknum eða beint umsóknum á eigin síðu.

» Ódýrt

- Sanngjarnt lágt verð
- Einföld verðskrá

» Skilvirkt

- Flokkunarkerfi
- Aðstoð við textagerð
- Svarpóstar
- Viðbótarþjónustur
- Fjöldi umsækjenda á skrá

» Auðvelt í notkun

- Þú setur inn atvinnuauglýsingu í ráðningarkerfi
- Móttekur umsóknir í ráðningarkerfi
- Flokkar og vinnur úr umsóknum í ráðningarkerfi
- Svarar umsækjendum í ráðningarkerfi
- Ráðgjafar HH Ráðgjafar alltaf tiltaks ef á þarf að halda

Atvinnuauglýsingin þín nær til allt að 35.000 einstaklinga sem eru skráðir hjá HH Ráðgjöf í atvinnuleit.

RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

Í ráðningarþjónustunni veitum við heildaraðstoð við ráðningarferlið. Sérfræðingar okkar sjá um alla úrvinnslu.

» Vinnusparnaður

Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna

» Fjöldi hæfra umsækjenda

Fjöldi umsækjenda á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið

» Reynsla og þekking

Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði mannauðsmála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun

**Verð án virðisaukaskatts.*

HH RÁÐGJÖF

www.hhr.is - sími: 561 5900 - hhr@hhr.is

Skráðu þig á póstlistann og fáðu Fréttablaðið sent rafrænt í morgunsárið

Skráðu þig á frettabladid.is, á Facebook síðu Fréttablaðsins eða skannaðu QR kóðann

FRÉTTABLAÐIÐ – MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS

VIÐ ÓSKUM HÓTEL- OG MATVÆLASKÓLANUM Í MK
TIL HAMINGJU MEÐ
NÝJA KENNSLUAÐSTÖÐU
FASTUS
Veit á vandaða lausn

PHONESOAP
Extra sf heildverslun - phonesoap.is

Ingunn Björnsdóttir er með um tuttugu ára reynslu af matseld í stórum eldhúsum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þrautin þyngri að elda fyrir þrjá

Ingunn Björnsdóttir matartæknir rekur verktakafyrirtækið Smjattpatta ehf. ásamt eiginmanni sínum Heimi Magna Hannessyni matreiðslumeistara.

johannamaria@frettabladid.is

Smjattpatti sér um mötuneytin fyrir starfsfólk og nemendur í Tækniskólanum og eru höfuðstöðvar Smjattpatta staðsettar á Skólavörðuholti.

Ingunn segir að á Skólavörðuholtinu séu vel yfir 1.000 manns sem flestir nýta sér mötuneyti Smjattpatta að einhverju leyti. „Við eldum hádegismat fyrir um 250 manns á dag. Það dreifist í þrjú húsnæði Tækniskólans: Skólavörðuholt, Háteigsveg og Hafnarfjörð. Að auki eldum við hádegismat fyrir kringum 90 nemendur og starfsfólk grunnskólans Nú í Hafnarfirði," segir Ingunn.

Dagurinn byrjar snemma hjá Ingunni, Heimi og sjö öðrum starfsmönnum sem undirbúa daginn með þeim í mötuneytum Tækniskólans. „Við byrjum snemma á að smyrja rúnstykki fyrir daginn og baka ýmist bakkelsi eins og pítsastykki, snúða og fleira. Ef tími gefst þá skvettum við í form eða bökum möffins líka.

Meginuppistaðan í hádeginu er heitur klassískur heimilismatur sem við undirbúum og eldum hér á Skólavörðuholtinu. Undirbúinn matur, óeldaður, er keyrður út til Háteigsvegar og Hafnarfjarðar, þar sem þau mötuneyti taka við og elda úr hráefninu sem er í matinn í það skiptið. Mötuneytin eru útbúin þannig að ofnar og eldavélar eru í þeim öllum. Einnig útbúum við salatbakka með ýmsu girnilegu," segir Ingunn.

Hefðbundinn og gómsætur heimilismatur

Heiti maturinn í hádeginu er að sögn Ingunnar aðallega heimilismatur. „Þá erum við með klassískan íslenskan mat eins og kjötsúpur, plokkfisk, gufusoðinn fisk og fleira. Einnig erum við með gúllassúpur, ýmsa pottrétti og fiskrétti. Þá erum við með ítalska rétti eins og lasagna eða spagettí bolognese, spænskan mat, indverskan og margt fleira. Við erum með svona sitt lítið af hverju og erum sífellt að bæta í uppskriftalistann hjá okkur. Við reynum að hafa fjölbreyttan matseðil og það er lítið um endurtekningar vikulega. Alla jafna erum við með fisk tvisvar sinnum í viku og þá reynum við að hafa fiskréttina ólíka.

Uppskriftirnar segir Ingunn að séu mistímafrekar. „Þetta fer allt eftir því hvernig réttirnir eru uppbyggðir. Undirbúningur á sumum réttum er mikill á meðan aðrir eru „pís of keik". Þetta kemst bara upp í vana, maður er byrjaður að þekkja réttina og veit hve langan tíma hver þeirra tekur. Fyrst þegar ég var að byrja í bransanum, fyrir um tuttugu árum síðan, þá kom reynsluleysið inn hvað varðar uppskriftir og matreiðsluna. En svo kemur þetta bara með þjálfuninni og reynslan síast inn. Spagettí bolognese tekur til dæmis minnst tvo klukkutíma í undirbúningi. Það þarf að skera niður grænmetið, brúna hakkið, sjóða sósuna og pastað og fleira. Á meðan tekur gufusoðin ýsa enga stund. Við fáum hana til okkar roðlausa og beinhreinsaða. Þá þarf bara að raða henni á bakka og elda í ofninum á gufustillingu í max 8 mínútur.

Handbrögðin eru þau sömu og þegar maður er að elda heima svo sem en svona magneldamennska tekur auðvitað mun lengri tíma. Ef maður er að steikja fisk eða kótilettur í raspi á pönnu, þá er maður fastur í því í þrjá klukkutíma miðað við að heima myndi það taka mun styttri tíma."

Ingunn segir að Smjattpattar taki að sér veitingaþjónustu fyrir veislu og viðburði. „Það er nóg að gera hjá okkur, en við höfum nú alveg tekið að okkur ýmislegt, sérstaklega þegar það hittir rétt á hjá okkur. Það er um að gera að hafa samband við okkur í gegnum Facebook: Smjattpatti ehf. ef fólk er áhugasamt."

Góðar græjur lykilatriði

Tækjaaðstaðan segir Ingunn að sé mjög góð í mötuneytinu í Tækniskólanum. „Við erum með góðar græjur hér í eldhúsinu. Við erum með uppþvottalínu, stóran gufusteikingarofn, 80 lítra steikarpönnu, fjögurra kubba helluborð og 40 lítra iðnaðarhrærivél þar sem við bökum brauðið okkar. En hún nýtist í margt annað eins og kartöflumús og ýmislegt góðgæti þegar tími gefst. Tækjakosturinn er passlegur fyrir þann fjölda sem við erum að sjá um en ef þetta væri stærri hópur, þá væri gaman að vinna með 20 skúffa ofn. En það er nú kannski fjarlægur draumur enda duga græjurnar hérna vel með góðu skipulagi," segir Ingunn, dreymin á svip.

Aðspurð hvort hún myndi sjálf vilja vera með einhverjar af þessum kraftmiklu græjum heima hjá sér segir Ingunn að svo sé ekki. „Við eigum sambærilegar græjur heima nema auðvitað miklu minni. Uppþvottalínan, þó hún sé hraðvirk, þá er hún óttalega hávaðasöm. Ofninn okkar heima er með gufustillingu svo hann dugir okkur vel í alls konar matreiðslu. Steikarpannan sem við vinnum á hér í Tækniskólanum er náttúrulega mjög fín en við eigum góðan pott heima sem hentar vel fyrir alls konar pottrétti. Við erum náttúrulega bæði í þessu. Ég er matartæknir og Heimir er matreiðslumeistari. Við myndum aldrei sætta okkur við annað en góðar eldunargræjur heima."

Eruð þið dugleg að elda heima líka eftir að hafa unnið í eldhúsinu í Tækniskólanum allan daginn?

„Við reynum að vera dugleg að elda heima á kvöldin, en það er oft spurning um það hver nennir á hverjum degi fyrir sig. Yfirleitt er það bóndinn sem tekur sig til og eldar. Okkur finnst þetta auðvitað ekki leiðinlegt. Það er ástæða fyrir því að við völdum okkur þetta starf.

En það fer vissulega eftir því hversu lúinn maður er eftir vinnudaginn, hvað maður nennir að elda. Oftast er það svo að við erum að elda eitthvað allt annað en það sem var í matinn í hádeginu. Það er nefnilega algengt að ég missi matarlystina rétt fyrir hádegismat, því ég er búin að vera að smakka matinn til allan daginn og anda að mér ilminum. Svo kemur að hádegispásunni okkar og þá langar mig ekkert í það sem er í matinn. Þá vil ég klárlega eitthvað allt annað á kvöldin.

Það er hins vegar alveg vonlaust fyrir okkur að elda fyrir þrjá. Við erum þrjú í heimili og það er þrautin þyngri að skala uppskriftirnar niður í þrjá skammta. Yfirleitt endum við á að elda skammt sem dugir okkur í tvo til þrjá daga," segir Ingunn og hlær. ■

ÓTRÚLEGT EN SATT!

Lítur út og bragðast eins og kjöt, en er ekki kjöt

Vörurnar frá The Vegetarian Butcher eru einfaldar í matreiðslu og henta fullkomlega í sígilda kjötrétti í staðinn fyrir pylsur, hamborgara og annað hefðbundið hráefni. Vörurnar frá The Vegetarian Butcher eru ljúffengur grænmetis- eða grænkeravalkostur.

Þær fást aðeins hjá Ekrunni.

www.ekran.is

Ekran

Fjölbreytnin í matargerðinni nauðsynleg

Matreiðslumeistararnir Kjartan Marinó Kjartansson og Einar Björn Guðnýjarson standa vaktina í mötuneyti Landsnets þar sem rúmlega hundrað manns koma í mat daglega.

Kjartan Marinó og Einar eru matreiðslumenn og sjá um mötuneyti starfsmanna hjá Landsneti. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Þeir segja að það sé krefjandi að elda mat í hádeginu fyrir sama fólkið í 240 daga á ári. Sama spurning dynur á þeim og hjá foreldrum: „Hvað er í matinn í dag?“ Þeir segjast þó reyna að halda í fjölbreytnina og gera matseðla eina til tvær vikur fram í tímann. „Við pössum vel upp á að hafa að minnsta kosti níu vikur á milli þess að elda sama réttinn. Starfið er skemmtilegt og það eru forréttindi að vinna við áhugamálið,“ segja þeir.

Kjartan og Einar eru sammála um að bylting hafi orðið á undanförnum árum í tækjum fyrir atvinnueldhús. „Þetta hefur verið hröð þróun, þá sérstaklega þegar kemur að ofnum og pönnum. Við fengum pönnu á síðasta ári sem nefnist Rational vario cooking center en hún er mjög fjölhæf, það er hægt að nota hana sem pönnu, pastapott, djúpsteikingarpott og sous vide-tæki svo eitthvað sé nefnt. Það sparar líka pláss að hafa alla þessa möguleika í sama tækinu svo ekki sé talað um hve miklu sparneytnari á rafmagn þessi tæki eru orðin í dag.

Góðan ofn er að okkar mati nauðsynlegt að hafa í öllum eldhúsum, það eru til nokkrar góðar tegundir á markaðnum en við notumst við Rational-ofna en þeir hafa verið mjög vinsælir hér á landi síðustu árin.“

Hvað tæki fyrir utan þessi stóru er nauðsynlegt að hafa í atvinnueldhúsi?

„Í flestum eldhúsum er mikið af litlum tækjum, en góðan töfrasprota og góðan blandara er bráðnauðsynlegt að hafa.“

Hefur starf matreiðslumanna orðið léttara með aukinni tækni?

„Auðvitað hjálpar tæknin okkur eins og öllum öðrum. Við myndum þó ekki segja að starfið væri léttara núna en það var fyrir 10 eða 20 árum, þar sem kúnnarnir gera allt aðrar kröfur í dag en þeir gerðu. En vissulega flýtir tæknin fyrir undirbúningi í eldhúsinu og hjálpar okkur að auka fjölbreytnina,“ segja þeir.

Þeir eru sammála um að Covid-samkomutakmarkanir hafi gjörbreytt starfi þeirra. „Flestir starfsmenn fóru að vinna heima og fjöldinn fór alveg niður í fimm í mat á tímabili og allt hólfaskipt. Við unnum þá á tvískiptum vöktum og vorum ekki saman í vinnu,“ útskýrir Kjartan. „Þetta voru skrítnir tímar.“

Þeir félagar baka allt brauð á staðnum og það er sannarlega ekki hægt að kvarta yfir matseðlinum hjá þeim í Landsneti. Hver myndi ekki vilja svona mat í hádeginu?

> **Við pössum vel upp á að hafa að minnsta kosti níu vikur á milli þess að elda sama réttinn. Starfið er skemmtilegt og það eru forréttindi að vinna við áhugamálið.**
>
> Kjartan Marinó og Einar Björn

Í gær var þetta í matinn:

- Grænmetisseyði og nýbakað súrdeigsbrauð.
- Steikt rauðspretta með heimagerðu remúlaði og volgu kartöflusalati.
- Vegan blómkálsbuff með grillaðu og sýrðu blómkáli og chilli.
- Glæsilegur salatbar.

Á fimmtudögum eru yfirleitt sparidagar. Næsta fimmtudag verður til dæmis boðið upp á:

- Tómatsúpu með parmesan-kexi og nýbökuðu focaccia.
- Fylltar kjúklingabringur með parmesankartöflum og rúkólapestó.
- Vegan Wellington með villisveppasósu.
- Glæsilegur salatbar. ■

GÆÐI OG VELLÍÐAN FYRIR BARNIÐ ÞITT

LANDSINS MESTA ÚRVAL AF REIMA BARNAFATNAÐI

KIPINA - 3 Litir
Verð kr. 28.990.- str. 92-140 cm.
Þolir -30° - 10.000 mm vatnsheldni.

KURIKKA - 2 Litir
Verð kr. 24.990.- str. 92-140 cm.
Þolir -20 ° - 12.000 mm.

UTSJOKI
Verð kr. 32.990.-
str. 146-164 cm.
Frábær skíða/brettagalli.

BERGEN - 3 Litir
Verð kr. 29.990.- str. 92-140 cm.
Þolir -20° - 15.000 mm vatnsheldni.
Endurskin á öllum gallanum.

Saivaara Primaloft Skíðaúlpa
Kr. 28.990.- Str. 134 - 164 cm.

Sprig Dúnúlpa - 2 litir
Kr. 26.990.- Str. 98 - 140 cm.

Mjúkir og hlýjir sokkar.
Margar gerðir með ull og án.

Húfur - margar gerðir.
Sumar gerðir með Vindstopper yfir eyrun.

Kuldagallar fyrir yngstu börnin.
Kr. 16.990/21.990.- Str. 74 - 98 cm.

Wingon snjóbuxur
2 litir - bláar/svartar
Kr. 17.990.- Str. 104 - 164 cm.

Muhvi Dúnúlpa
Kr. 24.990.- Str. 98 - 128 cm.

Húfur - margir litir.
Með ull og án.

Mikið úrval af lúffum og hönskum.

Vatnsheldir kuldaskór með Vibram sóla
Kr. 16.990/18.990.- Str. 28 - 39.

Kuldaskór fyrir yngstu börnin.
Kr. 14.990/8.990.- Str. 22 - 27.

SPORTIS.IS
520-1000

SPORTÍS

SKEIFAN 11
108 REYKJAVÍK

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

Bílar til sölu

BMW 5 520D, 2017 Xdrive, Ekinn 50.000. Svart leður. Einn með öllu! Einstaklega flott eintak! Ásett verð 5.990.000. Verð TILBOÐ Uppl í síma 7902342 og íslandsbílar höfða 5375566

Mercedes Benz C 250D AMG pakki, 2016 4matic, ekinn 37.000. Svart leður, panorama þak, glæsilegt eintak, einn með öllu! Ásett verð 6.590.000 TILBOÐ ÓSKAST Uppl. í síma 7902342 og íslandsbílar höfða 5375566

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og við höfum samband

Þjónusta

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

Búslóðaflutningar

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Töfluskipti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666
Stjörnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Húsaviðhald

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

+++ EÐALVERK +++
- Hellulagnir
- Grjóthleðsla
- Húsaviðgerðir
- Þak
- Gluggaskipti
- Múr
- Málningavinna
- Steinsögun

Fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu í verkið í síma 786-3211 eða sendu okkur póst á verk@edalverk.is

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

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

HÚSA - VIÐGERÐIR
NÝSMÍÐI-VIÐGERÐIR-VIÐHALD AÐ UTAN SEM INNAN
* STEYPU/MÚRVIÐGERÐIR
* KLÆÐNINGAR : ÞÖK /VEGGI
* GLUGGAR/GLER
* INNRÉTTINGAR OG FL.
ÖRUGG OG FAGLEG ÞJÓNUSTA
30 ÁRA REYNSLA
TILBOÐ - TÍMAVINNA
UPPL. S : 8583300
serfagehf@gmail.com

Nudd

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

Keypt & Selt

Til sölu

myranaut

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

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

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

Óskast keypt

Kaupi gamla mynt, ísl. & erlenda brons, silfur og gullpeninga. Peningaseðla frímerki póstkort. Verðmet heil söfn. S. 615 2715.

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Heilsa

Heilsuvörur

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Rennuvír
frá kr/m
1.490
eða í tilbúnum föstum lengdum

GRÝLUKERTI?

Er hætta á að vatn leki inn eða rennurnar brotni? Hitavír í rennur heldur vatnsrásinni opinni og bræðir ísinn.

ÍSHÚSIÐ - LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMIÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA

ÍSHÚSIÐ viftur.is

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

WIZAR
20% AFSLÁTTUR

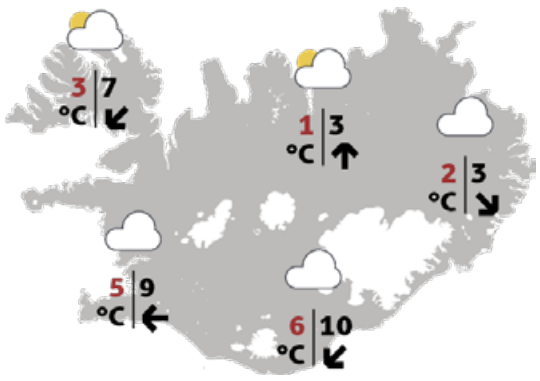
Verð frá
167.920 kr.
Verð áður 209.900 kr.
Gildir aðeins meðan birgðir endast.

Wizar hægindastóllinn sem Íslendingar elska.
Wizar fyrir lífsins ljúfu stundir.

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

VOGUE FYRIR HEIMILIÐ | SÍÐUMÚLI 30 - REYKJAVÍK | HOFSBÓT 4 - AKUREYRI | 533 3500 | VOGUE.IS

Veðurspá Þriðjudagur



Norðaustan 10-18 eftir hádegi, en 18-25 allra syðst með rigningu. Norðaustan 10-23 í kvöld, hvassast við Breiðafjörð. Talsverð rigning fyrir austan, en annars úrkomuminna. Hiti 2 til 9 stig, hlýjast syðst. ■

Skák Gunnar Björnsson

Svartur á leik

Szekely átti leik Grichkevitsch í Bagneuz árið 1981.

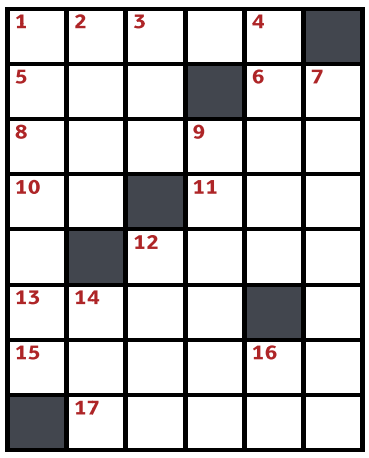
1...H8xd3! 2. cxd3 Db4 3. Da8+ Bd8!! (3...Kh7 4. De4+). **4. Dxd8+ Kh7 0-1.**
Vignir endaði í þriðja sæti á afmælismóti ÖBRO-skákklúbbsins í Kaupmannahöfn. Íslenska kvennalandsliðið vann sigur á landsliði Kosta Ríka í keppni á netinu um helgina.

www.skak.is: Hjörvar í Riga. ■

Krossgáta

LÁRÉTT
1 fótmál
5 segja
6 í röð
8 hálfbirta
10 íþróttafélag
11 þráður
12 jurtatrefjar
13 urgur
15 ávöxtur
17 verður

LÓÐRÉTT
1 spenna
2 kosning
3 skora
4 flónskur
7 sást
9 mylja
12 hrikt
14 þangað til
16 verkfæri



LÁRÉTT: 1 skref, 5 tjá, 6 áb, 8 rokkvi, 10 ir, 11 vir, 12 bast, 13 kurr, 15 ananas, 17 skalt.
LÓÐRÉTT: 1 strikka, 2 kjör, 3 rak, 4 fávis, 7 birtist, 9 kvarna, 12 brak, 14 uns, 16 al.

Sudoku

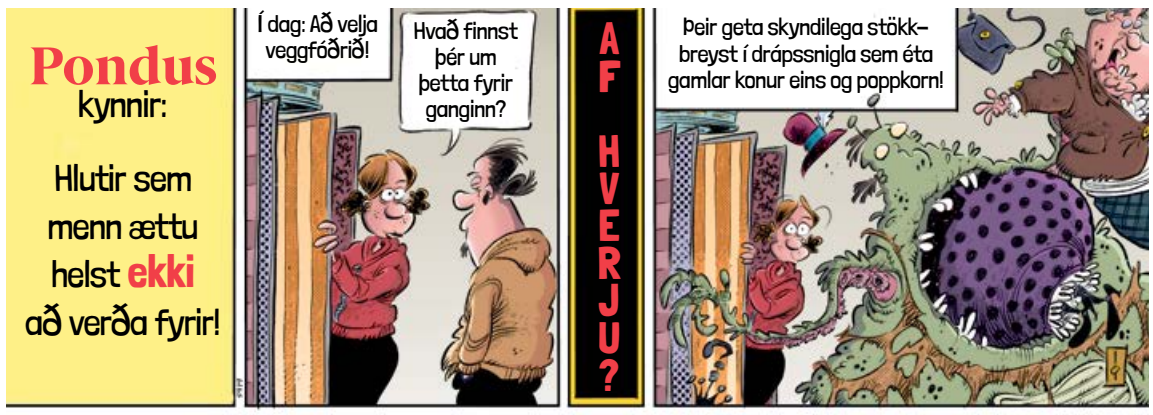
			2		6	4	8	
	4			1	3	5		6
					7	1	2	
4	1			8		9		5
		3	5					
8	9		6		1			
	3	8	1				6	
9	2							
				3	8	2		

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

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

Pondus

Eftir Frode Øverli

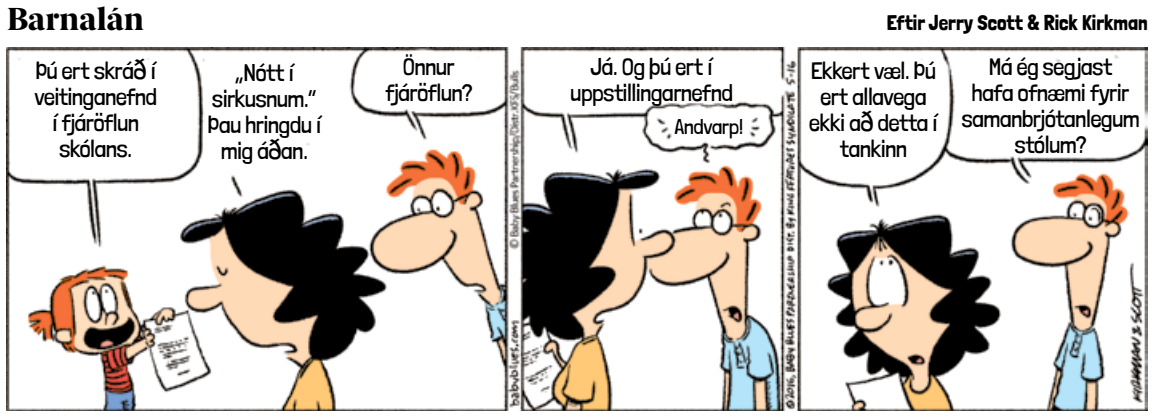


Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



HERRAKVÖLD VALS

VEISLUSTJÓRI SVALI BJÖRGVINS
RÆÐUMAÐUR GUÐNI ÁGÚSTSSON
TÓNLIST BJARTMAR GUÐLAUGSSON

OKTÓBER **29** 19:00

STÓRGLÆSILEGT
STEIKARHLAÐBORÐ FRÁ LAUGAÁSI

VERÐ EINUNGIS 9.500
MIÐASALA Á TIX.IS

ORMSSON

netgíró

4·3·3.is

433.IS

ÞRIÐJUDAGA KL. 20.00

Hörður Snævar Jónsson, ritstjóri 433.is, fer yfir það helsta í fótboltaheiminum. Hann fær til sín áhugaverða viðmælendur og helstu sparksérfræðinga landsins sem gera upp mál málanna.

Þátturinn er sýndur samtímis á Hringbraut og 433.is

HRINGBRAUT

Þriðjudagur

Hringbraut

18.30 Fréttavaktin Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 Matur og heimili Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
19.30 Lífið er lag (e) Þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri áranna. Umsjón: Sigurður K. Kolbeinsson.
19.00 433.is Frétta- og viðtalsþáttur um íþróttirnar heima og erlendis.
20.30 Fréttavaktin (e) Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
21.00 Matur og heimili (e) Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.

RÚV Sjónvarp

11.00 Heimaleikfimi
11.10 Kastljós
11.25 Menningin
11.30 Sirkussjómennirnir
12.00 Tíu fingur Einar Jóhannesson.
13.00 Pricebræður elda mat úr héraði
13.40 Eyðibýli Heiði.
14.20 Manndómsár Mikkos - Fimmta þrautin - þríþraut
14.50 Hljómskálinn
15.20 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps
15.35 Menningin - samantekt
16.00 Íslendingar María Markan.
16.50 Táknmálsfréttir
17.00 KrakkaRÚV
17.01 Bitið, brennt og stungið
17.09 Strandverðirnir
17.18 Áhugamálið mitt
17.27 Hönnunarstirnin
17.45 Krakkafréttir Helstu fréttir settar fram á einfaldan og aðgengilegan hátt. Umsjón: Kolbrún María Másdóttir og Gunnar Hrafn Kristjánsson.
17.50 Lag dagsins Í fjarlægð Flytjendur: Árni Beinteinn Árnason og Birna Pétursdóttir. Höfundar: Karl O. Runólfsson og Valdimar Hólm Hallstað.
18.00 Fréttir og veður
18.10 HM stofan Upphitun fyrir leik Íslands og Kýpur í undankeppni HM kvenna í fótbolta.
18.35 Ísland - Kýpur Bein útsending.
20.30 HM stofan Uppgjör á leik Íslands og Kýpur í undankeppni HM kvenna í fótbolta.
21.10 Frelsið Friheden
22.00 Tíufréttir
22.20 Veður
22.25 Vammlaus No Offence Þriðja syrpa þessara bresku þátta um lögreglumenn sem starfa í versta hluta Manchester-borgar þar sem virðist vera ógjörningur að halda uppi lögum og reglu. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
23.15 Við Us
00.15 Dagskrárlok

Stöð 2 Golf

07.00 European Tour Útsending frá Mallorca Golf Open.
12.00 European Tour Útsending frá Mallorca Golf Open.
17.00 European Tour Útsending frá Mallorca Golf Open.
21.30 European Tour Útsending frá Mallorca Golf Open.

Sjónvarp Símans

12.30 Dr. Phil
13.15 The Late Late Show
14.00 The Block
15.05 Survivor
15.50 A.P. BIO
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 A Million Little Things Dramatísk þáttaröð um nokkra vini sem verða að endurskoða lífið og tilveruna eftir að einn úr hópnum deyr.
21.00 FBI . Most Wanted
21.50 The Good Fight
22.35 The Chi
23.25 The Late Late Show
00.10 Dexter
01.00 How to Get Away with Murder
01.45 New Amsterdam
02.30 Good Trouble
03.15 Interrogation Mögnuð þáttaröð sem byggð er á sannri sögu. Ungur maður er sakaður um morðið á móður sinni og er hver þáttur byggður á yfirheyrslu þar sem efnið er sótt beint í lögregluskýrslur.
04.00 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 Veðurfregnir
10.13 Á reki með KK
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.03 Hádegið Fyrri og seinni hluti
12.20 Hádegisfréttir
12.42 Hádegið
13.00 Dánarfregnir
13.02 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Lofthelgin
15.00 Fréttir
15.03 Frjálsar hendur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Víðsjá
17.00 Fréttir
17.03 Lestin
18.00 Spegillinn
18.30 Krakkakastið Á ferð og flugi um Noreg
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.35 Mannlegi þátturinn
21.40 Kvöldsagan . Í verum, fyrra bindi (22 af 27)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestin
00.00 Fréttir

Stöð 2 Bíó

10.30 The Trip to Spain
12.15 Time Freak
13.55 Finding Your Feet
15.45 The Trip to Spain
17.30 Time Freak
19.10 Finding Your Feet
21.00 A Rising Tide
22.35 AVA Afar spennandi ráðgáta og glæpamynd frá 2020.
00.10 Mortal Kombat Legends . Scorpion´s Revenge
01.25 A Rising Tide

Stöð 2

08.00 Heimsókn
08.15 The Mentalist
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 Grey's Anatomy
10.05 Logi í beinni
10.45 Suits
11.25 NCIS
12.05 Friends
12.35 Nágrannar
12.55 Matargleði Evu
13.20 Cherish the Day
14.00 Amazing Grace
14.45 Katy Keene Frábærir nýir þættir þar sem tónlist og tíska spila stórt hlutverk.
15.25 Veronica Mars
16.05 The Masked Dancer
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
18.55 Ísland í dag
19.10 Shark Tank
19.50 Masterchef USA
20.35 The Dog House
21.25 Hamilton
22.15 SurrealEstate
23.00 Last Week Tonight with John Oliver
23.35 The Wire
00.35 Afbrigði Hvað eru loðboltar? Skoðaður verður heimur svokallaðra furries, sem lifa og hrærast í heimi dýra sem hafa mannlega eiginleika.
01.00 Intruder
01.50 Grey's Anatomy
02.35 Insecure
03.10 The Mentalist
03.50 Suits Níunda og um leið lokaþáttaröðin af þessum vinsælu þáttum um lífið á lögfræðistofunni Pearson Specter Litt í New York.
04.30 Friends

Stöð 2 Sport

08.00 Seinni bylgjan
09.15 HK - Aftureldingu Útsending frá leik í Olís deild karla.
10.40 Seinni bylgjan
11.55 Grindavík - Njarðvík Útsending frá leik í Subway deild karla í körfubolta.
13.35 HK - Aftureldingu
15.00 Seinni bylgjan
16.15 Valur - Keflavík Útsending frá leik í Subway deild kvenna í körfubolta.
17.55 Fjölnir - Skallagrímur
19.35 Grindavík - Njarðvík
21.15 ÍR - Keflavík Útsending frá leik í Subway deild karla í körfubolta.
22.55 Tilþrifin
23.40 Subway Körfuboltakvöld

Stöð 2 Sport 2

07.00 Football League Show
07.25 Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar
07.50 Frankfurt - Olympiacos
09.30 Rangers - Bröndby
11.10 Midtjylland - Rauða stjarnan
12.50 PSV - Monaco
14.30 FCK - PAOK Útsending frá leik í Sambandsdeild UEFA.
16.10 Þjóðadeildin 2021
16.55 Football League Show
17.20 Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar
17.45 Ensku deildabikarmörkin
18.40 Chelsea - Southampton Bein útsending frá leik í enska deildabikarnum.
20.40 Lokasóknin
21.15 Spánn - Frakkland Útsending frá leik í úrslitum Þjóðadeildar UEFA.
22.55 Arsenal - Leeds Útsending frá leik í enska deildabikarnum.

Nýtt heyrnartæki frá Beltone

Beltone **Imagine**™

Lífið fær nýjan tilgang með Organsónötu nr. 4 eftir Bach

Tónlist, samtöl, upplestur, fuglasöngur, barnahjal og niður í beljandi eldgosi. Heimurinn opnast upp á gátt þegar þú heyrir betur. Með hágæða heyrnartækjunum frá Beltone **Imagine**™ verður þér það kleift og lífsgæðin batna til muna. Þessi nýja kynslóð heyrnartækja tengist beint við snjallsímann þinn eða önnur snjalltæki. Leggðu við hlustir með Beltone **Imagine**™ – komdu í ókeypis heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki lánuð til reynslu.

Kringlunni • sími 568 7777 • heyra.is

HEYRNARSTÖÐIN

Lykilspurningin

odduraevar@frettabladid.is
toti@frettabladid.is

Hvernig líður þér?

Stuðningsfólk Manchester United er með böggum hildar eftir tap gegn Liverpool. Fréttablaðið heyrði í þeim sem sleikja sárin.

Vonarglætan hvarf

Tómas Gauti Jóhannsson *leikari*

„Það var hægt að gantast eftir fyrstu tvö mörkin. En þegar staðan var orðinn 4-0 þá fór þetta eiginlega bara að verða of vandræðalegt fyrir mitt lið og glensið breyttist í vorkunn. Sem segir ýmislegt um mitt lið," segir Tómas Gauti en til þess að gera stöðu hans enn átakanlegri horfði hann á leikinn með unnustu sinni, Sjöfn Ragnarsdóttur lækni, sem er eldheitur Púllari.

„Hún fagnaði með glasi af rósavíni í hálfleik. Ég hafði engar væntingar fyrir þennan leik en fann samt fyrir algjöru vonleysi. Manni líður kannski bara svolítið kjánalega, að það hafi eftir allt saman síðustu vikur verið innst inni einhver von fyrir leik. Sú vonarglæta hvarf örfáum mínútum eftir að leikurinn byrjaði. "

Fullkomin niðurlæging

Sigurður Mikael Jónsson *upplýsingafulltrúi UNICEF*

„Þetta var fullkomin niðurlæging og það er skelfileg tilfinning að þurfa að setjast á rauðþrútið Liverpool-merkið sem flengt var á bossa okkur stuðningsmanna United um helgina."

Sorgardagur

Bjarkey Olsen Gunnarsdóttir *þingkona VG*

„Þetta er mjög sorglegur dagur maður. Ennþá. Svo er ég gift Púllara sko, þannig að þetta var ennþá sárara, það er bara þannig," segir Bjarkey sem er í álíka viðkvæmu sambandi og Tómas Gauti. Auk þess sem formaður hennar Katrín Jakobsdóttir, fylgir Liverpool einnig af einurð og festu.

„Jájá, svo er það svoleiðis líka. Ég er ekki í mjög góðum félagsskap oftast sko," segir hún og hlær.

„Maður er bara dálítið sorgmæddur og auðvitað veltir maður fyrir sér stöðu Ole Gunnar Solskjær. Það hlýtur að vera komið að einhverri ögurstundu í þessu þótt ég hafi alltaf verið hans kona. En eins og ég segi, þetta var ekki mjög gleðilegur dagur á heimilinu mínu nema öðrum megin sko. Ég neita því ekki að hann gladdist mjög, bóndinn." ■

Framtíðarsýn Terminator sennilega of björt

Í dag eru 36 ár síðan vísindatryllirinn Terminator var frumsýndur í bíó en eins og flestir vita fjallaði myndin um eftirköst þess að gervigreindin Skynet tók völdin af sköpurum sínum og þurrkaði nánast mannkyn allt út í kjarnorkustríði.

odduraevar@frettabladid.is

Helgi Haraldsson gervigreindarsérfræðingur segir framtíðarsýn myndarinnar mögulega hafa verið helst til bjarta, og þó ekki.

„Mjög oft," segir Helgi Haraldsson léttur í bragði aðspurður hve oft hann hafi verið spurður út í Skynet og möguleg drápsvélmenni líkt og þau sem birtust fyrst í Terminator fyrir 36 árum. Helgi hefur enda starfað sem sérfræðingur á sviði gervigreindar hér heima og í Bretlandi undanfarin ár.

„Og ég er líklega ein sú hættulegasta manneskja til að tala við, því ég get kafað ansi djúpt ofan í þetta," segir hann og hlær. Helgi segist geta svarað því bæði játandi og neitandi, hvort nútímasamfélag sé nálægt því að verða gervigreindinni að bráð líkt og í kvikmynd James Cameron.

„Ég myndi segja að myndin sé rosalega bjartsýn. Það eru margir sérfræðingar sem skilja gervigreindina mjög vel en skilja hins vegar kannski ekki hvaða áhrif hún hefur til framtíðar," segir Helgi. Sýnin sé takmörkuð við það hvað hægt verði að gera með gervigreindina.

Helgi bendir á að gervigreindin muni leysa okkur öll af hólmi og að best væri ef komið yrði í veg fyrir hættulega þróun hennar. „En við komumst ekki þangað því að aðrir munu aldrei banna þetta og við höfum ekki stjórn á þessu."

Glötun ekki í boði

„Og gervigreindin getur í dag gert það sem kannski örfáir verðlaunaðir eðlisfræðingar í heiminum gátu einir gert fyrir tíu árum síðan," útskýrir hann. Það þýði að hver sem er gæti brátt mögulega haft meiri völd en nokkurn tímann fyrr.

Helgi nefnir Kína og Bandaríkin sem dæmi um lönd sem þrói nú vopn með gervigreind með ógnvænlegum hraða. Þróun vopna þar sem manneskjur koma hvergi að verði mun hraðari. Spurður hvort möguleg frelsishetja eins og John Connor í Tortímandanum muni geta bjargað mannkyni framtíðarinnar frá tortímingu segir Helgi: „Nei, ekki séns."

Þrír milljarðar létu lífið á dómsdeginum sem var þann 29. ágúst árið 1997 þegar Skynet tók völdin í Terminator.

En stefnum við þá hraðbyri að glötun?

„Nei, ekki endilega. Það er tvennt sem getur gerst. Annaðhvort myndast ákveðið status quo í notkun gervigreindar á milli landa eða þá að þau munu takmarka vopnanotkun með gervigreind alfarið," útskýrir Helgi.

Hann segir að öllum líkindum hægt að búa til vélar með sjálfsvitund þótt margt sé á huldu um okkar eigin sjálfsvitund og hvort það sé hægt að vera með margar mismunandi sjálfsvitundir, hann bendir á að þær geti vel verið fleiri en bara okkar eigin.

Væri ekki miklu betra að þróa gervigreind sem þjónar okkur?

Helgi Haraldsson, gervigreindarsérfræðingur

„En það væri sennilega hægt að búa til vélar sem eru með sjálfsvitund. Auðvitað geturðu hermt eftir eigin upplifun og sett í vél, en til hvers?" spyr Helgi.

„Væri ekki miklu betra að þróa gervigreind sem þjónar okkur? Því henni er alveg sama. Jafnvel ef þetta væri klárasta gervigreindin, á guðastigi, þá hefur hún ekkert frumkvæði til að breytast ef við höfum stillingarnar bara á ákveðinn hátt."

Geimurinn næstur

Helgi segist telja að geimurinn verði svarið við öllum hugsanlegum vandamálum mannkynsins. Ef einhver væri John Connor í dag, þá segir Helgi að það væri að öllum líkindum Elon Musk.

„Þannig að ef við komum gervigreindinni út í geiminn, jafnvel þótt það yrði gervigreind sem myndi ekki hugsa um neitt nema eigin hagsmuni, eða væri stýrt af einhverjum sem hugsar þannig, þá hefðum við undankomuleið af jörðinni," útskýrir Helgi. ■

Sérfræðingurinn

Segir raunverulega djöfla ganga meðal okkar

toti@frettabladid.is

Louis Torres *aðventistaprestur*

„Já, það eru til raunverulegir djöflar meðal okkar. Biblían segir að það séu til djöflar og raunveruleikinn er sá að þeir eru til. Stundum er hægt að skýra þá vísindalega en stundum eru þeir raunverulegir," segir aðventistapresturinn Louis Torres sem sótti Ísland heim á dögunum.

„Þegar ég gerðist prestur fór ég að rannsaka þetta og hitta fólk sem hefur verið andsetið. Okkur hefur tekist að frelsa fólk frá djöflum sem hafa heltekið það," heldur Torres áfram en hann hefur fjallað mikið um fyrirbærið í gegnum tíðina. Meðal annars í bók sinni Demons or Angels frá 2013.

Púkinn Pazuzu í The Exorcist er ekki úr svo mjög lausu lofti gripinn ef marka má trú Torrres.

Torres segir hættuna við særingar helst fólgna í því að andsetnir hafi oft ákveðin sjúkdómseinkenni og erfitt geti verið að greina á milli. „Þetta eru aðstæður þar sem fólk getur virst andsetið þegar ástæðurnar eru í raun taugafræðilegar.

Og því miður er allt of margt fólk tilbúið til þess að finna djöfla í öllu. Það geta verið hræðileg mistök að meta fólk andsetið sem er það ekki og það getur farið mjög illa með fólk að reyna að frelsa það frá illu sem ekkert er."

Torres hafði sjálfur áður sína djöfla að draga. Hann fæddist í Púertó Ríkó en ólst upp í fátækrahverfinu Brooklyn í New York þar sem hann gekk í glæpagengi. Þá var hann um árabil bassaleikari frumrokkssveitarinnar Bill Haley and the Comets sem þekktust er fyrir lagið Rock Around the Clock.

Hann sneri síðan baki við sjálfhverfu og innantómu frægðarlífinu þegar hann fann Guð og gerðist aðventisti. ■

Þriðja Þú tryllir streymi Netflix

NETFLIX

You (3)
Framleiðendur: Greg Berlanti og Sera Gamble
Aðalhlutverk: Penn Badgley, Victoria Pedretti, Saffron Burrows, Tati Gabrielle

odduraevar@frettabladid.is

Sálfræðiástartryllirinn You, með Gossip Girl-stjörnunni Penn Badgley í aðalhlutverki, er mættur aftur á Netflix og nú í þriðja sinn. Fyrsta serían fór enda með himinskautum á vinsældalistum streymisveitunnar.

Í þriðju seríu hittum við Joe Goldberg enn og aftur og á nýjum slóðum. Hvorki í New York né Los Angeles, heldur úthverfinu Madre Linda. Eftir að hafa fylgst með okkar manni verða ástföngnum á sinn sjúka hátt í fyrstu tveimur seríum verða nú önnur vandamál á vegi hans, enda okkar maður orðinn fjölskyldumaður.

Þrátt fyrir þetta eru vandamálin sem banka upp á ansi kunnugleg. Hér fær maður á tilfinninguna að sagan sé orðin eilítið útþynnt, en serían byggir á bókum Caroline Kepnes um tjéðan Joe Goldberg. Þá er hið klassíska vandamál sem gjarnan fylgir tíu þátta Netflix-seríum til staðar hér; serían virkar eins og tvær seríur í einni og sumar senur virka eins og þær hafi verið lengdar til að ná upp í mínútufjöldann sem Netflix pantaði.

Eitthvað við You heldur hins vegar áfram að virka og að mörgu leyti má segja að seríurnar séu í raun allar fullkomnar fyrir þá streymisveituöld sem við lifum. Þrátt fyrir vankanta á það sama við um þriðju seríuna. Andhetjan Joe Goldberg og hans sjúku hugarórar halda manni nefnilega föstum við skjáinn. Í þriðju seríunni veitir eiginkona hans, Love Quinn, leikin af hinni lítt þekktu Victoriu Pedretti, honum hins vegar góða samkeppni.

Áhugavert samband þeirra Love og Joe er enda í forgrunni í þessari seríu og við sjáum persónurnar reyna að fóta sig í nýjum hlutverkum sem foreldrar. Samband þeirra er það áhugaverðasta á skjánum og í anda seríunnar nær það yfir allt litrófið; stundum fallegt en oftast frekar sjúkt.

Maður veltir hins vegar fyrir sér hvenær nóg er nóg og munu margir eflaust ranghvolfa augunum yfir ýmsum beygjum og snúningum sem handritið tekur hér. Netflix er þó hvergi hætt, enda serían gríðarlega vinsæl og sú fjórða nú þegar á leiðinni. Sama hvað okkur finnst. ■

NIÐURSTAÐA: You (3) er spennandi og aðdáendur hinna seríanna verða ekki fyrir vonbrigðum. Efnislega er þetta hins vegar orðið ansi rýrt og geldur serían fyrir lengdina þótt segja megi að þetta sé í raun hin fullkomna afþreying á Netflix.

Gunther syrgður á samfélagsmiðlum

odduraevar@frettabladid.is

Bandaríski leikarinn James Michael Tyler lést á dögunum úr krabbameini og syrgja íslenskir aðdáendur gamanþáttanna Friends og fyrrverandi meðleikarar hann mjög. James fór eins og frægt er orðið með hlutverk kaffibarþjónsins Gunthers.

„Hans verður sárt saknað, besti en óþægilegasti barþjónn allra tíma," skrifar einn aðdáendanna í Facebook-hópnum S01E01 þar sem

James Michael Tyler var vinsæll.

andlát hans er rætt. Tyler greindist með krabbamein í blöðruhálskirtli árið 2018 og hafði háð erfiða baráttu gegn veikindum síðan.

„Hann var líka sjáanlega ekki heill heilsu í reunion-þættinum, megi hann hvíla í friði," skrifar annar Íslendingur. Tyler mætti ekki á sett með hinum leikurunum úr gamanþáttunum í hinum heimsfræga reunion-þætti sem sýndur var á HBO Max-streymisveitunni fyrr á árinu. Þess í stað ávarpaði hann hópinn í stutta stund í einlægri myndbandskveðju. Veikindi hans urðu til þess að leikarinn hefur verið lamaður fyrir neðan mitti síðasta árið.

Eins og aðdáendur muna lék Tyler Gunther sem stöðugt var fúll í lund en þó yfir sig hrifinn af vininum Rachel sem leikin var af Jennifer Aniston. Aniston var ein sú fyrsta til að minnast hans á samfélagsmiðlum og fylgdu hinir vinirnir í kjölfarið. ■

VILTU FÁ SMÁ INN-BLÁSTUR ?

NÝR BÆKLINGUR Á WWW.HUSGAGNAHOLLIN.IS

HÚSGAGNA HÖLLIN
www.husgagnahollin.is
Sími: 558 1100

Skoppa og Skrítla kveðja á dramatískum tímamótum

Vinkonurnar litskrúðugu Skoppa og Skrítla standa á dramatískum tímamótum eftir að hafa skemmt börnum með söng og leik í átján ár þar sem þær Linda Ásgeirsdóttir og Hrefna Hallgrímsdóttir ætla að leggja búningunum en kveðja þó með söngsýningum í bíó og nýrri þáttaröð.

toti@frettabladid.is

Engin hætta er á því að tilvera Hrefnu og Lindu verði svarthvít þótt þær leggi nú litríka búninga Skoppu og Skrítlu frá sér eftir átján ár. MYND/AÐSEND

„Okkur þykir náttúrlega alveg óendanlega vænt um þessar tvær persónur og það er einhvern veginn rosa stórt að segja þetta upphátt. Það er bara mjög erfitt. Ég skal alveg viðurkenna það," segir leikkonan Hrefna Hallgrímsdóttir um þá ákvörðum þeirra Lindu Ásgeirsdóttur að leggja litríkum búningum Skoppu og Skrítlu eftir átján ár.

„Við erum einhvern veginn búnar að vera að draga það að segja að nú sé komið að lokum en við ætlum nú eiginlega að halda okkur við það núna í þetta sinn," heldur Hrefna áfram og auðheyrt er að þetta er meira en að segja það en hún bendir á að þeim finnist þær nú standa á réttu tímamótunum.

Hjartað ræður för

„Við finnum það pínu í hjartanu að við brennum kannski ekki eins sterkt fyrir þessu og við gerðum. Ekki síst vegna þess að við erum orðnar eldri og börnin okkar eru orðin eldri og þá fara svona bara aðrir hlutir að spila inn í.

Við erum auðvitað búnar að vera heppnar að geta gert allt þetta efni samhliða því að ala upp okkar eigin börn og það hefur náttúrlega haldist svo fallega í hendur. Nú þegar þau eru orðin eldri finnum við að ósjálfrátt fer áhugi manns svolítið í þá átt en þegar maður er svo heppinn að vinna við það sem hjartað stendur til þá er voða erfitt að hlusta á eitthvað annað," segir Hrefna.

Skrítla orðin stór

„Ég skal alveg viðurkenna að ég átti ekki von á því að ég væri enn í þessu hlutverki þegar ég væri fertug, en nú er ég er verða fimmtug þannig að þetta er svona: Vá! Þetta er búið að lifa svo miklu, miklu lengur en okkur óraði fyrir. Persónulega finnst mér ég vera bara komin á einhvern svona stað þar sem ég þarf

Skoppa og Skrítla gerðu sitt til þess að bjarga bíójólunum í kófinu í fyrra og ætla að endurtaka leikinn svo lengi sem þurfa þykir. MYND/AÐSEND

að spyrja mig hvað ég ætli að gera þegar þú verður stór? Hvað ætlarðu að vinna við? Þannig að maður er svona að hugsa ýmislegt."

Hrefna og Linda eru búnar að vera í búningum Skrítlu og Skoppu í átján ár þannig að fyrstu aðdáendur þeirra eru orðnir fullorðið fólk. „Okkur þykir ótrúlega vænt um að við erum að hitta fullorðið fólk, sem einmitt man þetta, og vill fá að knúsa okkur vegna þess að það er greinilega bara einhver góð tilfinning sem það einhvern veginn geymir með sér í þessari minningu. Það er náttúrlega bara geggjað."

Búningarnir kvaddir

Hrefna útilokar ekki aðspurð að Skoppa og Skrítla muni lifa áfram í einhverri mynd en þær Linda ætli að láta gott heita. Þá ætla þær einnig að kveðja með stæl þar sem svokallaðar „sing-along" sýningar þeirra hefjast á ný í Sambíóunum á laugardaginn. Fyrir síðustu jól komust færri að en vildu og sýningarnar héldu áfram langt inn í janúar og Hrefna útilokar ekki að sú saga endurtaki sig.

Skoppa og Skrítla skilja auðvitað eftir sig helling af þáttum og alls konar skemmtiefni og eru ekki alveg hættar þar sem þær hafa lofað að taka upp vinsæl dans-, leik- og söngnámskeið sín í Dans og Jóga í janúar.

„Við erum búnar að vera í frábæru samstarfi við Stöð 2 alveg síðan 2009 og vorum einmitt bara að klára tökur á nýrri þáttaröð sem hefst í desember þannig að það verður allavegana eitthvað pínu nýtt sem flýtur inn í nýja árið en það verður ekkert meira skemmtanahald. Við verðum ekkert á ferðinni og það eru ekki fleiri leiksýningar. Þannig að það má segja að með því erum við búnar að leggja búningana á hilluna. Mjög tragískt." ■

Flæðandi hátíð í borginni

odduraevar@frettabladid.is

„Þetta er skemmtilegt, að fá þessa nafnbót og viðurkenningu," segir fjöllistamaðurinn Steinar Svan Birgisson, sem er listamaður ársins á listahátíðinni List án Landamæra sem Jón Gnarr setur í Ráðhúsi Reykjavíkur klukkan fimm í dag og stendur til 7. nóvember.

„Ég er ósjaldan búinn að taka þátt í þessari hátíð og það er sérstakur virðingarvottur að fá þessa viðurkenningu og heiður samhliða," segir Steinar.

„Þetta er jafnframt viðurkenning fyrir þau sem eru ekki með auðsýnilega fötlun, að það þurfi að kafa dýpra. Sökum þess að ég er til dæmis ekki í hjólastól þurfti að fylgjast með mér í einhvern tíma til þess að koma augum á fötlunina, en hún er til

Steinar Svan treður upp á hátíðinni.

staðar og sannarlega er tilveran ekki eins auðveld hjá mér eins og kannski flestum," segir Steinar og heldur áfram: „Þannig er þetta líka ákveðin viðurkenning á stöðu þess fólks og það þykir mér mjög vænt um."

Hátíðin er vegleg að vanda en hún fer að öllu leyti fram í miðborginni í ár, að sögn Davíðs Freys Þórunnarsonar skipuleggjanda. „Við leggjum undir okkur Ráðhúsið, Iðnó, Tjarnarbíó, Borgarbókasafnið í Grófinni, tvö gallerí – Flæði við Vesturgötu og Artak í Skipholti – og Dansverkstæðið í samstarfi við Reykjavík."

Hann segir hátíðina gríðarlega fjölbreytta í ár. „Þetta er frekar fjölbreytt og það eru margir sem taka þátt," segir Davíð. Hann leggur áherslu á að hátíðin verði flæðandi og jafnvel óvæntir viðburðir.

„Og það kostar ekki á neina viðburði og við munum stuðla að því að þeir verði aðgengilegir fyrir alla," segir Davíð og bendir á Facebook-síðu hátíðarinnar en hver og einn viðburður er kynntur á samfélagsmiðlinum. ■

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

wagner

ÞÝSK HÖNNUN · EINSTÖK GÆÐI

EINU STÓLARNIR MEÐ

Dondola®
360°
VELTITÆKNI

FRÁBÆRT TILBOÐSVERÐ Í SAMVINNU VIÐ WAGNER

158.900 kr.

LISTAVERÐ: 229.900 kr.

FAGAÐILAR MÆLA MEÐ WAGNER

Elís Þór Rafnsson
sjúkraþjálfari

KIRO PRAKTOR STOFA ÍSLANDS

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 létta álag á bakið og styrkja það í hrífandi samspili hvíldar og hreyfingar.

SITJUM Á HREYFINGU!

MYNDFORM GRAFÍK

2020 2021 Framúrskarandi fyrirtæki

Hirzlan

SKRIFSTOFUHÚSGÖGN

RAMMASAMNINGUR VIÐ
RÍKISKAUP

www.hirzlan.is

Síðumúla 37. Sími: 564-5040. hirzlan@hirzlan.is.

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

frettabladid.is

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

FASTEIGNASALAN TORG

Bakþankar

Hauks Arnar Birgissonar

Man út lífið

Frá sjö ára aldri hef ég verið stuðningsmaður Manchester United. Systir mín gaf mér treyju og ekki svo löngu síðar byrjaði ein mesta sigurganga sem nokkurt lið hefur stigið. Tveir áratugir liðu og varla kom tímabil þar sem titli var ekki hampað. Ég hef alltaf verið systur minni þakklátur fyrir að velja treyjuna rauðu í stað einhverrar annarrar. Þessi tilviljanakennda ákvörðun hennar reyndist mikill örlaga- og ánægjuvaldur í lífi mínu.

Nú er öldin önnur. Mitt heittelskaða félagslið hefur ekkert getað í átta ár og það hefur verið niðurdrepandi að fylgjast með því tapa fyrir smáliðum og berjast fyrir jafnteflum. Þessu hafði ég alls ekki vanist og fallið er hátt, get ég sagt ykkur. Mér líður eins og Liverpool-vinum mínum þar sem þeir sátu klesstir fyrir framan túbusjónvörpin sín í 20 ár og biðu eftir fyrsta Englandsmeistaratitlinum. Alltaf miðlungs en létu samt eins og þeir væru bestir. Óþolandi.

Eftir niðurlægjandi tap helgarinnar er næsta víst að vikan verður óbærileg og mikilvægast af öllu er að halda sig fjarri samfélagsmiðlunum, sem hafa verið teknir í gíslingu af stuðningsmönnum bítlaborgarinnar.

Það er vissulega merkilegt að maður skuli láta boltaspark í öðru landi, hjá liði sem maður hefur aldrei leikið fyrir, hafa áhrif á mann en íþróttir eru undarlegt fyrirbæri og ekki síður fyrir stuðningsmennina. Þeim, sem ekki tengja við þetta, finnst þetta eflaust kjánalegt. Ég skil það vel en það er erfitt að rökstyðja tilfinningar. Ég má þó til með að láta Möttu systur vita að ég kenni henni engan veginn um stöðuna sem upp er komin. ■

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN Í MEST LESNA ATVINNUBLAÐI LANDSINS!*

*Samkvæmt prentmælingum Gallup

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

FRÉTTABLAÐIÐ