FRÉTTABLAÐIÐ

AUGLÝSING

233. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR frettabladid.is FÖSTUDAGUR 26. NÓVEMBER 2021

BLACK FRIDAY

20%

AF ÖLLUM VÖRUM*

Í ALLAN DAG

REYKJAVÍK – AKUREYRI – ÍSAFJÖRÐUR

OPIÐ TIL KL. 22.00

www.husgagnahollin.is VEFVERSLUN



SMÁVÖRUPANTANIR YFIR 9.900 KR. ERU SENDAR FRÍTT TÍMABUNDIÐ Í DROPP EÐA PÓSTBOX OG PAKKAPORT PÓSTSINS**

Reykjavík	Akureyri	Ísafjörður	www.husgagnahollin.is
Bíldshöfði 20	Dalsbraut 1	Skeiði 1	558 1100

HÚSGAGNA HÖLLIN

* Gildir ekki ofan á önnur tilboð, t.d. ef vara er fyrir á jólaverði eða -tilboði og hvorki af Skovby né sérpöntunum.
**Fast verð á smávörusendingum úr netverslun: 500 kr. með Dropp 950 kr. með Póstinum í póstbox eða pakkaport.

www.husgagnahollin.is

VEFVERSLUN

BLACK FRIDAY

30% AFSLÁTTUR



KEEP Klassískur 3ja sæta sófi. Koníakslitað bonded leður og svartir fætur. 237 x 86 x 60 cm. Fæst einnig 2ja sæta.

167.993 kr. ~~239.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR



HEAVEN
3,5 sæta sófi í fallegu Nougat áklæði. 290 x 105 x82 cm.

263.992 kr. ~~329.990 kr.~~

35% AFSLÁTTUR



UMBRIA
Tímalaus og þægilegur hornsófi. Hægri eða vinstri tunga. Slitgott grátt áklæði. 326 x 261 x78 cm.

266.494 kr. ~~409.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



MADISON
Hægindastóll. Grár, grænn eða bleikur litir. Sléttflauel.

34.993 kr. ~~49.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



EDE
Hægindastóll. Koníakslitað bonded leður og svartir fætur.

83.993 kr. ~~119.990 kr.~~

35% AFSLÁTTUR



GAIN
Hægindastóll. Svart pu (gervileður), koníakslitað- eða dökkblátt áklæði.

35.744 kr. ~~54.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



BOYD
Hægindastóll. Dökkgrátt eða blátt sléttflauel og svartir viðarfætur.

55.993 kr. ~~79.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



FRAMLENGING FYLGIR

ALINA
Borðstofuborð. Spónlögð reyklituð eik. Tvær framlengingar fylgja. 210 x 100 x 74 cm.

132.986 kr. ~~189.980 kr.~~

50% AFSLÁTTUR



NAPOLI
Counterstóll í dökkgráu eða svörtu pvc (gervileðri) með járnfótum. 45,5 x 51 x 85 cm.

11.995 kr. ~~23.990 kr.~~

35% AFSLÁTTUR



GALWAY
Counterstóll í þremur mismunandi áklæðum. Ýmsir litir. 50 x 48 x 92 cm.

16.244 kr. ~~24.990 kr.~~

HÚSGAGNA HÖLLIN

Opið til kl. 22^{00} í dag 26. nóvember

Barátttunni gegn fávitum ekki hætt



Lífið ➤ 62

Morð og ástir á svörtum söndum



Lífið ➤ 64



FRÉTTABLAÐIÐ

233. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR frettabladid.is FÖSTUDAGUR 26. NÓVEMBER 2021



Þingheimur stóð frammi fyrir erfiðri ákvörðun í gær, þegar leiða þurfti til lykta hver áhrif annmarkanna á framkvæmd kosninga í Norðvesturkjördæmi ættu að vera. „Þingmenn höfðu allt svigrúm sem þeir vildu til þess að lýsa yfir sínum skoðunum og mér fannst gott að það var ástríða í þessu, virðing fyrir lýðræðinu, virðing fyrir því að gera rétt, virðing fyrir skoðunum annarra," sagði Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir, starfandi forseti Alþingis, að lokinni umræðu þingmanna um málið, sem stóð frá hádegi í gær og fram á kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Reykingar á miklu undanhaldi

Reykingar hafa snarminnkað á síðustu áratugum. Í dag reykja aðeins um 7 prósent landsmanna. Notkun nikótínpúða er orðin algeng en hún er ekki jafn skaðleg.

HEILBRIGÐISMÁL Aðeins 7 prósent fullorðinna Íslendinga reykja í dag og er það næstlægsta hlutfall í Evrópu. Aðeins Svíar reykja minna, en þar er snúsnotkun útbreidd. Fyrir hálfri öld reykti helmingur landsmanna og fyrir 30 árum mátti rekja þriðja hvert dauðsfall beint til reykinga.

„Það er alveg nýtt að sjá 1 til 2 prósent reykja í framhaldsskólum. Við erum að fá upp svo til reyklausar kynslóðir," segir Hafsteinn Viðar Jensson, verkefnisstjóri tóbaksvarna hjá Embætti landlæknis. Nýliðun reykingafólks er mjög lág.

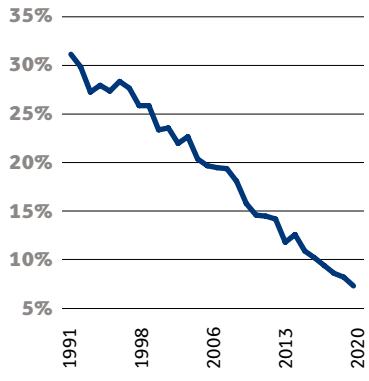
Fyrir nokkrum árum sást mikil aukning í neftóbakssölu og rafrettunotkun virðist föst í 4 prósentum. Sá sem reykir pakka á dag þarf að greiða meira en hálfa milljón króna árlega fyrir.

Notkun niktótínpúða hefur tekið við af reykingum, en 30 prósent ungmenna á aldrinum 18 til 24 ára nota þá og ólíkt neftóbaki er hlutfall hjá konum ekki mikið lægra en hjá körlum. Hafsteinn segir tóbaksreykingarnar vera mun alvarlegra mál. Um helmingur reykingafólks deyi fyrir aldur fram.

Stærsta breytingin í seinni tíð þegar kemur að reykingum hér á landi, varð í ráðherratíð Sivjar Friðleifsdóttur, þegar reykingar voru bannaðar á opinberum stöðum. Hálfu ári eftir bannið hafði hjartaáföllum fækkað um 19 prósent.

SJÁ SÍÐU 10

Reykja daglega, 18 til 89 ára



Meira þunglyndi meðal ungs fólks

COVID-19 Næstum 21 mánuður er liðinn frá því að fyrsta tilfelli Covid-19 greindist á Íslandi. Síðan þá hefur veiran haft mikil áhrif á þjóðina. 35 manns hafa látist, í vikunni lést karlmaður á áttræðisaldri á Landspítalanum. Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir líkir sambandi veirunnar og þjóðarinnar við ofbeldissamband.

Niðurstöður rannsóknar sem nær til 400 þúsund manns í sex löndum, sýnir að tíðni þunglyndiseinkenna vegna kórónaveirufaraldursins er mest hjá ungu fólki og konum.

SJÁ SÍÐUR 4 OG 16



Ísteka hagnaðist um 592 milljónir

helgivifill@frettabladid.is

VIÐSKIPTI Um þriðjungur af tekjum líftæknifyrirtækisins Ísteka skilaði sér í hagnaði. Ísteka, sem nýtir gjafablóð úr hryssum til að framleiða frjósemislyf fyrir svínabændur, hagnaðist um 592 milljónir árið 2020 og 507 milljónir 2019. Fyrirtækið, sem velti 1,7 milljörðum króna í fyrra, hefur lengi verið í góðum rekstri og greiddi sér 300 milljónir króna í arð í fyrra.

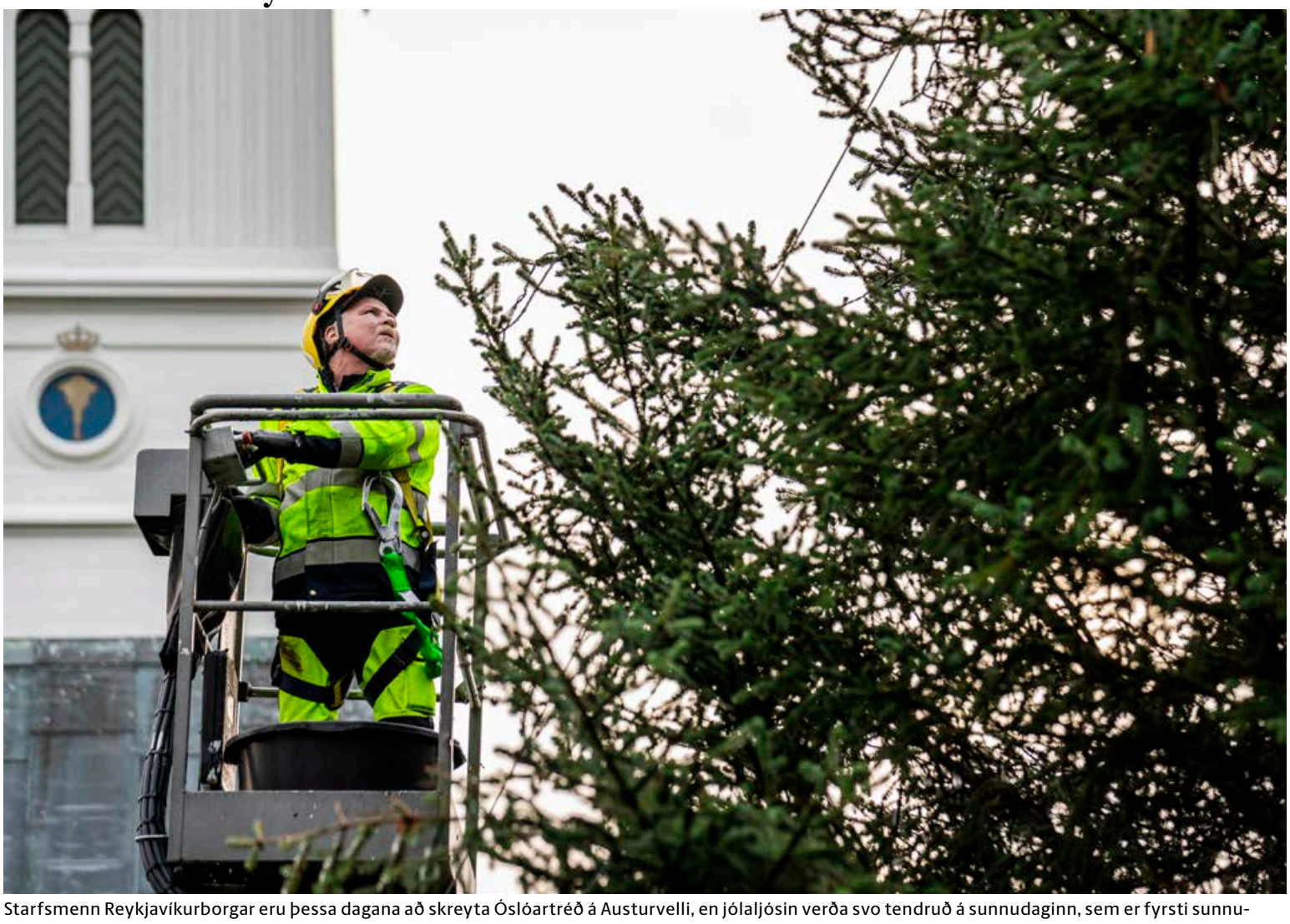


Arnþór Guðlaugsson, framkvæmdastjóri Ísteka

Ísteka hefur sætt gagnrýni eftir að svissnesku dýraverndarsamtökin Animal Welfare Foundation birtu myndband, sem sýnir blóðtöku úr fylfullum hryssum á sveitabæ hérlendis.

„Stjórnendum og starfsfólki Ísteka mislíkar verulega þessi vinnubrögð við framleiðslu á vöru fyrir okkur. Þau uppfylla ekki ströng skilyrði okkar til dýravelferðar. Við höfum nú þegar hafið innri rannsókn á birgjunum og atvikunum," sagði í tilkynningu. ■

Óslóartréð skreytt



Starfsmenn Reykjavíkurborgar eru þessa dagana að skreyta Óslóartréð á Austurvelli, en jólaljósin verða svo tendruð á sunnudaginn, sem er fyrsti sunnudagur í aðventu. Tréð er að þessu sinni um 70 ára gamalt, 14 metra hátt sitkagrenitré. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Starfslok Eiðs Smára trúnaðarmál

hoddi@frettabladid.is

ÍÞRÓTTIR Knattspyrnusamband Íslands mun ekki gefa upp hvernig starfslokum Eiðs Smára Guðjohnsen hjá sambandinu er háttað. Í svari til Fréttablaðsins kemur fram að greiðslur til Eiðs Smára við starfslok séu trúnaðarmál.

Greint var frá því seint á þriðjudagskvöld að KSÍ og Eiður Smári hefðu verið á sama máli um að binda enda á samstarfið. Ákvæði var í samningi Eiðs Smára, sem KSÍ mun virkja 1. desember. Þá verður samningi hans sagt upp, en slíkt ákvæði var í samningi sem Eiður Smári skrifaði undir sem aðstoðarþjálfari landsliðsins fyrir tæpu ári síðan.

„Það er fjallað um skilmála vegna starfsloka í ráðningarsamningi KSÍ við Eið Smára og eftir þeim er unnið, án þess að við séum að fara nánar út í hvernig þeir skilmálar eru, enda slíkur samningur trúnaðarmál," segir í skriflegu svari frá KSÍ við fyrirspurn Fréttablaðsins.



Eiði Smára Guðjohnsen var vikið úr starfi á þriðjudag. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Arnar Þór Viðarsson, þjálfari landsliðsins, er með sama ákvæði í samningi sínum en uppsagnarákvæðið er í gildi frá 1. til 15. desember. Ekkert bendir þó til að KSÍ muni nýta sér það ákvæði í samningi Arnars. ■



Borgin uppgötvaði nagla á bíldekkjum velferðarsviðs

Rúmlega fjórðungur af 97 bílum í þjónustu velferðarsviðs Reykjavíkurborgar er á nagladekkjum, þvert á stefnu gegn notkun nagladekkja í borginni. Tíu sorphirðubílar og fjórir aðrir þjónustubílar verða á nagladekkjum.

gar@frettabladid.is

REYKJAVÍKURBORG Á næstu vikum verða nagladekk tekin undan 27 bílum sem velferðarsvið hefur í þjónustu sinni. Þetta kemur fram í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins um bíla á nagladekkjum hjá borginni.

Fréttablaðið sagði frá því 29. október að vegfarendur hefðu veitt því athygli að bíll merktur Reykjavíkurborg væri á nagladekkjum, þrátt fyrir yfirlýsingar borgarinnar um að nagladekk væru óþörf innan borgarlandsins og skaðleg umhverfinu að auki. Fékkst upplýst frá borginni þá að tveir til þrír bílar á hennar vegum væru á undanþágu sem eftirlitsbílar í sólarhringsþjónustu.

Haft var eftir Hjalta J. Guðmundssyni, skrifstofustjóra hjá borginni, að engar líkur væru á því að fleiri bílar á vegum borgarinnar yrðu settir á nagladekk í vetur.

Til að forvitnast nánar um málið sendi Fréttablaðið borginni fyrirspurn varðandi nagladekkin, fyrir 24 dögum. Svar barst í þessari viku. Kemur á daginn að alls eru 41 bíll á vegum borgarinnar á nagladekkjum en ekki aðeins tveir eða þrír eins og fyrst var sagt. Fyrir utan fimm bíla sem tengdir eru skíðasvæðunum.

„Velferðarsvið hefur tekið bíla á rekstrarleigu undir heimaþjónustu og aðra þjónustu, vítt og breitt um borgarlandið og reyndust 27 af þeim vera á nagladekkjum, en allir eiga þeir pantaða tíma á næstu dögum og vikum þar sem skipt verður í aðra tegund af vetrardekkjum," segir í svari Evu Bergþóru Guðbergsdóttur, teymisstjóra samskiptasviðs borgarinnar. Segir Eva samninga við rekstrarleigur vera „í skoðun".



Þessi pallbíl frá borginni var kominn á nagladekk 28. október, sem er reyndar fjórum dögum áður en slíkt er leyfilegt. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

> Allir eiga þeir pantaða tíma á næstu dögum og vikum þar sem skipt verður í aðra tegund af vetrardekkjum.



Eva Bergþóra Guðbergsdóttir, teymisstjóri samskiptasviðs borgarinnar

Enn fremur segir Eva að í vetur verði tíu sorpbílar á nagladekkjum. „Þá eru fjórir bílar á nagladekkjum hjá umhverfis- og skipulagssviði, sem notaðir eru sem undanfarar til að kanna færi og aðstæður, oft á nóttu og snemma morguns," segir í svari hennar.

„Sorphirðubílar eru á ferðinni í húsagötum áður en vetrarþjónustu er lokið og sorphirðufólk er að störfum í kringum aðra bíla í hálku," svarar Eva síðan, aðspurð hvers vegna sorpbílarnir og undanfarabílarnir svokölluðu séu á nagladekkjum.

„Í vetur er ráðgert að kanna sérstök dekk fyrir stóra bíla eins og sorphirðubílana. Skipt verður um á einum til að byrja með og kannað hvernig það reynist," bætir hún við.

Varðandi nagladekkin á rekstrarleigubílum velferðarsviðs, segir Eva að oft þegar bílar eru leigðir séu þeir afhentir á nöglum.

„Umsjónarmenn þurfa að taka það sérstaklega fram að þeir eigi að vera á góðum vetrardekkjum en ekki nöglum. Ef það ferst fyrir þarf að senda bílana aftur í leigurnar eða semja um umskipti." ■

A4

Svartur

föstudagur

25-60%

af öllum vörum

Gildir 26. nóvember, gildir einnig í vefverslun

WWW.A4.IS

/A4VERSLANIR

KRINGLUNNI
SKEIFUNNI
AKUREYRI
SMÁRALIND
EGILSSTÖÐUM
HAFNARFIRÐI
SELFOSSI

Hafþór ósáttur við Hæstarétt og íhugar kæru til Strassborgar

adalheidur@frettabladid.is

DÓMSMÁL Hæstiréttur klofnaði í peningaþvættismáli í gær, þegar Hafþór Logi Hlynsson var sakfelldur og dæmdur í 20 mánaða fangelsi fyrir peningaþvætti.

Hæstiréttur hafði samþykkt að taka málið til meðferðar, til að leysa úr óvissu um hvort ákæruvaldið þurfi að sanna frumbrot til að unnt sé að sakfella fyrir peningaþvætti. Það er mat meirihluta Hæstaréttar að sönnunarbyrðin hvíli á ákærða, fyrir því að fjármuna sem fundust hjá honum við húsleit hafi verið aflað á löglegan hátt.

Af fimm dómurum skiluðu tveir séráliti, þau Ása Ólafsdóttir og Karl Axelsson. Í sérálitinu er rakið hvernig óskýrleiki í ákæru hafi leitt til þess að ákærði hafi ekki haft tök á að verja sig með fullnægjandi hætti fyrir dómi, enda hafi hvorki verið vikið að einstökum brotum eða afmörkun þeirra í ákæru, né heldur hvenær brotin ættu að hafa verið framin.



Hafþór Logi gat sér nokkurrar frægðar vegna Bitcoin-málsins svokallaða. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hafþór Logi segist verulega ósáttur við þessar málalyktir. Ekki aðeins hafi sönnunarbyrðinni verið snúið við, heldur einnig brotið gegn rétti hans til réttlátrar málsmeðferðar og honum gert ómögulegt að koma almennilegri málsvörn við.

„Það verður tekið til vandlegrar skoðunar," segir Hafþór, inntur eftir því hvort hann hyggist leita til Strassborgar með málið. Hann bætir við: „Það er ekki síður þörf á því fyrst Hæstiréttur er klofinn í afstöðu sinni." ■

Tugmilljóna sekt vegna Ferðagjafarinnar

benediktboas@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA Persónuvernd sektaði annars vegar atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið um 7,5 milljónir króna og hins vegar fyrirtækið YAY ehf. um fjórar milljónir, vegna vinnslu persónuupplýsinga í tengslum við Ferðagjöf stjórnvalda.

Samkvæmt úrskurðinum sótti YAY meðal annars trúnaðarupplýsingar í dagatali notenda, fékk aðgang að myndavélinni og nákvæma GPS-staðsetningu símatækisins. Fyrirtækið gat bætt við viðburðum og breytt í dagatali og sent tölvupóst, án vitneskju eiganda símtækis.



Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir

Þá var óskað eftir því að geta lesið upplýsingar um tengiliði og upplýsingar og gögn á USB-vörslusvæði símtækis, ásamt því að breyta gögnum þar og eyða.

Ari Steinarsson, framkvæmdastjóri YAY, segir að engin vinnsla á persónuupplýsingum hafi átt sér stað, né hafi staðið til að vinna slíkar upplýsingar. Þá veki niðurstaðan furðu þar sem ekkert hafi bent til að skort hafi á öryggi.

Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra, tekur í sama streng. „Þessar upplýsingar voru aldrei nýttar, gögnunum var eytt og það liggur fyrir að enginn hafi orðið fyrir tjóni vegna þessa," segir hún.

Ari segir líklegt að fyrirtækið taki málið lengra. ■

Andleg líðan sveiflast í faraldrinum

Niðurstöður rannsóknar sem nær til 400 þúsunda manna í sex löndum, sýnir að tíðni þunglyndiseinkenna vegna kórónaveirufaraldursins er mest hjá ungu fólki og konum.

mhj@frettabladid.is

COVID-19 Fyrstu niðurstöður COVIDMENT-rannóknarverkefnisins, sem nær til nærri 400 þúsund manns í sex löndum, benda til þess að andleg líðan fólks í kórónaveirufaraldrinum sveiflist með nýgengi Covid-19-smita.

Að COVIDMENT-rannsóknarverkefninu koma vísindamenn frá háskólum og stofnunum í Svíþjóð, Danmörku, Noregi, Eistlandi og Skotlandi auk Íslands, en verkefnið leiðir Unnur Anna Valdimarsdóttir, prófessor í faraldsfræði við Háskóla Íslands.

Í samtali við Fréttablaðið segir Unnur að Ísland skeri sig ekki sérstaklega úr í samanburði við önnur lönd, heldur séu niðurstöðurnar svipaðar í löndunum sex.

„Við erum að fara í frekari greiningar á sérstökum sóttvarnaráðstöfunum á milli landa. Þetta var í raun bara fyrsta skrefið," segir Unnur.

Fyrstu niðurstöður rannsóknarhópsins voru birtar í International Journal of Epidemiology um helgina. Almennt reyndist tíðni þunglyndiseinkenna hæst hjá ungu fólki og meðal kvenna. Þá sýndu niðurstöðurnar að tíðni þunglyndiseinkenna var mest þegar meðalfjöldi staðfestra vikulegra Covid-19-tilfella á hverja 100.000 einstaklinga var 30, eða ríflega 60 prósentum meiri en þegar meðalfjöldi staðfestra vikulega Covid-19 tilfella var 0.

Samkvæmt Unni sýna konur almennt séð meiri þunglyndiseinkenni en karlar, hvort sem það er Covid eða ekki Covid, en það sem valdi áhyggjum sé að ungt fólk sýni mikil þunglyndiseinkenni.



Unnur Anna segir háa þunglyndistíðni meðal ungmenna í faraldrinum áhyggjuefni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

> Mér finnst þessar niðurstöður sýna að það er hreyfanleiki í líðan og við erum jafn fljót að hreyfast til baka þegar smittölur fara niður.
>
> Unnur Anna Valdimarsdóttir, prófessor í faraldsfræði

„Þau, í öllum löndum, eru að skora einstaklega hátt. Það er í takt við rannsóknir sem við höfum séð hérlendis varðandi unglinga. Þær sýna að það er aukin vanlíðan meðal ungs fólks."

Spurð hvort ítrekuð fjölmiðlaumfjöllun um smittölur hafi einhver áhrif, segir Unnur að það sé ekki búið að rannsaka það sérstaklega.

„Þessi heimsfaraldur er náttúrulega alltumlykjandi. Þessar smittölur eru bara táknrænar fyrir svo margt sem er í gangi. Ótti um smit eða ótti um fjölskylduna. Það er hert að okkur varðandi að hitta annað fólk, sem er okkur mikilvægt fyrir okkar andlegu heilsu. Þessi ótti og þessar breytingar sem verða á högum okkar þegar smittölur hækka, gera það að verkum að við förum að óttast um eigin heilsu og annarra í kringum okkur. Fjölmiðlar flytja bara fréttir af ástandinu eins og það er," segir Unnur.

Spurð hvernig hertar aðgerðir spili inn í vanlíðan fólks í faraldrinum, segir Unnur að það sé mjög erfitt að aðskilja þær frá smittölunum. „Við eigum eftir að rýna aðeins betur í það. Hvað það er nákvæmlega sem veldur. Hvort þetta séu smittölurnar sjálfar og óttinn við að verða veikur og síðan hvaða sértæku áhrif samkomutakmarkanirnar hafa," segir Unnur.

Aðspurð telur Unnur ekki að andlegir erfiðleikar vegna Covid eigi eftir fylgja fólki eftir að faraldrinum lýkur. „Mér finnst þessar niðurstöður sýna að það sé hreyfanleiki í líðan og við erum jafn fljót að hreyfast til baka þegar smittölurnar fara niður. Þannig að ég hef ekki trú á því að það séu mikil langvinn áhrif," segir Unnur og bætir við að þetta verði rannsakað áfram í þessu alþjóðlega samstarfi. ■

25% afsláttur
Cyber Monday
Við bjóðum 25% afslátt af öllum námskeiðum og gjafakortum mánudaginn 29. nóv.
Gjafakortið kemur í fallegri öskju og hægt er að velja hvaða upphæð sem er.
Nánar á dale.is
Dale Carnegie

2 fyrir 1

2 fyrir 1 af Landnámseggjum

879 kr/2pk

verð áður 1.758



LAND NÁMS EGG

Bökum saman

HAGKAUP

Tilboð gilda út 28. nóvember



Callebaut súkkulaði Fyrir kröfuharða bakara **1.099** kr/pk



Nóa bökunarvörur verð frá **339** kr/pk



Himneskt lífrænt kakóduft **499** kr/pk



Nestlé Tollhouse súkkulaðidropar verð frá **779** kr/pk



Góa bökunarvörur verð frá **279** kr/pk



Odense Original Marcipan, bage marcipan & nougat verð frá **499** kr/pk



Bæjarstjórn Hafnarfjarðar á fundi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hafna tillögum um hækkun á útsvarsprósentu

kristinnhaukur@frettabladid.is

EFNAHAGSMÁL Bæjarstjórnir Hafnarfjarðarbæjar og Mosfellsbæjar hafa hafnað tillögum minnihluta um að útsvarsprósentan verði hækkuð upp í hámark, 14,52 prósent, fyrir árið 2022. Verður prósentan því áfram 14,48 prósent, eins og í Kópavogi. Kópavogsbær ákvað einnig að halda útsvarsprósentu sinni óbreyttri. Fjárhagsáætlanagerð hjá flestum sveitarfélögum er nú í fullum gangi.

Flest sveitarfélög landsins hafa hámarksútsvarsprósentu en aðeins eitt á höfuðborgarsvæðinu, Reykjavíkurborg. Garðabær og Seltjarnarnesbær hafa útsvarið í 13,7 prósentum.

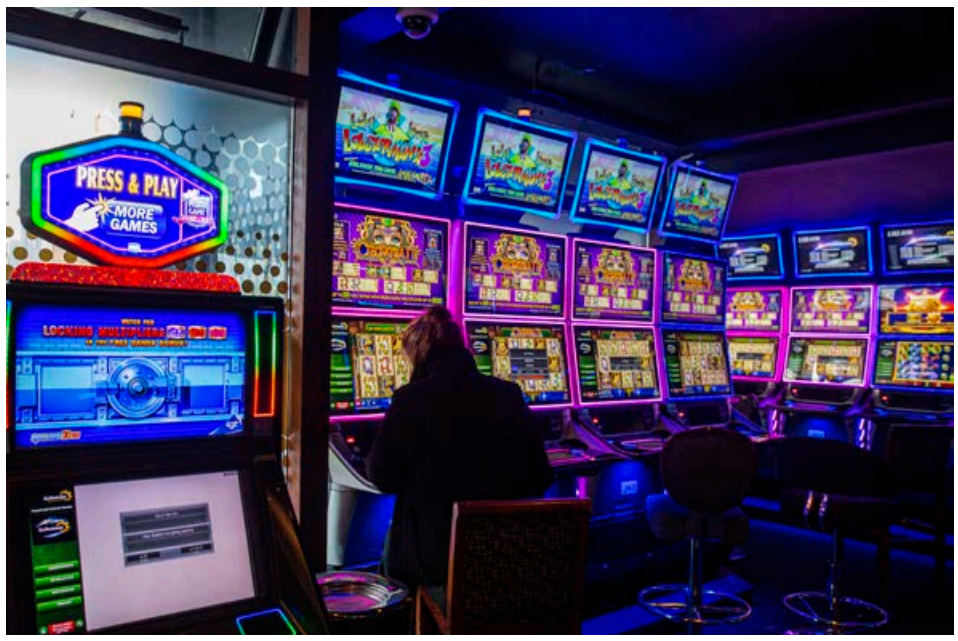
Lágmarksprósentan er 12,44 prósent og eru aðeins fjögur mjög fámenn sveitarfélög í henni. Það eru Skorradalshreppur, Ásahreppur, Grímsnes- og Grafningshreppur og Fljótsdalshreppur.

Meðal stórra sveitarfélaga sem eru í löglegu hámarki eru Reykjanesbær, Akranesbær, Ísafjarðarbær, Skagafjörður, Akureyrarkaupstaður, Norðurþing, Múlaþing og Árborg. ■

Segir Landsbjörg hafa logið að fólki

Formaður Samtaka áhugafólks um spilafíkn, segir gögn sem hún hefur undir höndum sýna að Landsbjörg, sem fer meðal annarra með rekstur spilakassa hér á landi, hafi ekki talað fyrir úrbótum á spilakassamarkaði líkt og fyrrverandi formaður Landsbjargar hafi sagt.

birnadrofn@frettabladid.is



Árið 2012 óskuðu Íslandsspil eftir samtengingu á spilakössum sínum. Samtengingin hækkar vinningspottinn fyrir spilara. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

SAMFÉLAG „Það sem er alvarlegt er að menn hafa beinlínis logið að almenningi í svörum sínum við ákalli okkar um úrbætur," segir Alma Hafsteinsdóttir, formaður Samtaka áhugafólks um spilafíkn (SÁS).

Alma fékk nýlega afhent gögn frá dómsmálaráðuneytinu sem úrskurðarnefnd um upplýsingamál skyldaði ráðuneytið til að veita samtökunum aðgang að, eftir að beiðni um gögnin hafði verið neitað í mars.

Um er að ræða gögn sem borist hafa ráðuneytinu frá rekstraraðilum spilakassa hérlendis, er varða úrbætur og spilakort. Íslandsspil, sem er í eigu Rauða krossins og Landsbjargar, og Happdrætti Háskóla Íslands (HHÍ), fara með rekstur spilakassa á Íslandi.

Gögnin innihalda til að mynda minnisblað frá HHÍ til dómsmála- og mannréttindaráðuneytisins, bréf HHÍ til innanríkisráðuneytisins og þrjú bréf frá Íslandsspilum til innanríkisráðuneytisins og innanríkisráðherra ásamt minnisblaði. Gögnin eru frá árunum 2010-2013.

„Í rauninni staðfesta þessi gögn það sem við höfum haldið fram," segir Alma. „Að rekstraraðilar spilakassa, sama hvort að það eru Íslandsspil eða Happdrætti Háskóla Íslands, hafa hvergi í opinberri umræðu eða formlega talað fyrir nokkrum úrbótum á rekstri spilakassa eða í spilakassaumhverfinu eins og það leggur sig, þrátt fyrir að hafa sagt annað," bætir Alma við.

Með staðhæfingunni vísar Alma til þess að Þór Þorsteinsson, fyrrverandi formaður Landsbjargar, hafi sagt í viðtali á Bylgjunni 15. maí 2020 og 17. febrúar 2021, að Landsbjörg hafi verið í samtali við dómsmálaráðuneytið varðandi úrbætur á spilakassamarkaði í á annan áratug. Þar hafi Þór meðal annars rætt um tillögu á notkun svokallaðra spilakorta að norrænni fyrirmynd.

Alma segi að í gögnunum, sem Fréttablaðið hefur einnig undir höndum, sé hvergi minnst á tillögur að úrbótum eða á spilakort af hálfu Landsbjargar. Einu breytingarnar sem um sé rætt í gögnunum, séu breytingar sem auki fjárhagslegan ávinning Landsbjargar af rekstri kassanna. „Þetta eru úrbætur sem lúta að því að þau geti grætt meiri peninga á spilafíklum," segir Alma.

Í bréfi til innanríkisráðherra, sem dagsett er 12. júní 2012, óska Íslandsspil eftir heimild til samtenginga á söfnunarkössum sínum. Í bréfi dagsettu 14. mars 2013 er óskað eftir heimild til að hækka vinninga í kössum Íslandsspila og til að hækka verð á hverjum leik. Sama ár óska Íslandsspil eftir lagabreytingum sem feli í sér að þeim sé heimilt að selja happdrættismiða á netinu.

Allar þessar aðgerðir segir Alma lúta að því að gera spilakassa enn hættulegri en þeir séu nú þegar. „Netspilun, samtenging kassa sem leiðir til hærri vinninga og hækkun á verði hvers leiks, eru ekki úrbætur á spilamarkaði. Það er grafalvarlegt mál og í rauninni er verið að óska eftir því að gera kassana enn hættulegri en þeir eru."

Við vinnslu fréttarinnar hafði Fréttablaðið samband við Þór Þorsteinsson sem vildi ekki tjá sig um málið. Kristján Þór Harðarson, framkvæmdastjóri Landsbjargar, segist geta staðfest það að Slysavarnafélagið Landsbjörg hafi rætt „þessi mál á fundum sínum við ráðuneytið."

Í skriflegu svari Kristjáns við fyrirspurn Fréttablaðsins segir: „Félagið sjálft hefur ekki verið í bréfaskriftum við ráðuneytið, heldur er það gert á vettvangi stjórnar Íslandsspila þar sem við eigum tvo fulltrúa." ■

Bólusetningarbíllinn farinn af stað

lovisa@frettabladid.is

COVID-19 Bólusetningarbíll Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins fór í sínar fyrstu heimsóknir í gær á tvo vinnustaði á höfuðborgarsvæðinu. Verkefnastjóri bólusetninga, Sigríður Jóhanna Sigurðardóttir, telur fulla þörf á bílnum. Bæði er hægt að fá bólusetningu í bílnum og fræðslu um bólusetningu. Allir vinnustaðir og stofnanir geta pantað hann til sín á milli klukkan 10 og 15 alla virka daga. Sigríður Jóhanna segir að í bílnum verði aðallega leitast eftir því að hitta þau sem eru óbólusett. Boðið verður upp á bæði bóluefni



Í bílnum verður í boði bóluefni frá Janssen og Pfizer. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Janssen og bóluefni Pfizer og fólk getur valið þeirra á milli. Fyrirtæki geta bókað heimsókn bólusetningabílsins í síma 513-5000 eða á bolusetning@heilsugaeslan.is.

Verðbólga aukist lítillega á Íslandi vegna faraldursins

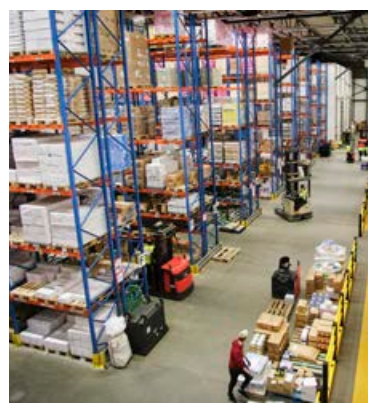
kristinnhaukur@frettabladid.is

EFNAHAGSMÁL Síðan í lok árs 2019 hefur verðbólga á Íslandi aukist um rúmt eitt prósent vegna faraldursins. Þetta er lítið á alþjóðlegan mælikvarða miðað við tölur frá OECD.

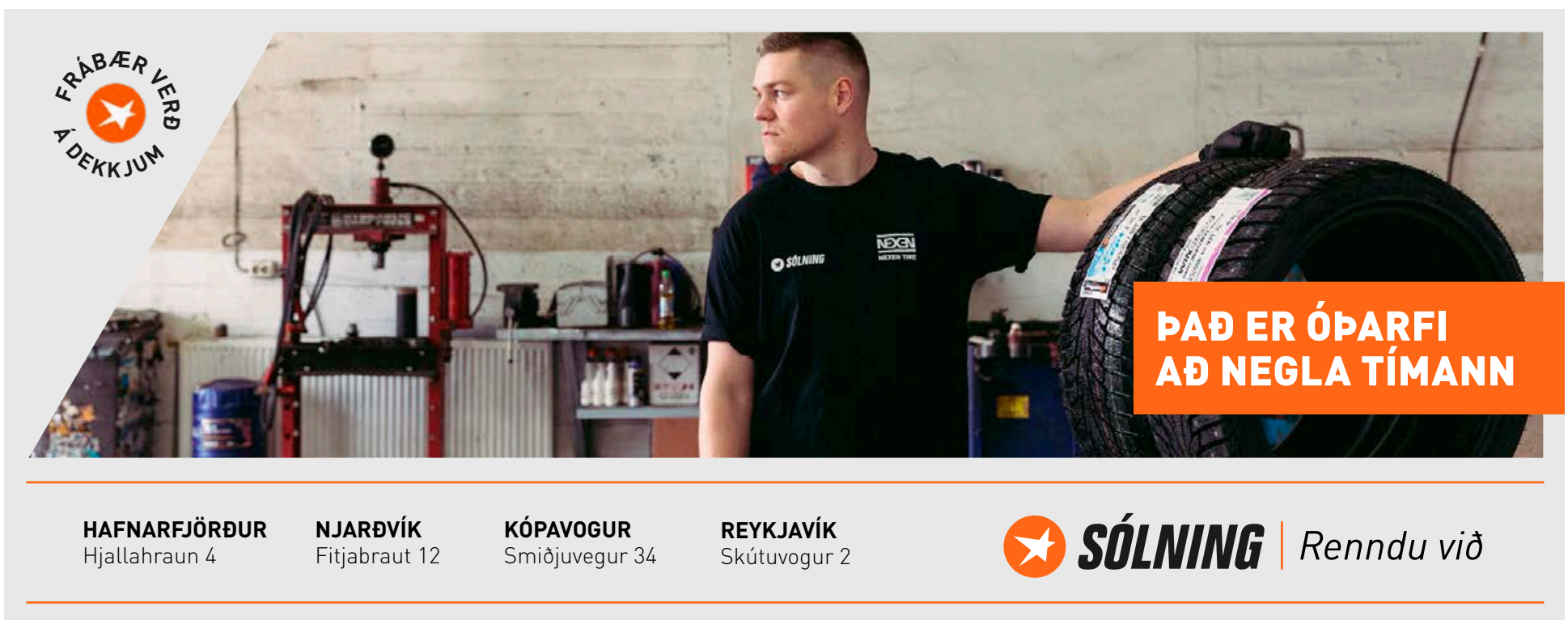
Af ríkjum OECD hefur verðbólgan aukist mest í Brasilíu, eða um rúmlega 6 prósent. Í dag er verðbólgan aðeins hærri í tveimur ríkjum, Argentínu 51,9 prósent og Tyrklandi 19,3 prósent. Tyrkland er einmitt það land sem hefur næst mesta hækkun í faraldrinum, en í Argentínu hefur orðið verðhjöðnun upp á 2 prósent.

Á eftir Brasilíu og Tyrklandi koma Bandaríkin með nærri 4 prósenta hækkun. Í Danmörku, Noregi og Finnlandi hefur orðið meiri hækkun verðbólgu en á Íslandi, en af Norðurlöndunum hefur Svíþjóð komið skást út úr faraldrinum hvað þetta varðar. ■

> Verðbólga hefur aukist um rúmlega sex prósent í Brasilíu



Verðbólgan hefur áhrif á vöruverð. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



vfs.is

Milwaukee

ALVÖRU VERKFÆRI
SVÖRT VIKA
ALVÖRU TILBOÐ



M12
Borvél 30 Nm
+ *Ein 2,0 Ah rafhlaða, hleðslutæki og taska*

TILBOÐ 21.900 KR.
Vnr. MW 4933479439

Fjarstýrður torfærubíll fylgir 50 fyrstu kaupunum



M12
Borvél 30 Nm + höggskrúfvél
+ *Tvær 4,0 Ah rafhlöður, hleðslutæki og taska*

TILBOÐ 63.900 KR.
Vnr. MW 4933459808

Fjarstýrður torfærubíll fylgir 50 fyrstu kaupunum



M18
Öflug borvél
60Nm með höggi
+ *Tvær 2,0 Ah rafhlöður, hleðslutæki og taska*

TILBOÐ 44.900 KR.
Vnr. MW 4933464320

Fjarstýrður torfærubíll fylgir 50 fyrstu kaupunum



M18
Öflug borvél 60Nm með höggi + höggskrúfvél
+ *Tvær 4,0 Ah rafhlöður, hleðslutæki og taska*

TILBOÐ 62.900 KR.
Vnr. MW 4933464536

Fjarstýrður torfærubíll fylgir 50 fyrstu kaupunum



A **Loftdæla** *MW 4933464124*
B **Sverðsög** *MW 4933411925*
C **Fjölnotavél** *MW 4933427180*
D **Skrúfvél** *MW 4933441910*
E **Borvél m/höggi** *MW 4933441950*
F **Höggskrúfvél** *MW 4933459822*
G **Höggborvél SDS+** *MW 4933431355*
H **Stingsög** *MW 4933431305*
I **Heftibyssa** *MW 4933459634*
J **Massavél** *MW 4933447791*
K **Herslulykill** *MW 4933464615*
L **Kittisgrind** *MW 4933441783*
M **Rafhlöðusett 4Ah** *MW 4933459211*



18.900 KR.

VELDU ÞÉR M12 TÆKI
27.900 KR.



29.900 KR.

VELDU ÞÉR M18 TÆKI
35.900 KR.

Sverðsög A *MW 4933416785*
Borvél m/höggi B *MW 4933464319*
Höggskrúfvél C *MW 4933464476*
Herslulykill D *MW 4933443590*
Ryksuga E *MW 4933464029*
Hjámiðjurokkur F *MW 4933464228*
Ljós G *MW 4933459159*
Höggborvél SDS+ H *MW 4933443320*
Hjólsög I *MW 4933419134*
Stingsög J *MW 4933451391*
Slípirokkur K *MW 4933441502*
Fjölnotavél L *MW 4933446203*
Höggborvél SDS+ M *MW 4933408320*
Rafhlöðusett 4Ah N *MW 4933459215*
Sverðsög O *MW 4933447275*



Aukahlutasett impact borar, bitar o.fl.
15.990 KR.
MW 4932479971



10 stk 125 mm skurðarskífur + demantsblað
5.990 KR.
MW 4932479629



Aukahlutasett bitar og bitaborar
9.990 KR.
MW 4932478900



Höfuðljós HL-SF 450lm 3xAAA
8.990 KR.
MW 4933471388



Shockwave bitasett 32stk
3.990 KR.
MW 4932464240



Borasett 5 stk SDS+ MX4 5, 6, 7, 8 og 10 mm
5.990 KR.
MW 4932352833



Bitasett 56 stk
6.990 KR.
MW 4932430907

Kauptu tvö tæki og þá fylgir fjarstýrður torfærubíll*
*100 fyrstu kaupunum.

Kauptu tvö tæki og þá fylgir fjarstýrður torfærubíll*
*100 fyrstu kaupunum.

Kauptu Milwaukee aukahluti fyrir 14.900 kr. og þá fylgir peysa á meðan birgðir endast.



VERKFÆRA SALAN

vfs.is
Öll tilboðin eru á netinu og í verslunum okkar
Gilda til föstudags á meðan birgðir endast

VERKFÆRASALAN • SÍÐUMÚLA 9, REYKJAVÍK • DALSHRAUNI 13, HAFNARFIRÐI • TRYGGVABRAUT 24, AKUREYRI • S: 560 8888 • **vfs.is**



ALLAR PIZZUR AF MATSEÐLI Á 1.690 KR. EF ÞÚ SÆKIR, 22.–29. NÓV. 2021

SVARTUR
FÖSTUDAGUR
30% afsláttur af öllum vörum
Gildir föstudag til mánudags
Opið alla helgina
Grillbúðin
www.grillbudin.is
Opið virka daga 11-18
Laugardag 11-16
Sunnudag 12-16

SVARTUR FÖSTUDAGUR
20%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM Í VEFVERSLUN
TE & KAFFI


teogkaffi.is

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING
á Hringbraut

Enn þagað um Menntamálastofnun

tsh@frettabladid.is

MENNTAMÁL Mennta- og menningarmálaráðuneytið vill ekki tjá sig um málefni Menntamálastofnunar (MMS) þrátt fyrir ítrekaðar fyrirspurnir.

Eins og Fréttablaðið greindi frá í byrjun þessa mánaðar ríkir mikil óánægja meðal starfsmanna MMS gagnvart forstjóra og yfirstjórn.

Í áhættumati Auðnast kom fram að mikill meirihluti starfsfólks vilji að forstjórinn, Arnór Guðmundsson, víki frá störfum en Arnór hefur sjálfur sagt áhættumatið ekki standast faglegar kröfur.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins stóð til að menntamálaráðuneytið myndi koma fram með aðgerðaáætlun til umbóta innan MMS, en þrátt fyrir ítrekaðar fyrirspurnir hefur ráðuneytið hvorki viljað staðfesta né neita hvort von sé á slíkri áætlun.


Lilja Alfreðsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra

Í skriflegu svari við fyrirspurn Fréttablaðsins kemur fram að málefni Menntamálastofnunar séu til umfjöllunar í ráðuneytinu, en ekki sé hægt að upplýsa um framvindu málsins meðan á því stendur.

Svar ráðuneytisins í heild sinni er eftirfarandi:

„Starfsfólk Menntamálastofnunar hefur aðgang að fjölþættri ráðgjöf og stuðningi utanaðkomandi fagfólks á sviði vinnuverndar og trúnaðarmanna stofnunarinnar. Málefni Menntamálastofnunar eru til umfjöllunar í ráðuneytinu, en slík mál eru faglega unnin eftir ákveðnum ferlum og samkvæmt þeim stjórnsýslulögum og reglum sem um þau gilda. Á meðan á þeirri vinnslu stendur getur mennta- og menningarmálaráðuneytið ekki upplýst um framvindu mála.“ ■


Það er hverfandi þjóðarsport meðal Íslendinga að veiða sér í jólamatinn. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Rjúpnaveiði þrefalt minni en við upphaf aldarinnar

Stórlega hefur dregið úr veiði á rjúpu hér á landi. Ef aðeins er horft til nýrrar aldar hefur heildarveiðin minnkað úr ríflega 150 þúsund fuglum niður fyrir 50 þúsund fugla.

ser@frettabladid.is

SKOTVEIÐI Dúi Landmark, fyrrverandi formaður Skotvís og höfundur bókarinnar Gengið til rjúpna, sem kom út á dögunum, hefur kynnt sér þróun veiðanna á þessari og síðustu öld og segir tölurnar tala sínu máli, síðustu tvö árin fyrir aldamót hafi veiðin á Austurlandi, sem jafnan hefur gefið landsvæða mest af rjúpu, verið yfir 48 þúsund fuglar, sem er litlu minna en árleg heildarveiði er nú á landinu öllu.

„Núna er veiðin hvað slökust á Austurlandi, rétt eins og á síðasta ári,“ segir Dúi, „sem er þvert á það sem veiðimenn hafa vanist á síðustu árum og áratugum, en víðast hvar annars staðar er hún áþekk því sem við eigum að venjast frá síðustu árum, vissulega dræm en þó eitthvað af fugli. “

Fréttablaðið hefur spurnir af allnokkrum hópum rjúpnaveiðimanna sem hafi farið saman í helgarveiði á þeim svæðum á landinu sem hafa jafnan gefið mest, en þau er einkum að finna á Vestfjörðum, Norðurlandi og Austurlandi, en komið þaðan tómhentir, ýmist einn úr hópnum og stundum fleiri.

„Þetta verður ekki gott rjúpnaveiðiár, það er alveg ljóst,“ segir Dúi og bendir á að afkoma stofnsins sé með öðrum hætti en menn hafi vanist frá því á árum áður. „Sveiflurnar voru reglubundnar, tíu ár liðu yfirleitt frá því veiðin var hvað mest þar til hún hrundi, en nú vara sveiflurnar skemur.“ Þannig hafi árin 2017 og 2018 gefið vel af sér, þvert á árið í ár og árið þar á undan.

Milljónir rjúpna fluttar út á fyrri tíð

Um 100 til 200 þúsund rjúpur voru fluttar út árlega að jafnaði frá aldamótunum 1900. Útflutningurinn náði síðan hámarki á árunum 1924 til 1927, þegar fluttar voru út um 250.000 rjúpur árlega, eða um milljón rjúpur á fjórum árum, að því er fram kemur í nýrri bók Dúa Landmark, Gengið til rjúpna. Til samanburðar má geta þess að skráð meðalveiði hjá Umhverfisstofnun frá 2005 til 2015 var 58.370 rjúpur á ári. Miklar sveiflur voru í útflutningnum fyrr á tíð. Árið 1893 voru fluttar út 52.075 rjúpur en ári seinna hafði þeim fækkað í 6.170.

> Það segir sig sjálft að svona hrun í viðkomu hefur mikið að segja og því verða topparnir ekki háir.


Dúi Landmark, fyrrverandi formaður Skotvís

„Greiningin hefur líka leitt í ljós að vandamál rjúpnastofnsins virðast liggja í lífun unga eftir útungun og fram að veiðitíma,“ segir Áki Ármann Jónsson, formaður Skotvís, og bætir við: „Þannig eru núna að jafnaði um 6,4 ungar á hænu á lífi í lok ágúst, en voru allt að 8,6 ungar fyrir 30 árum. Það segir sig sjálft að svona hrun í viðkomu hefur mikið að segja og því verða topparnir ekki háir.“

Ef enn frekar er rýnt í rjúpnaveiðitölur nýrrar aldar, sést að frá aldamótum hrundi veiðin, fór úr ríflega 150 þúsund fuglum 1999, í 129 þúsund 2000, 101 þúsund 2001 og tæplega 78 þúsund fugla 2002, en ári seinna var rjúpnaveiði bönnuð af þáverandi umhverfisráðherra, Siv Friðleifsdóttur, en veiðin hófst svo aftur af krafti haustið 2005. Síðan þá hefur veiðin verið á milli 35 og 80 þúsund fuglar, allt þar til í fyrra þegar veiðin var skorin niður í 25 þúsund og í ár var heimildin þrengd enn frekar, í 20 þúsund fugla.

„Eftir að sölubann á rjúpu var sett á 2005 og biðlað var til veiðimanna um að stunda hóflegar veiðar, minnkaði veiðiálagið að jafnaði um helming,“ segir Áki Ármann og bætir við: „Nú heyrir það til undantekninga að veiðimenn séu í magnveiði. Flestir eru að veiða 5-15 rjúpur. Í hámarksárum rjúpu er auðvitað meira veitt, en það virðist sem mettun verði þegar veiðin nálgast 60 þúsund fugla,“ segir hann. ■

Svartur föstudagur

Opnum kl. 08:00 í dag

Húsgögn, rúm, hægindastólar og stillanleg rúm á 30% afslætti í allan dag.

30%

AFSLÁTTUR



Komdu strax í dag og gerðu frábær kaup

Húsgögn | Rúm | Hægindastólar | Stillanleg rúm

Öll tilboðin er að finna á vefverslun okkar vogue.is

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

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

Á rúmum fimmtíu árum hafa tóbaksreykingar hrapað um meira en 40 prósent, með tilheyrandi umbyltingu í lýðheilsu landsmanna. Nýliðun reykingafólks er afar lág, en erfiðast hefur reynst að ná til innflytjenda.



Margir Íslendingar hafa drepið í síðustu sígarettunni síðustu áratugi og fáir sem enn reykja eftir. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Kristinn Haukur Guðnason
kristinnhaukur
@frettabladid.is

Styttist í sigurinn gegn reykingum

HEILBRIGÐISMÁL Stærsta breyting í lýðheilsu Íslendinga á undanförnum áratugum er hversu vel baráttan gegn tóbaksreykingum hefur gengið. Árið 1968 reykti annar hver fullorðinn Íslendingur og fyrir aðeins þrjátíu árum síðan mátti rekja þriðja hvert dauðsfall beint til reykinga, eitt á dag. Í dag reykja 7 prósent fullorðinna, sem er næstlægsta hlutfall í Evrópu. Aðeins Svíar reykja minna, en þar er snusnotkun útbreidd.

„Íslendingar mega vera stoltir yfir þeim árangri sem við höfum náð í reykingavörnum, þar sem við höfum verið í fararbroddi í heiminum. Það hefur skilað sér í bættri lýðheilsu," segir Karl Andersen, yfirlæknir á Hjartagátt Landspítalans sem hefur setið í Tóbaksvarnaráði og fylgst grannt með þessari baráttu.

Karl segir auðvelt að telja fjölda dauðsfalla sem rekja megi til reykinga, þeim hafi fækkað verulega á undanförnum áratugum. Það segi þó ekki alla söguna um afleiðingar reykinga, sem höfðu veruleg áhrif á heilsufar fólks um miðja síðustu öld þegar reykingar voru miklu almennari.

„Þegar ég var unglæknir fyrir rúmum þrjátíu árum var algengt viðfangsefni á bráðamóttökunni að sjá fólk með versnun á langvinnri lungnateppu," segir Karl. „Fólk gat ekki andað þegar það fékk kvef. Fólk þjáðist mjög vegna þessa sjúkdóms, en í dag er þetta orðið mun fágætara."

Á áttunda og níunda áratugnum voru tvær fullar hæðir af lungnaveiku fólki inniliggjandi á Vífilsstöðum. Í dag er þar rekin öldrunardeild.

Tóbaksreykingar eru stærsti fyrirbyggjandi áhættuþátturinn þegar kemur að hjarta- og æðasjúkdómum annars vegar og lungnasjúkdómum á borð við krabbamein hins vegar. Á síðustu 30 árum hefur nýjum hjartaáfallatilvikum fækkað um 80 prósent og tölurnar eru svipaðar þegar kemur að dauðsföllum af völdum kransæðasjúkdóms. Um fjórðung af þessari fækkun má beinlínis tengja við minni reykingar.

Þrátt fyrir að tölurnar séu allar á leiðinni niður má búast við því að þessi þróun haldi áfram. Ekki aðeins vegna þess að reykingafólki heldur áfram að fækka, heldur vegna þess að reykingar hafa 20 ára sjúkdómabyrði. Karl segir það taka reykingamann 20 ár að fá svipaðar horfur og ef hann hefði aldrei reykt.

Endataflið

Þegar Sif Friðleifsdóttir var heilbrigðisráðherra, árin 2006 til 2007, viðraði hún þá hugmynd að taka tóbak úr almennri sölu. Yrði það þá aðeins selt í apótekum. Á þessum tíma kom til landsins belgískur tóbaksvarnafulltrúi að nafni Luke Joosens og sagði þetta einungis gerlegt ef reykingar væru komnar niður í 5 prósent, en þær voru um 20 prósent á þeim tíma.

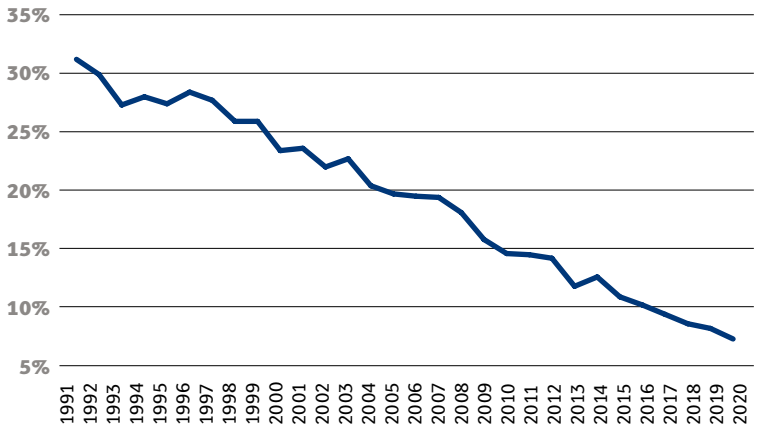
„Því miður erum við ekki stödd á þeim stað að tóbakssala standi ekki undir sér. Þetta eru enn þá 15 til 20 þúsund manns sem reykja," segir Hafsteinn Viðar Jensson, verkefnisstjóri tóbaksvarna hjá Landlæknisembættinu, aðspurður hvort tóbakssala fari að hætta að borga sig.

Peningar eru þó einmitt það sem hefur haft hvað mest áhrif á þróun reykinga. Það er stýring ríkisins með skattlagningu.

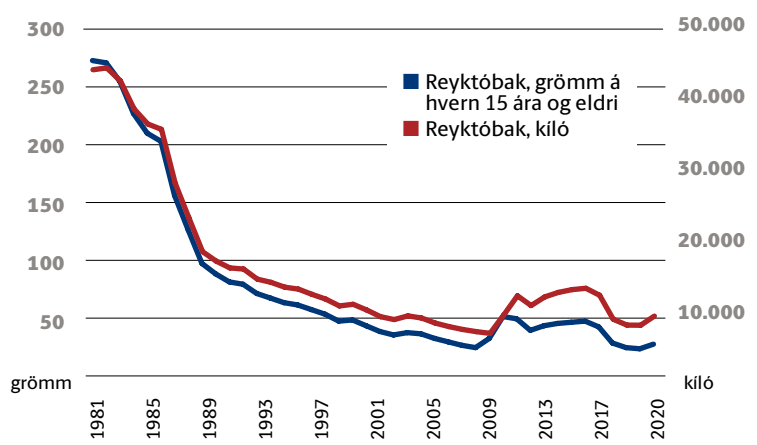
„Það sem skiptir mestu máli er skattlagning og verð á tóbaki," segir Hafsteinn. „Þar á eftir koma takmarkanir á aðgengi, auglýsingabann, viðvaranir á pakkningum og aðstoð við að hætta."

> Við erum að fá upp svo til reyklausar kynslóðir.
>
> Hafsteinn Viðar Jensson, verkefnisstjóri hjá Landlækni

Reykja daglega, 18 til 89 ára



Salan hefur hrunið en kippur varð við fjölgun ferðamanna



Ísland hefur verið framarlega á heimsvísu í ýmsum tóbaksvarnaaðgerðum. Meðal annars var Ísland fyrsta landið til að banna tóbaksauglýsingar, í fjölmiðlum og utandyra árið 1971 og að fullu 1977. Árið 1984 var Ísland fyrsta landið til að banna reykingar í millilandaflugi.

Stærsta breytingin í seinni tíð, var í ráðherratíð Sifjar, þegar reykingar voru bannaðar á opinberum stöðum og vinnustöðum, þar á meðal skemmtistöðum. Þetta var hins vegar ekki tóbaksvarnaaðgerð í sjálfu sér, heldur vinnuverndarmál.

Karl Andersen bendir á að hálfu ári eftir bannið hafi hjartaáföllum fækkað um 19 prósent. Þetta átti ekki aðeins við um reykingafólkið sjálft, heldur allt mengið. Sama hlutfall sást hvar sem sambærilegar reglugerðir voru teknar upp, austan og vestan Atlantsála. Karl segir þessa aðgerð hafa haft mun meiri áhrif en til dæmis einstaka lyfjameðferðir.

„Við erum í raun komin í endataflið í glímunni við reykingar. Þegar reykingar verða komnar undir 5 prósent meðal fullorðinna má líta svo á að sigur hafi unnist," segir Karl. Reykingar verði þá orðin jaðarhegðun sem ekki þurfi að taka tillit til.

> Þegar reykingar verða komnar undir 5 prósent meðal fullorðinna má líta svo á að sigur hafi unnist.
>
> Karl Andersen, yfirlæknir á Landspítala

Staðreyndir um reykingar

- Reykingafólki hefur fækkað um 0,86 prósent árlega í hálfa öld.
- Nærri 60 prósent karla reyktu árið 1968.
- Þriðjungur unglinga reykti árið 1974.
- Á hálfri öld hefur meðalævilengd Íslendinga hækkað um 9 ár.
- Nýgengi lungnakrabbameins náði toppi árið 1986 og hefur verið á niðurleið síðan 2007.
- Fjórðung af lækkaðri tíðni hjartaáfalla má skýra með minnkun reykinga.
- Sala reyktóbaks er fimmtungur af því sem hún var árið 1979.
- Neftóbakssala féll úr 46 tonnum í 25 tonn árið 2020.

Ungt fólk reykir ekki

Þó að baráttan við reykingar gangi betur en nokkur þorði að vona, eru enn þá þúsundir manns sem reykja. Fyrir hálfri öld voru karlmenn í meirihluta reykingamanna en nú eru konur örlítið fleiri. Meðalaldurinn hefur hækkað og flest reykingafólk er í kringum fimmtugt.

Vissulega hafa margir hætt að reykja en helsta ástæða þess að hlutfallið hrapar jafn hratt og það gerir, er að ungt fólk er ekki að byrja. Þetta sést meðal annars á framhaldsskólakönnunum sem Rannsóknir og greining hafa gert árlega.

„Það er alveg nýtt að sjá 1 til 2 prósent reykingar í framhaldsskólum. Við erum að fá upp svo til reyklausar kynslóðir," segir Hafsteinn. Nýliðun reykingafólks er í dag mjög lág.

Þegar reykingar eru skoðaðar eftir þjóðfélagsstöðu sést að þeir sem eru minna menntaðir og standa félagslega og efnahagslega höllum fæti reykja meira en aðrir. Þetta er athyglisvert í ljósi þess að sá sem reykir pakka á dag þarf að greiða meira en hálfa milljón króna árlega fyrir.

Hlutfall reykingafólks hefur verið allt að 10 prósentum yfir landsmeðaltali á Suðurnesjum og skýrist það einkum af háu hlutfalli innflytjenda.

„Margar þjóðir, til dæmis frá Austur-Evrópu, reykja eins og Íslendingar gerðu fyrir þrjátíu árum síðan," segir Karl. „Þarna er önnur menning og hefur ekki verið unnið að reykingavörnum á sama hátt og hér."

Reykingar ekki eini vandinn

Reyktóbakið er ekki eini nikótíngjafinn sem Íslendingar kljást við. Fyrir nokkrum árum sást mikil aukning í neftóbakssölu og rafrettunar komu inn með miklum hvelli. Undanfarið hefur sala neftóbaks hins vegar hrapað og rafrettunotkun virðist föst í 4 prósentum.

Hafsteinn segir nikótínpúðana hafa verið í mikilli sókn og harmar að ekki hafi náðst að fella þá undir lög um rafrettur síðastliðið vor. Þá hefði salan verið bundin við sérverslanir, sett 18 ára aldurstakmark, auglýsingabann og eftirlit með innflutningi og sölu.

Þrjátíu prósent ungmenna á aldrinum 18 til 24 ára nota nikótínpúða og ólíkt neftóbaki er hlutfall hjá konum ekki mikið lægra en hjá körlum.

Þrátt fyrir þennan vágest bendir Hafsteinn á að tóbaksreykingarnar séu mun alvarlegri hlutur. Um helmingur reykingafólks deyi fyrir aldur fram.

Vandamálin hverfa ekki heldur alfarið með reykingum. Karl bendir á að offita, sykursýki og hreyfingarleysi séu að taka við af reykingum sem mesti skaðvaldur íslenskrar lýðheilsu. ■



TÍMI TIL AÐ NJÓTA

Þegar allt hreyfist hratt er mikilvægt
að hægja á, huga að eigin heilsu,
anda og taka deginum rólega.
Mundu að vellíðan er besta gjöfin.

LYFJA

Kynferðisbrotum gegn börnum fjölgar

benediktboas@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL „Það er skýrt markmið hjá lögreglunni að leita allra leiða til að þeir sem verði fyrir kynferðisbroti geti leitað réttar síns með því að tilkynna brotið til lögreglu," segir Rannveig Þórisdóttir, sviðsstjóri þjónustusviðs ríkislögreglustjóra. Lögreglan birti í gær upplýsingar um tilkynnt kynferðisbrot það sem af er þessu ári.

Þar kemur fram að árið 2020 voru færri nauðganir tilkynntar til lögreglu en árin á undan, en á sama tíma fjölgaði tilkynningum vegna kynferðisbrota gegn börnum. Þá hefur hlutfall barna í hópi þolenda kynferðisofbeldis vaxið síðustu ár og voru börn 61 prósent brotaþola í málum sem tilkynnt voru á fyrstu tíu mánuðum þessa árs.

Tilkynningum um barnaníðsbrot hefur fjölgað og eru það sem af er ári 36 talsins. Tilkynningar vegna kynferðisbrota gegn börnum voru 134 talsins árið 2020 en að meðaltali 98 á ári þrjú árin þar á undan.

Að meðaltali er tilkynnt um 18 nauðganir á mánuði, en fjöldi tilkynntra kynferðisbrota til lögreglu það sem af er ári er um 560. Karlar eru í meirihluta þeirra sem grunaðir eru um kynferðisbrot og flestir brotaþolar eru konur. Það sem af er ári voru karlar grunaðir í 94 prósentum brota og konur í 6 prósentum brota. Í nauðgunarmálum eru konur 93 prósent brotaþola. ■



Í gær var alþjóðlegur baráttudagur gegn kynbundnu ofbeldi sem markaði upphaf 16 daga átaks gegn kynbundnu ofbeldi í samfélaginu. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Börn undir eins árs koma oftast á heilsugæsluna. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Börn koma oftast á heilsugæsluna

birnadrofn@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Hver íbúi á Íslandi átti að meðaltali samskipti við heilsugæsluna sjö sinnum á síðasta ári. Heildarfjöldi skráðra samskipta hjá heilsugæslunni var í fyrra 2,6 milljónir, árið á undan voru skráð samskipti 2,2 miljónir. Skráð samskipti eru viðtöl, vitjanir, símtöl og rafræn samskipti. Þetta kemur fram í nýjum talnabrunni Embættis landlæknis.

309

þúsund manns nýttu sér þjónustu heilsugæslunnar í fyrra.

Um 309 þúsund einstaklingar nýttu sér þjónustu heilsugæslunnar á síðasta ári, eða rúmlega 84 prósent landsmanna. 61 prósent íbúa landsins áttu viðtal við lækni á heilsugæslustöð.

Langstærsti hópurinn sem kemur á heilsugæsluna eru börn undir eins árs. Að meðaltali átti hvert barn yngra en eins árs að jafnaði meira en fimm komur á heilsugæslu. Stór hluti komanna er í ung- og smábarnaeftirlit. ■

Betra að leigja barnadót en að kaupa

Vinkonunurnar Sóley og Guðbjörg stofnuðu nýverið fyrirtækið Barnalán, þar sem fólki býðst að leigja barnadót eins og kerru, barnastól eða hoppirólu í stað þess að kaupa það. Þær segja deilihagkerfið nýtt á Íslandi, en að það sé framtíðin.

lovisa@frettabladid.is



Guðbjörg og Sóley hafa verið vinkonur í langan tíma og eignuðust svo börn á sama tíma. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

SAMFÉLAG Þær Sóley Dögg Hafbergsdóttir, félagsráðgjafi hjá Reykjavíkurborg, og Guðbjörg Ása Hrólfsdóttir, sem starfar sem samgönguverkfræðingur hjá Hnit verkfræðistofu, hafa verið vinkonur í fjölda ára, eru nágrannar og eignuðust svo börn á sama tíma.

Eftir að hafa verið í hreiðurgerð og fæðingarorlofi á sama tíma ákváðu þær að stofna fyrirtækið Barnalán sem er byggt á hugmyndafræði deilihagkerfisins, en á vef fyrirtækisins geta einstaklingar leigt allar helstu meðgöngu- og barnavörur og þannig spornað gegn sóun.

„Við erum svart og hvítt en pössum saman," segir Guðbjörg Ása, hlær, og heldur áfram:

„Við sáum í fæðingarorlofinu hversu mikið dót fylgir þessum börnum og mikið af því er maður að nota í svo stuttan tíma. Ég upplifði það í það minnsta þannig að allar geymslur og hirslur fylltust fljótt."

„Við erum að miða við að þjónustan sé alger, það er, þegar þú pantar vöruna þá keyrum við hana heim til þín og svo þegar þú ert búin/n að nota hana þá sækjum við hana. Þetta er umhverfisvænni kostur en að kaupa, en þar að auki er þetta líka ódýrara. Það á að vera ódýrara að leigja hoppirólu í þrjá mánuði en að kaupa hana nýja," segir Sóley.

Margir foreldrar þekkja það vel að kaupa eitthvað og svo selja það aftur, annaðhvort á netinu eða í endursöluverslunum eins og Barnalopp-

> **Það getur verið erfitt að minnka neysluna þegar kemur að börnunum okkar, enda viljum við að þau fái allt sem eykur þægindi þeirra og veitir þeim gleði.**
>
> Af heimasíðu Barnaláns

unni eða Gullinu mínu, en það er tímafrekt ferli og fólk með lítil börn þarf að ráðstafa tímanum vel.

„Fólk í fæðingarorlofi hefur nóg að gera," segir Sóley og bætir við: „Sumir mikla þetta fyrir sér og ég til dæmis endaði alltaf á því að gefa mitt dót, lána það eða geyma það í geymslunni. Það kemur pælingin."

Þær segja að í dag séu flestir að hugsa meira um umhverfið og hvernig þau geti lagt sitt af mörkum til að minnka áhrifin sem neysla þeirra hefur á umhverfið.

„Það getur verið erfitt að minnka neysluna þegar kemur að börnunum okkar, enda viljum við að þau fái allt sem eykur þægindi þeirra og veitir þeim gleði. Barnalán er okkar framlag til að leysa þennan vanda," segir á heimasíðu fyrirtækisins.

Þær segja að fyrirkomulagið verði þannig að þær kaupi inn hluti sem verða svo í leigu, en ekki verður í boði svokölluð umboðsleiga þar sem fólk getur skráð hlutina sína til leigu.

„Þetta eru hlutir sem við kaupum og þannig tryggjum við uppruna varanna og getum ábyrgst gæði þeirra. Við höfum heyrt sögur af því að fólk sé að kaupa notað og þegar eitthvað er skemmt er það ekki í ábyrgð. Við viljum ábyrgjast það sem við verðum með til leigu og viljum þess vegna kaupa það nýtt," segir Sóley.

Hún segir að innifalið í leiguverðinu sé trygging og akstur, nema sé verslað undir fimm þúsund krónum, þá þarf að greiða sérstaklega fyrir það.

Þær segja að til að byrja með verði aðeins hægt að leigja stóra hluti eins og ömmustól, baðsæti, baby brezza vélar, gönguvagn, kerrur, leikmottu og snúningslak, en að planið til lengri tíma sé að bjóða, til dæmis, upp á leigu á fatapökkum og jólafatnaði, fötum fyrir myndatökur og búningum.

Lágmarksleigutími er mánuður á flestum vörum en svo eru einstakar vörur sem er hægt að leigja í dagleigu, eins og ferðakerra og göngupoki. Þær segja að með leigunni geti fólk minnkað „startkostnaðinn" sem fylgi því að eignast barn.

„Ef þú ert með magakveisubarn og þarft ömmustól með titring, eða ert með pelabarn og þarft pelavél. Þá er hagstæðara að leigja þetta í stuttan tíma en að kaupa þetta á fullu verði," segir Sóley, sem segir að þetta geti líka verið tækifæri til að prófa eitthvað í mánuð áður en fest eru kaup á mjög dýrri vöru.

Hægt er að skoða úrvalið á vefnum barnalan.is. ■



Svartur föstudagur

Opnum kl. 08:00 í dag

50%

AFSLÁTTUR

-30% af sófum í dag.



-50% fyrir fyrstu 5 sem kaupa June í dag.

50% afsláttur

af June sófunum, 5 fyrstu viðskiptavinirnir sem kaupa June fá þá með **50% afslætti.**

-30% af stillanlegum rúmum í dag.



-50% fyrir fyrstu 5 sem kaupa Ergomotion í dag.

50% afsláttur

Af Ergomotion stillanlegu heilsurúmunum.
5 fyrstu viðskiptavinirnir sem kaupa Ergomotion þau með **50% afslætti.**

Komdu strax í dag og gerðu frábær kaup

Húsgögn | Rúm | Hægindastólar | Stillanleg rúm

Öll tilboðin er að finna á vefverslun okkar vogue.is

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

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

Svartur föstudagur
Opnum kl. 08:00 í dag

50%
AFSLÁTTUR

-30%
af borðstofuborðum



50% afsláttur
Af Brooklyn borðstofuborðunum.
5 fyrstu viðskiptavinirnir sem kaupa Brooklyn fá borðin með **50% afslætti.**

-50%
fyrir fyrstu
5 sem kaupa
Brooklyn í dag.

-50%
fyrir fyrstu
5 sem kaupa
Dís í dag.



50% afsláttur
Af Dís Íslensku heilsurúmunum.
5 fyrstu viðskiptavinirnir sem kaupa Dís heilsurúmin fá rúmin með **50% afslætti.**

-30%
af heilsurúmum

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

-30% af hægindastólum



50% afsláttur
Af Wizz hægindastólnum. 5 fyrstu viðskiptavinirnir sem kaupa Wizz fá hægindastólinn með **50% afslætti.**

-50%
fyrir fyrstu 5 sem kaupa Wizz í dag.



-50%
fyrir fyrstu 5 sem kaupa Dorbien í dag.

50% afsláttur
Af Sænsku heilsurúmunum frá Dorbien.
5 fyrstu viðskiptavinirnir sem kaupa heilsurúmin frá Dorbien fá þau með **50% afslætti.**

DORBIEN®



-30%
af heilsurúmum

Komdu strax í dag og gerðu frábær kaup
Húsgögn | Rúm | Hægindastólar | Stillanleg rúm

Öll tilboðin er að finna á vefverslun okkar vogue.is

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

Veruleg áhrif veirunnar á land og þjóð



Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

Næstum 21 mánuður er liðinn frá því að fyrsta tilfelli Covid-19 greindist á Íslandi. Síðan þá hefur veiran haft mikil áhrif á þjóðina. Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir líkir sambandi veirunnar og þjóðarinnar við ofbeldissamband.



Tekin hafa verið um 740 þúsund sýni vegna Covid-19 innanlands frá því faraldurinn hófst hér fyrir tæpum 21 mánuði. MYND/JÓN GÚSTAFSSON

COVID-19 Á sunnudaginn er liðinn 21 mánuður frá því að fyrsta tilfelli Covid-19 greindist hér á landi. Þann 28. febrúar 2020 greindist íslenskur maður með sjúkdóminn eftir að hafa verið í ferðalagi á Norður-Ítalíu. Þau smit sem greindust dagana á eftir mátti öll rekja til Norður-Ítalíu og Austurríkis, en þann 6. mars greindist hér fyrsta innanlandssmitið.

Í kjölfar þess lýsti ríkislögreglustjóri yfir neyðarstigi almannavarna, í samráði við sóttvarnalækni. Fyrsta bylgja faraldursins náði hámarki um 22. mars en þann dag voru staðfest smit 568 talsins. Hinn 16. mars var sett á samkomubann á Íslandi í fyrsta sinn og máttu ekki fleiri en 100 manns koma saman. Viku síðar voru samkomutakmarkanir hertar og mörkin sett við tuttugu manns.

Takmarkanir mánuðum saman

Síðan samkomubann var sett á í fyrsta sinn á Íslandi, hefur þjóðin að mestu búið við einhvers konar takmarkanir. Grímunotkun, styttri opnunartími, sótthreinsun og þríeykið, eru hugtök sem landsmenn hafa þurft að venjast. Sama má segja um orðin fordæmalausir tímar, smitskömm, örvunarskammtur og innanlandssmit.

Nú erum við stödd í miðri bylgju faraldursins, sem Thor Aspelund líftölfræðingur segir að hafi enn ekki náð hámarki. Í gildi eru reglur sem segja að ekki megi fleiri en fimmtíu einstaklingar vera í sama rými og tryggja þarf einn metra á milli fólks sem ekki er í nánum tengslum. Þar sem það er ógerlegt er grímuskylda.

Mikið hefur verið rætt um samkomutakmarkanir í tengslum við viðburði og lífsviðurværi þeirra sem að þeim koma. Aðstandendur skipulagðra tónleika og viðburða sendu frá sér yfirlýsingu þann 10. nóvember, þar sem þeir biðluðu til stjórnvalda um að þrengja ekki frekar að ábyrgu viðburðahaldi.

Þegar hertar sóttvarnarreglur tóku gildi tveimur dögum síðar voru gerðar undanþágur varðandi viðburði og er nú heimilt að hafa allt að 500 manns í hverju rými, svo lengi sem allir gestir framvísi neikvæðri niðurstöðu úr hraðprófi.

Ofbeldissamband við veiruna

Fyrir ári síðan sagðist Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir, í samtali við Fréttablaðið, hafa undirbúið sig fyrir atburði eins og heimsfaraldur í mörg ár.

Þá sagði hann þjóðina eiga hrós skilið og dáðist að því úthaldi sem fólk hefði sýnt þrátt fyrir allt. „Nú þurfum við bara að halda áfram þessum samtakamætti," sagði Þórólfur. Fréttablaðið hafði samband við Þórólf aftur nú ári síðar og spurði hann hvort þjóðin hefði hlustað og haldið samtakamættinum áfram.

Þórólfur segir svo vera og samtakamáttinn það sem skipt hafi mestu máli. Þrátt fyrir ólíkar skoðanir fólks varðandi þær aðgerðir sem gripið hafi verið til, sé ljóst að þær hefðu ekki verið til neins ef fólk hefði ekki farið eftir þeim.

„Ég byggi mínar tillögur á þeim gögnum sem ég hef, en ekki tilfinningu. Þó að einhver segist ekki nenna þessu lengur þá get ég ekki breytt því sem gögnin segja mér," segir Þórólfur.

„Svo eru það afleiðingarnar sem þarf að skoða síðar. Þær efnahagslegu til dæmis og áhrifin á andlega líðan fólks. En ég er viss um það að ef við hefðum leyft veirunni að leika lausum hala, hefðu andlegar afleiðingar veikinda og yfirfullra sjúkrahúsa orðið verri," segir hann.

Hann lýsir sambandi veirunnar við þjóðina sem ofbeldissambandi. „Við erum búin að búa í ofbeldissambandi við þessa veiru í tæplega tvö ár. Veiran er sökudólgurinn, ekki sóttvarnalæknir eða stjórnvöld. Veiran gefur okkur góðar vonir eitt augnablikið og svo allt í einu bregst hún öðruvísi við, þetta er búin að vera rússíbanareið," segir Þórólfur.

„Nú þurfum við bara að halda áfram samtakamættinum og þolinmæðinni," bætir hann við.

Vel bólusett þjóð

Bólusetning hófst á Íslandi þann 29. desember 2020, þegar fjórir heilbrigðisstarfsmenn voru bólusettir í beinni útsendingu. Síðan þá hafa tæp 90 prósent landsmanna sem náð hafa tólf ára aldri verið fullbólusett.

Yfir 100 þúsund einstaklingar hafa fengið örvunarskammt og öllum þeim sem teljast fullbólusettir, stendur til boða að fá örvunarskammt sem veita á frekari vörn gegn Covid-19. ■

89%

landsmanna sem náð hafa tólf ára aldri eru fullbólusett.

Rúmlega sautján þúsund tilfelli Covid-19 hafa verið staðfest á Íslandi frá því að fyrsta tilfellið greindist hér í lok febrúar á síðasta ári.

Covid-19 á Íslandi

2020

febrúar
- 27. Fyrsti upplýsingafundur almannavarna haldinn.
- 28. Fyrsta tilfelli Covid-19 greinist á Íslandi.

mars
- 6. Fyrsta innanlandssmitið.
- 13. Íslensk erfðagreining hefur að skima fyrir Covid-19.
- 16. Samkomubann sett á í fyrsta sinn. 100 manns mega koma saman.
- 22. Fyrsta bylgja faraldursins nær hámarki.
- 24. Hertar takmarkanir, 20 manns mega koma saman.
- 31. Mestu takmarkanir hingað til taka gildi. Tíu mega koma saman.

apríl
- 2. Appið Rakning C-19 tekið í notkun.

maí
- 4. 50 manns mega koma saman.

júní
- 15. 500 manns mega koma saman.

júlí
- 30. Hert samkomubann, 100 manns mega koma saman.

september
- 14. Tími í sóttkví styttur úr 14 dögum í sjö.
- 18. Skemmtistöðum lokað tímabundið á höfuðborgarsvæðinu.

október
- 25. Landspítali færður á neyðarstig.

desember
- 29. Bólusetning gegn Covid-19 hefst.

2021

janúar
- 13. 20 manns mega koma saman.

febrúar
- 19. Krafa gerð um framvísun vottorðs á neikvæðu PCR-prófi fyrir brottför og komu til landsins.
- 24. 50 manns mega koma saman.

mars
- 25. Neyðarstigi almannavarna lýst yfir á Íslandi. Tíu manns mega koma saman.

apríl
- 15. 20 manns mega koma saman.

maí
- 10. 50 mega koma saman.
- 25. 150 manns mega koma saman.

júní
- 15. 300 mega koma saman.
- 23. Hraðpróf tekin í notkun.
- 26. Allar takmarkanir á samkomum felldar úr gildi.
- 28. Heimild fyrir bólusetningu barna 12-15 ára.

júlí
- 1. Sýnatöku hætt á landamærunum hjá þeim sem framvísa gildum vottorðum um bólusetningu.
- 25. 200 mega koma saman.

september
- 15. 500 mega koma saman.

október
- 20. 2.000 manns mega koma saman.
- 29. Breyttar reglur um sóttkví og einangrun.

nóvember
- 10. 500 manns mega koma saman.
- 12. 50 manns mega koma saman.

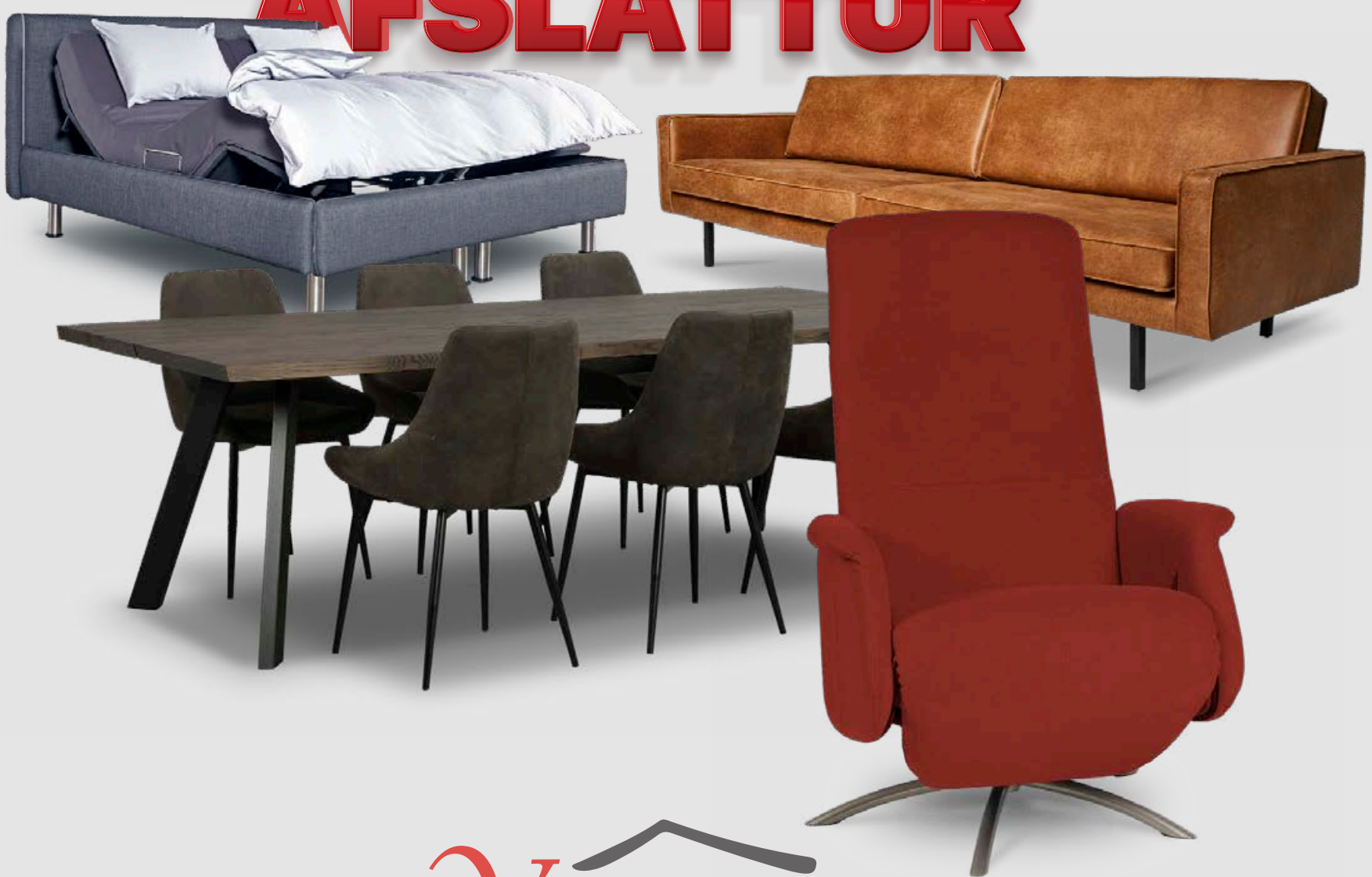


Svartur föstudagur

Húsgögn, rúm, hægindastólar og stillanleg rúm á 30% afslætti í allan dag.

30%

AFSLÁTTUR



Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

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



Adda, Hulda og Kristín með páskaeggja-form rétt fyrir jólin. Örvi er vinnustaður fyrir fólk með skerta starfs-getu þar sem fer fram þjálfun og styrking ein-staklinga með það að mark-miði að fá starf á almennum vinnumarkaði. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Unnið að páskunum í jólaskapi

Jólaframleiðslan í Örva byrjar í maí og klárast í október, því þá þurfa bæði Nói Síríus og Góa að fá bakkana sína til að kon-fektið komist í búðir fyrir jólin. Þessa dagana er því verið að framleiða mót fyrir páskaeggin, sem þarf að afhenda í janúar, svo allt verði tilbúið á páskum. Það eru þó allir í jólaskapi þótt unnið sé að páskunum.

benediktboas@frettabladid.is



Rósberg að framleiða páskaeggjaform fyrir Nóa Síríus. Í Örva er unnið við vélar sem móta plastum-búðir eins og til dæmis bakka í konfektkassa og páskaeggjamót.

Rakel Ósk telur skrúfur í poka. Önnur verkefni Örva eru að líma íslenskar upp-lýsingar á smá-söluvöru eins og hreinlætisvörur og matvæla-umbúðir, auk þess að sinna pökkunar- og flokkunarverk-efnum.





Jólakonfektið bragðast betur í bakka frá Örva.



Alexander með eina tegund af konfektbakka frá Nóa Síríus.



Rolf með bros á vör við álímingarverkefni.

Black Friday tilboð!

Eames Lounge Chair

Einungis fimm stólar af hvorri gerð í boði á tilboðsverði!



Eames Lounge Chair í hnotu (á mynd)

Tilboðsverð 850.000 kr.
VERÐ ÁÐUR 925.000 KR.

Sparaðu 75.000 kr.

Eames Lounge Chair í kirsuberjavið

Tilboðsverð 695.000 kr.
VERÐ ÁÐUR 795.000 KR.

Sparaðu 100.000 kr.

vitra.

Sparaðu 90.000 kr.



Coffee Table - svart

Tilboðsverð 279.000 kr.
VERÐ ÁÐUR 369.000 KR.

FLOS

Sparaðu 35.000 kr.



Arco LED lampi

Tilboðsverð frá 279.000 kr.
VERÐ ÁÐUR 314.900 KR.

FLOS

Sparaðu 75.000 kr.



Random

Tilboðsverð 199.900 kr.
VERÐ ÁÐUR 274.900 KR.

HAY

Sparaðu 4.100 kr.



AAS 32 - barstóll

Tilboðsverð 34.900 kr.
VERÐ ÁÐUR 39.000 KR.

vitra.

Sparaðu 14.475 kr.



Eames Plastic Chair - allar útfærslur

Tilboðsverð frá 42.900 kr.
VERÐ ÁÐUR FRÁ 57.375 KR.

HermanMiller

Sparaðu 100.000 kr.



Cosm - Leaf armar

Tilboðsverð 224.280 kr.
VERÐ ÁÐUR 324.280 KR.

Skeifan 10, Reykjavík — Hafnarstræti 91-93, Akureyri

Penninn Húsgögn

Fjöldi tilboða á penninn.is

Allar vörur frá HAY á 10% afslætti
Allir skrifborðsstólar á minnst 20% afslætti

Vöruúrval er mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



Heildarfjárfesting stórátaks í uppbyggingu skíðasvæða höfuðborgarsvæðisins nemur 5,1 milljarði króna. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

Stutt í snjóframleiðsluna í Bláfjöllum

bth@frettabladid.is

ÚTIVIST Mikil uppbygging er framundan á skíðasvæðum höfuðborgarsvæðisins. Keyptar verða fjórar til fimm lyftur, þar af tvær til þrjár stólalyftur. Fjárfest verður í tækjum til snjóframleiðslu. Heildarfjárfestingin nemur 5,1 milljarði.

Magnús Árnason, framkvæmdastjóri skíðasvæðis höfuðborgarsvæðisins, segir komið að því að stíga ný skref. Fyrstu tvær lyfturnar komi árin 2022 og 2023. Árið 2024 muni snjóframleiðsla hefjast í Bláfjöllum og í Skálafelli ári síðar. Verður það í fyrsta skipti sem snjór verður framleiddur á skíðasvæðum í nágrenni höfuðborgarinnar.

Magnús segir hægt að framleiða snjó við frostmark. Mesta framleiðnin sé ef frostið er 4-7 gráður. Erfitt sé að vera sífellt háð úrkomu.

„Við erum fyrst og fremst að reyna að tryggja meiri stöðugleika. Við fáum hláku á hverjum einasta vetri sem getur skemmt mun meira fyrir okkur en ef það væri góður grunnur, vegna snjóframleiðslu.“

Aðstæður til skíðaiðkunar muni stórbatna við þessi skref.

„Við erum komin á þann stað að hætta þessu klastri. Þetta mun þýða verulega breytta tíma í fjöllunum, miklu meiri breidd og stöðugleika,“ segir Magnús.

Í nýrri skýrslu Umhverfisstofnunar Evrópu er spáð að skíðasvæði víða í Evrópu gætu orðið fyrir búsifjum vegna veðrabreytinga sem tengjast loftslagsbreytingum. Ekki er vikið sérstaklega að Íslandi í þeim efnum. Magnús segir að veturnir séu mjög mismunandi. Þess vegna sé tímabært að bregðast við með fyrrnefndum hætti. ■





Trump var mættur til Atlanta í Georgíu til þess að fylgjast með úrslitum hafnaboltadeildarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Horfir til fimm barátturíkja

Arizona, Georgía, Michigan, Pennsylvanía og Wisconsin, verða aðalbarátturíkin í forsetakosningunum árið 2024 ef marka má kannanir. Donald Trump undirbýr framboð, en Joe Biden stefnir á endurkjör.

kristinnhaukur@frettabladid.is

BANDARÍKIN Donald Trump, fyrrverandi Bandaríkjaforseti, lét fyrir skemmstu gera kannanir í fimm lykilríkjum, sem hann sér sem tækifæri til þess að sigra Joe Biden árið 2024. Biden hefur þegar gefið það út að hann hyggist stefna á endurkjör.

Samkvæmt gögnum sem miðillinn Politico hefur undir höndum eru ríkin Georgía, Arizona, Michigan, Wisconsin og Pennsylvanía. Allt eru þetta ríki sem Trump vann árið 2016 en tapaði fjórum árum síðar. Hin þrjú síðastnefndu hafa verið kölluð blái veggurinn eða ryðbeltið og var mikið áfall fyrir Demókrata að tapa á sínum tíma. Það sama má segja um Georgíu, sem Repúblikanar bjuggust alls ekki við að tapa í fyrra.

Samkvæmt könnununum myndi Trump vinna í öllum fimm ríkjunum, meðal annars með 12 prósentum í Michigan. Hafa ber þó í huga að kannanir gerðar af stjórnmálamönnum sjálfum gefa sjaldnast rétta mynd af niðurstöðum kosninga. Athygli vekur þó að í þessum fimm ríkjum er munurinn minnstur í Georgíu, en þar leiðir Trump aðeins með 3 prósentum samkvæmt þessum könnunum.

> Munurinn var mestur í Michigan en minnstur í Georgíu.

Þetta rímar þó kannski við almenna íbúaþróun í ríkjum Bandaríkjanna. Fólki í minnihlutahópum er að fækka hlutfallslega í ryðbeltinu og Repúblikanar þar með að sækja á. Ekki aðeins í umræddum ríkjum heldur í Minnesota, Ohio og Iowa einnig.

Að sama skapi er íbúaþróunin að snúast Demókrötum í vil í suðrinu og suðvestrinu. Ekki aðeins Georgíu og Arizona heldur líta Demókratar til þess að vinna Norður-Karólínu, Utah og Texas á komandi árum eða áratugum.

„Þessar kannanir sýna greinilega að Trump er enn þá 800 punda górillan í Repúblikanaflokknum og verður frambjóðandi flokksins árið 2024 ef hann vill það,“ sagði Tony Fabrizio, forstjóri fyrirtækisins sem framkvæmdi þær.

Búist er við því að Donald Trump tilkynni formlega framboð sitt eftir þingkosningarnar á næsta ári. En þá eru töluverðar líkur á því að Demókratar tapi annarri eða hugsanlega báðum þingdeildum, sem myndi gera Biden mun erfiðara fyrir að stýra landinu.

Flestar kannanir sem gerðar hafa verið á árinu benda til þess að Joe Biden myndi örugglega sigra frambjóðenda Repúblikana, hvort sem það eru öldungadeildarþingmennirnir Mitt Romney eða Ted Cruz, eða þá ríkisstjórar á borð við Ron De Santis og Nikki Haley. Undantekningin á þessu er Trump, en kannanir hafa verið á báða vegu hvað varðar hugsanlega rimmu þeirra. Nýjasta könnun YouGov, frá því í byrjun mánaðar, sýnir að mjótt er á munum og leiðir Biden aðeins með 4 prósentum. ■



BLACK FRIDAY

TILBOÐ GILDA ÚT SUNNUDAGINN 28.11

SPARIÐ ALLT AÐ 50%

VEFVERSLUN
RFL.IS
ALLTAF OPIÐ

OPIÐ TIL 22:00 Í DAG FÖSTUDAGINN 26. NÓV. Á SMÁRATORGI, BÍLDSHÖFÐA, AKUREYRI OG SELFOSSI.

OPIÐ TIL 19:00 Í SKEIFU, GRANDA OG VÖRUHÚSI. OPIÐ TIL 18.30 AÐ FITJUM.



SKOÐAÐU ÖLL TILBOÐIN Í BÆKLINGNUM OKKAR Á RFL.IS

RÚMFATA LAGERINN

Heimila bólusetningar fimm til ellefu ára

lovisa@frettabladid.is

COVID 19 Lyfjastofnun Evrópu mælir nú með bólusetningu barna á aldrinum 5 til 11 ára með bóluefni Pfizer. Bóluefnið er nú þegar notað við bólusetningu barna á aldrinum 12 til 18 ára og fullorðinna.

Fram kemur í tilkynningu frá Lyfjastofnun að minni skammtur verði notaður á börn á aldrinum 5 til 11 ára, eða þriðjungur þess sem 12 ára og eldri fá. Eins og hjá öðrum er mælt með að börnin fái tvær sprautur með þriggja vikna millibili.

Samkvæmt niðurstöðum rannsóknar sem gerð var á virkni bóluefnisins í aldurshópnum, var mótefnasvar hans svipað og hjá eldri hópum. ■







Olaf Scholz verður að öllu óbreyttu nýr kanslari Þýskalands.

Litlaus leiðtogi Þýskalands

Nærmynd

Olaf Scholz

Fjölskylduhagir: Giftur Brittu Ernst síðan 1998. Þau eru barnlaus.

Ferill: Fyrrverandi aðstoðarmaður kanslara. Borgarstjóri Hamborgar frá 2011–2018. Fjármálaráðherra og varakanslari frá 2018.

Fróðleiksmolar: fæddur 14. júní 1958 – andkapítalisti á yngri árum – ólst upp í úthverfi Hamborgar – elstur þriggja bræðra – menntaður lögfræðingur – tapaði í formannsslag SPD 2019.



Scholz ásamt Angelu Merkel, núverandi kanslara. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Olaf Scholz verður nýr kanslari Þýskalands innan tíðar. Hann hefur rifið Jafnaðarmannaflokk landsins upp úr öskustónni og stefnir nú hraðbyri í ríkisstjórn. Þrátt fyrir það er hann almennt talinn persónuleikalaus og hefur verið líkt við vélmenni.

thk@frettabladid.is

ÞÝSKALAND Jafnaðarmannaflokkurinn í Þýskalandi (SPD) hefur átt undir högg að sækja um nokkurra ára skeið, en nú virðist allt í blóma. Flokkurinn var sigurvegari þingkosninganna þar í landi í lok september, reis úr 15 prósenta fylgi í vor upp í 25 prósenta fylgi í kosningunum, hlaut mest fylgi allra flokka og stefnir nú hraðbyri í ríkisstjórn. En hvernig stendur á þessum skyndilegu sviptingum?

Rólyndismaðurinn Olaf Scholz, kanslaraefni Jafnaðarmannaflokksins, er ein helsta ástæða þess, en skömmu fyrir kosningar sagðist tæplega helmingur þýskra kjósenda vilja Scholz sem næsta kanslara. Angela Merkel, kanslari Þýskalands, gaf út fyrir kosningarnar að hún hygðist ekki gefa kost á sér til áframhaldandi setu. Nú virðist allt benda til þess að stórum hluta Þjóðverja verði að ósk sinni, en tilkynnt hefur verið um ríkisstjórnarsamstarf Jafnaðarmanna, Græningja og Frjálslyndra demókrata. Það stefnir því í töluverðar breytingar á hinu pólitíska sviði Þýskalands.

Mikið persónufylgi Scholz kemur þó mörgum töluvert á óvart, en hann verður seint talinn með skemmtilegri mönnum, af þeim sem þekkja til hans. Hann er þekktur fyrir að vera nokkuð litlaus og hefur gjarnan verið líkt við vélmenni, en rólyndislegt fas hans hefur gert hann að skotspæni pólitískra andstæðinga, sem og stuðningsmanna síns eigin flokks. Það má því ef til vill ekki búast við því að hann haldi uppi stuðinu í ríkisstjórninni, að minnsta kosti ekki með áfengi, enda annálaður bindindismaður, en mikilvægt er að stemma stigu við stuðboltana sem almennt hafa einkennt þýsk stjórnmál síðustu ár.

Scholz leggur mikla áherslu á jafnrétti kynjanna og hyggst framfylgja kosningaloforði sínu um jafna kynjaskiptingu ríkisstjórnarinnar þegar hann tekur við embætti kanslara. Þá er hann einarður stuðningsmaður ESB, vill róttækari aðgerðir í loftslagsmálum, hyggst hækka lágmarkslaun og lögleiða kannabis. ■

Miklar veðursveiflur á aðventunni

tsh@frettabladid.is

VEÐUR Næsta sunnudag er fyrsti sunnudagur í aðventu og Einar Sveinbjörnsson veðurfræðingur segir að búast megi við sambærilegu veðri á aðventunni og sést hefur undanfarið. Miklum sveiflum í hitastigi og töluverðri úrkomu.

„Já, það er búið að vera dálítið köflótt, sérstaklega hvað hitann varðar. Hann fer upp og niður í sífellu og það er svo sem ekkert lát á því. Það er eitthvert svona veðurlag sem við sjáum í spám, að minnsta kosti út næstu viku."

Að sögn Einars mun úrkoman ýmist falla sem rigning, slydda eða snjór, með tilheyrandi hálku. Engin stórviðri eru í kortunum að undanskildum stormi sem fór yfir Austurland í nótt. Undir lok spátímans næstu tíu daga fer að glitta í dýpri lægðir en verið hafa að undanförnu.



Einar Sveinbjörnsson, veðurfræðingur á Veðurvaktinni

Það sem veldur þessum miklu hitasveiflum er mikið hæðarsvæði sem hefur hreiðrað um sig suðvestur af landinu. Spurður hvort búast megi við meiri snjókomu næstu daga, segir Einar að suðvestanlands muni eflaust snjóa lítillega suma daga.

„Hann gæti gert föl eins og hefur verið að undanförnu en það er ekkert mikið meira en það. Það er bara snjór sem staldrar stutt við og er oft blautur og slabbkenndur. Hann er ekkert að detta í eitthvert algjört vetrarástand með köldu lofti og snjó. Það er nú eiginlega bara lýsandi fyrir tíðina á aðventunni hvað veðrið er breytilegt og miklar sveiflur," segir Einar. ■



Hyundai KONA EV

Ný hönnun og enn meiri drægni

Eigum bíla til afgreiðslu strax

Frábær í borginni og fullkominn í ferðalagið

Með nýrri hönnun, fullkomnari búnaði og meiri drægni er þessi frábæri rafdrifni borgarjeppi orðinn enn meira aðlaðandi. Komdu og reynsluaktu nýjum og endurbættum Hyundai KONA EV sem nú er einnig á betra verði en áður.

Hyundai KONA EV Style. Verð 5.990.000 kr.
Drægni allt að 484 km*

Skoðaðu nýjan KONA á hyundai.is.

HYUNDAI

Hyundai | Kauptúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

7 ÁRA ÁBYRGÐ FRAMTÍÐIN ER ÖRUGG

8 ÁRA RAFHLÖÐU ÁBYRGÐARTRYGGING

Hyundai býður eina víðtækustu ábyrgð sem til er. Ábyrgð á öllum nýjum Hyundai bílum er sjö ár/150.000 km akstur, hvort sem kemur á undan. Átta ár/160.000 km ábyrgð er á rafhlöðum. Staðbundnir skilmálar gilda. Kynntu þér allt um ábyrgðina á hyundai.is

*Uppgefnar tölur um drægni taka mið af nýjum WLTP prófunum. Aksturslag, hitastig og ástand vega hefur afgerandi áhrif á drægni rafbíla.

ENNEMM / SÍA / NM008533

Snúin staða og krefjandi verkefni á nýju þingi



Ólafur Arnarson
olafur.arnarson
@frettabladid.is

Hér á Íslandi hefur að mestu ríkt samstaða milli ríkisstjórnar og stjórnarandstöðu, um að fylgja ráðum sóttvarnalæknis um aðgerðir vegna Covid. Annað hefur setið á hakanum en nú styttist í að pólitíkin snúi aftur.



Alþingis og ríkisstjórnar bíða snúin og krefjandi verkefni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ríkisstjórnarinnar og Alþingis bíður krefjandi verkefni. Covid-faraldurinn hefur haft mikil áhrif á afkomu ríkissjóðs. Nýtt Alþingi kom saman í vikunni og um helgina er búist við að endurnýjað stjórnarsamstarf Vinstri grænna, Framsóknar og Sjálfstæðisflokks verði kynnt formlega.

Vert er að staldra við á þessum tímamótum, skoða stöðuna og það sem fram undan er. Í febrúar á þessu ári sagði Ríkisendurskoðun að samanlagður halli áranna 2020 og 2021 stefndi í um 540 milljarða, 270 milljarða í fyrra og 264 milljarða í ár. Nú stefnir í að hallinn í ár verði innan við 200 milljarðar. Hagkerfið hefur tekið við sér fyrr en búist var við, meðal annars vegna þess að víðtækar bólusetningar hér og erlendis hafa gert okkur og öðrum þjóðum kleift að draga úr ferðahömlum fyrr og í meiri mæli en reiknað hafði verið með.

Nokkur samhljómur

Faraldurinn hefur leitt glögglega í ljós að brotalamir eru á uppbyggingu heilbrigðiskerfisins hér á landi. Í næstum tvö ár hefur hefðbundin pólitík vikið fyrir baráttu við skæða óværu og samstöðu alls pólitíska litrófsins, að mestu, um sóttvarnir.

Mörg stór og erfið verkefni bíða þings og ríkisstjórnar í heilbrigðismálum, loftslagsmálum, húsnæðismálum, öldrunarmálum og skuldamálum ríkisins, svo eitthvað sé nefnt. Þrátt fyrir að Covid-skuldasöfnun ríkisins virðist ætla að verða minni en óttast var, nemur Covid-skuldahalinn engu að síður tæpum 500 milljörðum og enn á eftir að bætast við.

Markaðurinn leitaði til tveggja þingmanna eftir mati þeirra á stöðunni og verkefnunum sem fram undan eru. Nokkur samhljómur virðist vera milli Willums Þórs Þórssonar, þingmanns Framsóknarflokksins í Kraganum og formanns fjárlaganefndar á síðasta kjörtímabili, og Kristrúnar Frostadóttur, nýs þingmanns Samfylkingarinnar í Reykjavíkurkjördæmi suður og fyrrverandi aðalhagfræðings Kviku banka.

„Þrátt fyrir áföll í ferðaþjónustu stefndi hér allt í mjúka lendingu í hagkerfinu vorið 2020. Svo brast Covid á og allt gerbreyttist nánast á einni nóttu. Það minnir mann hins vegar á hvað það er mikilvægt að hafa trausta efnahagsumgjörð. Ég tel að breytingin á ríkisfjármálunum sem varð með lögum um opinber fjármál styrki þá umgjörð," segir Willum Þór. „Svo skipti máli að skuldahlutfallið var komið um eða undir 30 prósenta markið, en var 84 prósent 2011. Þess vegna gátum við brugðist mjög kröftuglega við.

Nú eru vísbendingar um að öflugt viðbragð stjórnvalda sé að skila árangri. Samdrátturinn er minni en áætlað var, kröftug einkaneysla og dregið hefur hraðar úr atvinnuleysi en útlit var fyrir. Hlutabótaleiðin var mikilvæg og svo hefur aðgerðin Hefjum störf í framhaldi heppnast vel og ég hef trú á að endurgreiðslur á kostnaði til að styðja við atvinnulífið, nýsköpun, rannsóknir og þróun, skili sér til lengri tíma litið."

„Þegar ég horfi á efnahagsmál og stöðu ríkissjóðs nú, við upphaf nýs kjörtímabils, lít ég á þetta sem tvö aðskilin mál. Annars vegar er það Covid-hallinn og hins vegar undirliggjandi rekstur ríkissjóðs – hvert stefnum við og hvert viljum við fara? Þetta eru tveir aðskildir hlutir," segir Kristrún.

„Covid-hallinn er ekki hefðbundinn rekstrarhalli heldur afmörkuð útgjöld vegna hamfara af völdum náttúrunnar. Covid-kreppan er sértæk kreppa, ekki hefðbundin hagsveifla, og það er mjög eðlilegt að dreifa kostnaði af svona halla yfir mörg ár, væri raunar mjög hættulegt fyrir hagkerfið og samfélagið ef ríkið ætlaði að vinna mjög hratt á þeim skuldahala sem fylgir. Covid-hallinn hverfur af sjálfu sér, ef við pössum okkur á því að fara ekki í óhóflegan niðurskurð sem dregur úr tekjuvexti hagkerfisins og þar með talið ríkissjóðs."

Markviss stefnumótun mikilvæg

Willum Þór og Kristrún eru bæði á þeirri skoðun að þrátt fyrir aðkallandi og krefjandi verkefni, sé brýnt að móta stefnu í mikilvægum málaflokkum og horfa til framtíðar í þeim efnum. Kristrún nefnir sérstaklega heilbrigðiskerfið, sem hún segir líða fyrir skort á stefnumörkun og vanfjárfestingu til lengri tíma.

Hún segir ljóst að Landspítalinn þurfi á neyðarpakka að halda, en mikilvægt sé að marka skýra stefnu í heilbrigðismálum, skortur á framtíðarsýn hafi skapað dýrara heilbrigðiskerfi en ella. Ekki megi festast í umræðu um útfærsluna, hvort um einkarekstur eða opinberan sé að ræða, áður en umræðan um markmið sé kláruð. Ríkið sé alltaf greiðandinn. Ekki megi hola opinbera hluta kerfisins að innan, en mikilvægt sé að ákveða hvaða kröfur við gerum til kerfisins og hvers konar þjónustu við viljum veita. Síðan sé hægt að taka ákvörðun um hvernig sé best að gera þetta.

Kristrún telur ekki rétt að ráðast í eignasölu til að greiða niður Covid-skuldir, þar sem ríkið glími ekki við lausafjárvanda. Hún segir sölu ríkiseigna eiga að vera hluta af langtíma-áætlun um hvar og hvernig ríkið beiti sér, en ekki úrræði til að loka gati í eitt skipti.

Blikur á lofti en góð sóknarfæri

Hækkun á hrávöruverði, tregða í framleiðsluferlum og mikil hækkun flutningskostnaðar hafa valdið kostnaðarverðbólgu sem veldur Willum áhyggjum, enda geti hún verið illskeytt og lítið sem við getum gert við slíkri verðbólgu á alþjóðlegum mörkuðum. Hins vegar telur hann jákvætt að svo virðist sem gengisfallið í kjölfar Covid sé þegar komið fram og krónan nokkuð stöðug. Hún geti jafnvel hækkað eftir því sem ferðamönnum fjölgi á ný og það vegi upp á móti erlendum kostnaðarhækkunum. ■

Salan á Íslandsbankahlutnum var skynsamlegt skref

Willum Þór Þórsson segir fimm ára ríkisfjármálaáætlun, sem er uppfærð árlega, vera góðan ramma utan um ríkisfjármálin og kalla á markvissari stefnumótun í öllum málaflokkum en verið hefði. Hann sér birtu fram undan og bendir á að samkvæmt gildandi ríkisfjármálaáætlun verði frumjöfnuður (vaxtatekjur og -gjöld undanskilin) jákvæður 2025.

Willum segist telja að sala á hlut í Íslandsbanka í sumar hafi verið skynsamlegt skref og hægt sé að stíga fleiri slík skref. Hægt sé að selja eftirstandandi hlut ríkisins í bankanum. Ríkið geti haldið eftir minnihluta í Landsbankanum, sem sé svokölluð norsk leið. Fjármuni sem losni við slíka sölu megi nota til að lækka Covid-skuldir ríkisins. Einnig myndi þetta draga úr peningamagni í umferð, þegar ríkið selur eignir og notar afraksturinn til að borga niður skuldir, og dragi þar af leiðandi úr þenslu í hagkerfinu, sem getur stuðlað að lægri vöxtum með tilheyrandi ávinningi fyrir almenning og atvinnulífið.

Blikur á lofti en góð sóknarfæri

Kristrún Frostadóttir lýsir áhyggjum sínum af því að við Íslendingar séum að glutra niður ákveðnu forskoti sem við höfum haft í loftslagsmálum, vegna skorts á stefnumótun. Hér starfi framsækin fyrirtæki í fremstu röð með frábærar tæknilausnir, en stuðningur við þau sé af skornum skammti. Á sama tíma séu Bretar að koma upp innviðasjóði til að efla kolefnisförgun. Þá sé víða verið að taka upp styrkjakerfi í landbúnaði út frá loftslagssjónarmiðum. Mögulegt sé að grípa hratt til aðgerða í loftslagsmálum, sem komi í veg fyrir að við fáum kostnað framan í okkur síðar. Hægt sé að byrja strax í fjárlögum næsta árs og halda áfram í ríkisfjármálaáætlun þegar hún kemur til endurskoðunar í vor.

> Covid-hallinn hverfur af sjálfu sér ef við pössum okkur á því að fara ekki í óhóflegan niðurskurð sem dregur úr tekjuvexti hagkerfisins og þar með talið ríkissjóðs.



Kristrún Frostadóttir, þingmaður Samfylkingarinnar

> Nú eru vísbendingar um að öflugt viðbragð stjórnvalda sé að skila árangri.



Willum Þór Þórsson, þingmaður Framsóknarflokksins





Plankaparket
Harðparket
Flísar
Mottur
Háfar

Opnunartími:
Föstudagurinn 26. nóv. opið frá 9-17
Laugardagurinn 27. nóv. opið frá 11-14

Sjáðu tilboðin á Parki.is

Parki INTERIORS **Dalvegi 10-14, 201 Kópavogi**

Meira dót



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb
@frettabladid.is

Dagarnir eru margir og stöðugt er verið að finna upp aukaheiti á þeim. Einmitt þannig varð skyndilega til Dagur einhleypra. Sá dagur virðist hafa verið sérstaklega hannaður í þeim tilgangi að bregða birtu inn í líf einhleypra. Líf sem af einhverjum ástæðum er flokkað sem fremur einmanalegt, tíðindalítið og gleðisnautt.

Stórfyrirtæki víða um heim eru iðin við að þefa uppi heppilega neytendur og þarna klikka þau ekki. Fyrirhafnarlítið bregða þau sér í líki fyrirtækis sem vill sýna samfélagslega ábyrgð og opinbera umhyggju sína gagnvart þessum afskipta hópi. Ekki verður það betur gert en með alls kyns lokkandi tilboðum þar sem veittur er ríflegur afsláttur. Og það bregst ekki að mikill fögnuður grípur um sig meðal einhleypra víða um heim, sem sanka að sér alls kyns hlutum sem þeir hafa svo sem ekki mikla þörf fyrir, en þeim er sagt að muni auðga fremur aumt líf þeirra. Sælan er svo löngu fokin út í veður og vind þegar næsti einhleypingadagur rennur upp – og þá er um að gera að sanka að sér meira dóti á tilboðsverði.

Annar dagur þessum líkur er í dag og þykir reyndar miklu merkilegri, því hann er ætlaður öllum. Þetta er svarti föstudagurinn – Black friday. Sá hluti heims sem býr við velmegun gleymir sér í æðisgengnu kaupæði þennan dag. Eiginlega er ekkert svo ómerkilegt að ekki sé ástæða til að kaupa það í dag með 20 til 70 prósenta afslætti.

Á undanförnum mánuðum hafa hinir jákvæðu í þessum heimi, í sönnum Pollýönnu-anda, spurt hvað við getum lært af Covid og svarað sjálfum sér: „Nægjusemi og mikilvægi einfaldara lífs en við lifðum áður.“ Þetta er vissulega háleit hugsun en stenst því miður engan veginn svarta-föstudagsprófið. ■

> Þetta er vissulega háleit hugsun en stenst því miður engan veginn svarta-föstudagsprófið.

Halldór



Óvinirnir

Vissulega er mikilvægt að minna á mikilvægi bólusetninga á Covid-tímum, en ákafinn má ekki verða svo mikill að hann breytist í andúð á óbólusettum og hræðslu við þá. Það örlar á þessari hneigð nú um stundir og hún getur orðið að blossandi hatri, gæti menn ekki að sér. Stjórnvöld, sóttvarnayfirvöld, og einnig forseti Íslands, bera þarna ábyrgð og eiga að vita að engan veginn er réttlætanlegt að gera óbólusetta að óvinum. ■



Frá degi til dags

arib@frettabladid.is

Ferðagjöfin kemur í kvöld!
Nú hlustum við öll svo hýrleg og sett, ekki nein köll því áðan barst frétt: Ferðagjöfin kemur í kvöld! Þú færð frítt drasl á N1 og bensín á bíl, ef þú gleymir appinu fram á síðasta dag. Ferðagjöfin kemur í kvöld! Appið sér þig er þú sefur, sér þig klósettinu á. Og segir ráðherra hvað þú gerir, veistu' af því. Með gjafabréf á veitingastað sem allir hafa fattað, Flyover, bjór, en engir skór. Nú hlustum við öll svo hýrleg og sett, það verður ekki svikið þó ráðherra segi ekki mikið: Ferðagjöfin kemur í kvöld!

Stóra samsærið
Stóra samsæri íhaldsmanna í Norðvesturkjördæmi, að rugla Pírata svo mikið í ríminu að þeir komist aldrei í að skoða fjárlögin, hefur rækilega gengið upp. Við hefur bæst að stuðningsmenn þeirra, sem töldu á tímabili þriðjung þjóðarinnar, hafa misst alla trú á lýðræðinu, sem þýðir að það þarf ekki að hafa áhyggjur af þeim framar. Var skálað í botn í bæði Valhöll og Kaupfélaginu þegar einn Piratinn mætti með tillögu um að fella sjálfan sig af þingi og skildi ekkert þegar hann var spurður hvort hann ætlaði að styðja eigin tillögu. ■

Heima í grænni borg



Heiða Björg Hilmisdóttir
borgarfulltrúi og varaformaður Samfylkingarinnar

> Nú er stefnan sett með græna planinu á efnahagslega, félagslega og umhverfislega sjálfbæra Reykjavík.

Á þessu kjörtímabili hafa árlega risið að meðaltali yfir þúsund íbúðir í Reykjavík. Íbúðir af öllum stærðum og gerðum, fyrir fólk á öllum aldri og í öllum tekjuhópum, enda hafa 12 þúsund nýir íbúar sest að í Reykjavík frá árinu 2017. Nýjustu tölur segja okkur að í uppbyggingu séu nú um 2.700 íbúðir og yfir 9.000 í skipulagsferli. Meirihluti borgarstjórnar hefur sett markið á sjálfbæra og kolefnishlutlausa borg fyrir alla, með iðandi mannlífi í fjölbreyttum hverfum með verslun og þjónustu í göngufæri og öflugum almenningssamgöngum og hjólastígum.

Til að ná því markmiði er ekki nóg að tryggja framboð af ódýrum lóðum, því markaðurinn mun ekki tryggja að í borginni rísi fjölbreyttir húsnæðiskostir í félagslega blönduðum hverfum. Þess vegna skiptir skipulag borga svo miklu máli og samstarf við uppbyggingaraðila, meðal annars óhagnaðardrifin húsnæðisfélög.

Húsnæði fyrir öll
Félagsbústaðir, óhagnaðardrifið leigufélag í eigu Reykjavíkurborgar, á nú tæplega 3.000 leiguíbúðir víðs vegar um borgina. Þær standa fjölskyldum og einstaklingum undir tilteknum eigna- og tekjumörkum til boða, auk þjónustuíbúða og leiguíbúða fyrir fatlað fólk. Íbúðum í eignasafni hefur fjölgað um 300 á þessu kjörtímabili og fækkað hefur um 40 prósent á biðlista. Úthlutað hefur verið um 500 íbúðum til tekjulágra, 200 þjónustuíbúðum fyrir aldraða, 190 fyrir fatlaða og 100 fyrir heimilislaust fólk. Í Reykjavík búa í dag 420 einstaklingar í húsnæði fyrir fatlað fólk, en of mörg bíða og því er hafin endurskoðun á uppbyggingaráætlun.

Samfylkingin lofaði því í kosningum 2014 að framkvæmdir myndu hefjast við 2.500 til 3.000 íbúðir innan þriggja til fimm ára. Það gekk sannarlega eftir en 2017 voru hafnar byggingaframkvæmdir við 3.400 íbúðir.

Nú er stefnan sett með græna planinu á efnahagslega, félagslega og umhverfislega sjálfbæra Reykjavík. Uppbyggingu þéttrar borgar með sjálfbær hverfi sem stuðla að bættum lífsgæðum og lífskjörum okkar allra. Förum þangað saman! ■

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* **ÍÞRÓTTIR:** Hörður Snævar Jónsson *hoddi@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Smámál?

Í dag



Guðmundur Andri Thorsson

Helsta röksemd þeirra sem hafa viljað láta seinni talninguna í Borgarnesi standa er sú að breytingarnar sem urðu á úrslitum í Norðvesturkjördæmi milli talninga hafi ekki breytt útkomu kosninganna.

Jú, mikil ósköp, það hafi svo sem verið vissir vankantar á vörslu kjörgagna – þó að ekkert bendi til þess að við þau hafi verið átt milli fyrri og seinni talningar – en breytingarnar hafi verið óverulegar. Vilji kjósenda hafi komið í ljós. Ekki taki því að kjósa á ný.

Breyttist ekkert?

Samkvæmt þessu viðhorfi virðist í lagi að fara ekki að lögum og reglum við framkvæmd kosninga, takist ekki að sýna fram á að slík brot hafi breytt niðurstöðu kosninganna. Lögbrot eru í lagi ef þau hafa ekki afleiðingar. Það er athyglisvert viðhorf hjá sjálfri löggjafarsamkomunni.

Einu virðist gilda um traust kjósenda á ferlinu. Einu virðist gilda um það sjónarmið að reglum eigi að fylgja; reglur séu settar við lýðræðislegt ferli af þessu tagi af einhverjum ástæðum, og það skuli ekki hverjum og einum í sjálfsvald sett hvort farið sé að þeim eða ekki; og komi í ljós brot, sé það látið óátalið að mestu – hafi brotið ekki breytt niðurstöðum, svo að séð verði. Með öðrum orðum: smámál. Formsatriði. Svona eins og að sleppa því að gefa stefnuljós.

En er þetta rétt? Breytti ólík útkoma tveggja talninga í Borgarnesi ekki úrslitunum? Hún breytti reyndar ekki hlutföllum flokkanna – en segir það alla söguna?

Hefði fyrri talning í Borgarnesi staðið hefði það gerst í fyrsta sinn í þingsögunni að konur væru fleiri á þingi en karlar. Þetta breyttist við endurtalningu og áfram eru karlar meirihluti þingmanna. Er þetta óveruleg breyting sem ekki skiptir máli?

Hefði fyrri talning staðið væri Lenya Rún Taha Karim þingmaður fyrir Pírata. Hún er 21 árs og hefði orðið yngsti þingmaður sögunnar, dóttir innflytjenda frá Kúrdistan, fulltrúi fyrir svo margt og hefur látið mjög til sín taka í þjóðmálaumræðunni. Bergþór Ólason væri hins vegar ekki þingmaður fyrir Miðflokkinn. Er þetta óveruleg breyting sem ekki skiptir máli? Hvað eiga annars Lenya Rún og Bergþór sameiginlegt annað en það sem þau eru hvorugt, til dæmis í ríkisstjórnarflokkunum? Við gætum allt eins sagt að þau eigi það sameiginlegt að vera hvorugt stangastökkvari. Þau standa fyrir gagnstæð sjónarmið í flestum málum. Þeir sem halda því fram að það skipti ekki máli hvort þeirra sest nú á þing, svo fremi sem valdahlutföll flokkanna riðlist ekki – þeir eru þar með að segja að ekki skipti máli hvaða fólk veljist á þing yfirleitt.

Hvað er svona merkilegt við það að vera þingmaður?

Alþingi er átakavettvangur. Þar er tekist á um stefnu, völd og áhrif – en Alþingi er líka samstarfsvettvangur, staður þar sem fólk með ólík lífsviðhorf þarf að setjast niður saman og semja um eitt og annað.

Persónulegir eiginleikar þingmanna skipta miklu máli þegar kemur að því að vinna saman að málum í nefndum. Það hvernig þingmenn haga máli sínu í þingsal eða í fjölmiðlum skiptir líka miklu máli, þegar kemur að því að ákveða ríkisstjórnarsamstarf. Sumum þingmönnum er lagið að finna leiðir til að leysa mál, leita sátta, byggja brýr – aðrir þingmenn leita þrátta, magna upp ágreining og brenna brýr. Innan sama þingflokks getur skipt máli hvort til þingsins velst sáttfús einstaklingur eða þráttfús, vinnusamur eða latur, eigingjarn eða örlátur – og þannig má áfram telja. Það skiptir líka máli innan þingflokka hvernig fólk velst þar saman og hvernig það á skap saman. Þingmenn eru ekki bara puttar á rauðum tökkum eða grænum. Hlutverk þeirra er ekki bara að greiða atkvæði með táknrænum hætti um frumvörp sem verða til í ráðuneytum. Þetta er löggjafarsamkoman.

Smámál?

Niðurstöður í Borgarnesi hafa áhrif á það hvort þingmaður úr Suðurkjördæmi eða Norðvesturkjördæmi verður fulltrúi fyrir sinn flokk. Allt er samofið og einungis fyrir sérfræðinga í Kaoskenningunni að henda reiður á því öllu. Ef fiðrildi blakar vængjum í Amazon verður Bergþór Ólason þingmaður. Og svo framvegis. Þessi hringekja sem fer af stað undir morgun á kjördag – og staðnæmist ekki fyrr en núna – er aðferð við að jafna vægi flokkanna svo að styrkur þeirra á alþingi endurspegli þjóðarviljann, svona nokkurn veginn. En við búum ekki við fullt þingræði fyrr en atkvæðavægi verður jafnað og kjósendur fá að vita að atkvæði þeirra skili sér í raun og veru þangað sem því er ætlað að vera.

Smámál? Nei: Það er ekki smámál að kjósendur verði bara að treysta því að ekki hafi verið átt við kjörgögn sem skilin voru eftir óvarin, gagnstætt lögum og reglum. Það er ekki smámál hvaða einstaklingar veljast til þingsetu. ■



Bráðræði í borginni



Hildur Björnsdóttir
borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins

> Það er ósjálfbært að ætla sér frekari fjölgun opinberra starfsmanna sem ekki sinna menntun eða velferðarþjónustu við borgarbúa.

Í kringum aldamótin 1800 var sagt að Reykjavík byrjaði í Bráðræði og endaði í Ráðleysu. Var þá vísað til nafna á ystu húsum borgarinnar, sem stóðu sitt í hvorum enda Reykjavíkur. Nú, ríflega tveimur öldum síðar, mætti enn taka í sama streng – fjárhagur borgarinnar byrjar gjarnan af bráðræði og endar í ráðleysu.

Vannýtt tækifæri

Á dögunum kynnti Reykjavíkurborg fjárhagsáætlun til ársins 2025. Áætlunin er ekkert gamanmál enda áform um skuldahækkanir, auknar mannaráðningar og vaxandi rekstrarkostnað. Áformuð er fjölgun starfsfólks á borgarkontórnum, en hins vegar fækkun starfsfólks á leikskólum. Þar birtast mótsagnakennd fyrirheit um fækkun leikskólastarfsmanna einmitt þegar ákall eftir fjölgun leikskólarýma fer vaxandi.

Í áætluninni kemur jafnframt fram hvernig heildarskuldir borgarinnar hafa hækkað á kjörtímabilinu úr 299 milljörðum í rúma 400 milljarða króna. Þá er ráðgert að skuldir hækki enn frekar um 53 milljarða til ársins 2025. Skuldaaukningin raungerist þrátt fyrir 7,5% tekjuaukningu árið 2021. Útgjöld vaxa samhliða, en launakostnaður hækkar um 15% á tveimur árum og rekstrarkostnaður er hlutfallslega hærri en hjá öllum nágrannasveitarfélögum. Einstök tækifæri stærðarhagkvæmninnar eru vannýtt.

Stafrænn kerfisvöxtur

Stafræn umbreyting á þjónustu Reykjavíkurborgar mun fyrirsjáð ýta undir enn frekari vöxt borgarkerfisins. Verkefnið byggir á gríðarlegri fjölgun opinberra starfa og takmarkaðri útvistun verkefna. Verkáætlun kallar á minnst 60-80 ný ársverk innan borgarkerfisins. Sú óútfærða ákvörðun meirihluta borgarstjórnar að verja 10 milljörðum af opinberu fé í verkefnið til næstu þriggja ára, vekur áhyggjur. Ekki síst sú ákvörðun að innvista verkefnum sem betur færi á að útvista.

Það er áhyggjuefni þegar hið opinbera fyrirhugar að reisa stærsta hugbúnaðarhús landsins og ráðast í beina samkeppni við atvinnulíf um takmarkaða sérþekkingu. Stafræn umbreyting er sannarlega mikilvægt framfaraskref á tímum fjórðu iðnbyltingarinnar. Þó er umhugsunarvert hvernig opinberum fjármunum verður varið og hversu litlu er fyrirhugað að útvista.

Báknið vex

Samkvæmt fjöldatölum Hagstofunnar eru nú 70.265 vinnandi einstaklingar með lögheimili í Reykjavík. Til samanburðar munu nærri 13 þúsund manns starfa hjá Reykjavíkurborg við árslok 2022. Það samsvarar nærri 19% vinnandi fólks í Reykjavík – eða því að fimmti hver íbúi borgarinnar verði starfsmaður Reykjavíkur.

Það er ósjálfbært að ætla sér frekari fjölgun opinberra starfsmanna sem ekki sinna menntun eða velferðarþjónustu við borgarbúa. Mikilvægasta atvinnuskapandi aðgerðin verður alltaf sveigjanlegra regluverk, lægri álögur og myndarlegri stuðningur við atvinnulíf. Þannig sköpum við skilyrði til verðmætasköpunar og fjölgum atvinnutækifærum í borginni.

Tiltekt í borginni

Borgarkerfið verður að undirgangast tiltekt. Við þurfum minni yfirbyggingu og skipulega niðurgreiðslu skulda. Við þurfum öflugri grunnþjónustu og svigrúm til lækkunar skatta á fólk og fyrirtæki. Við þurfum að selja fyrirtæki í samkeppnisrekstri. Við verðum að sýna ábyrgð og ráðdeild þegar sýslað er með fjármuni borgarbúa. Þá fyrst mun draga úr bráðræði og ráðleysu innan borgarmarkanna. ■



Með samvinnu lyftast grettistök



Þórdís Lóa Þórhallsdóttir
oddviti Viðreisnar og formaður borgarráðs

Höfuðborgarsvæðið er eitt atvinnu- og búsetusvæði, þó hér séu mismunandi sveitarfélög. Við sem stjórnum sveitarfélögunum höfum séð hvað samtal og samvinna skiptir ofboðslega miklu máli til að samstilla strengi, í þágu allra sem búa hér og vinna.

Við stöndum nú á ákveðnum tímamótum í samstarfi nokkurra mála, svo sem endurskoðun á stjórn og verkefnum byggðasamlaganna og uppbyggingu ferðaþjónustu með sameiginlegri áfangastaðastofu í samstarfi við atvinnugreinina. Samræming þjónustu og viðbragða á Covid-tímum hefur gengið einstaklega vel. Þá á höfuðborgarsvæðið allt í afar mikilvægu samstarfi, með ríkinu, í uppbyggingu Borgarlínu sem er mikilvægasta samgönguverkefni okkar tíma.

> Þó svo að hvert og eitt sveitarfélag fari með skipulagsmál, þarf skipulagið að tala saman á milli sveitarfélaga.

Stjórnun byggðasamlaga

Við höfum undanfarin tvö ár verið að endurskoða rekstur byggðasamlaganna, sérstaklega Sorpu og Strætó. Mikill hugur hefur verið til að bæta stjórnsýslu þessara byggðasamlaga, meðal annars með það í huga að efla aðkomu þeirra sem sitja í minnihlutum sveitarfélaganna.

Stofnað hefur verið stefnuráð, sem á að vera virkur vettvangur eigenda til að fylgja eftir innleiðingu stefnusáttmála og taka á álitaefnum frá stjórnum byggðasamlaganna. Til að byrja með munu stefnuráðin einnig eiga að móta tillögur að framtíðarskipulagi starfsemi, rekstrarformi og stjórnarháttum byggðasamlaganna. Með þessu fyrirkomulagi er aukin pólitísk aðkoma bæði meiri- og minnihluta, að þessum mikilvægu fyrirtækjum sem eru í sameiginlegri eigu okkar á höfuðborgarsvæðinu. Í stefnuráði sitja 20 kjörnir fulltrúar og gert er ráð fyrir að minnsta kosti einum úr minnihluta hvers sveitarfélags.

Fyrsti fundur stefnuráðs var í þessari viku, þar sem verið var að ræða Sorpu og úrgangsmál, sem er eitt mikilvægasta loftslagsmál okkar tíma. Því er brýnt að þar sé framtíðarsýnin skýr og við göngum öll saman í takt á höfuðborgarsvæðinu.

Áfangastaðastofa höfuðborgarsvæðisins

Sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu hafa samþykkt að taka næstu skref í að undirbúa áfangastaðastofu höfuðborgarsvæðisins, í samstarfi við atvinnugreinina. Þetta er nauðsynlegt skref í að móta sameiginlega markaðssetningu og áfangastaðaáætlun til að skilgreina höfuðborgarsvæðið allt sem áfangastað ferðaþjónustu. Þetta er í fyrsta sinn sem sveitarfélögin og atvinnugreinin vinna sameiginlega að slíku verkefni, að forskrift markaðs- og áfangastaðastofa um allt land.

Meginþorri allra ferðamanna kemur til höfuðborgarsvæðisins og sá tími sem þeir dvelja á höfuðborgarsvæðinu hefur lengst. Tækifæri til að byggja upp ferðaþjónustu á svæðinu öllu eru mikil og á það við um öll sveitarfélögin. Þau tækifæri sem við sjáum í dag tengjast náttúru og sögu, svo sem í uppbyggingu útivistar og skíðasvæða, við Hvaleyrarvatn og Gróttu. Eða tengt Gljúfrasteini og Bessastöðum. Einnig eru mikil tækifæri í fyrirtækjum eins og Sky Lagoon. Þetta eru þau tækifæri sem við sjáum í dag, en eflaust eiga mun fleiri eftir að myndast.

Sveitarfélögin og aðilar í ferðaþjónustu hafa því töluverða hagsmuni af því að samnýta krafta sína, til að sýna fram á þá ótrúlegu kosti sem ferðamönnum bjóðast á höfuðborgarsvæðinu öllu.

Samræming á Covid-tímum

Undir hatti almannavarna hafa bæði framkvæmdastjórar sveitarfélaganna og sviðsstjórar, unnið náið saman til að samræma viðbrögð vegna sóttvarna. Þó svo að heilbrigðisráðherra hafi gefið út reglugerðir um hvað megi og megi ekki vegna sóttvarna, þá hefur þurft útsjónarsemi starfsmanna allra sveitarfélaganna, til að aðlaga starf og þjónustu að þeim reglum. Hefur það sérstaklega átt við í skólum, leikskólum og í velferðarþjónustu. Samræmd viðbrögð hafa líka átt við, til dæmis um rekstur sundlauga og íþróttahúsa.

Það mikla samtal sem þegar hefur orðið, til að bregðast við sóttvarnarkröfum, mun auðvelda allt samstarf og samtal á milli sveitarfélaganna til framtíðar, eins og gerist alltaf með auknum persónulegum tengslum.

Samgöngusáttmáli og svæðisskipulag

Að lokum verður að nefna samgöngusáttmála sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu og sameiginlegt svæðisskipulag, sem segir til um það hvernig höfuðborgarsvæðið allt mun vaxa. Þó svo að hvert og eitt sveitarfélag fari með skipulagsmál, þarf skipulagið að tala saman á milli sveitarfélaga.

Innan höfuðborgarsvæðisins þarf líka að vera auðvelt að ferðast á milli staða, ekki síst með almenningssamgöngum og virkum samgöngumátum. Án þeirrar framtíðarsýnar sem við höfum um mun betra kerfi samgangna, þar sem íbúar verða ekki eins bundnir því að nota einkabílinn í allar ferðir, munu samgönguæðar höfuðborgarsvæðisins stíflast. Þá er sama hvað við fjölgum akreinum og mislægum gatnamótum á mjög dýrmætu landi, sem hægt væri að nýta betur í uppbyggingu íbúða. Og sama hvað rafbílum fjölgar, sem taka jafnmikið pláss í umferðinni og aðrir bílar.

Eina lausnin á þessu er að bjóða upp á meira frelsi í samgöngum á nútímalega og þægilega samgöngumáta, með meiri flutningsgetu en bílar bjóða upp á. Þar með talið almenningssamgöngur sem ganga nógu ört til að þú þurfir ekki að kunna tímatöfluna utan að eða bíða lengi eftir næsta vagni, og sem sitja ekki fastar í umferðarhnútum á álagstímum. Þess vegna er samstarf sveitarfélaganna um Borgarlínu svo mikilvægt. Samstarf sem snýst ekki bara um sérakreinar Strætó, heldur heildræna sameiginlega framtíðarsýn um skipulagsmál höfuðborgarsvæðisins alls.

Það skiptir gríðarlega miklu máli að sveitarfélögin eru að ganga í takt með þessi risaverkefni sem þau hafa í fanginu. ■

SPORT 24

Íþróttavöruverslun



Tilboð gilda til 29. nóvember

Fylgdu okkur á facebook

Öll helstu merkin á einum stað

adidas · NIKE · ENDURANCE ATHLECIA · hummel · PUMA

SPORT24 Miðhrauni 2 Garðabæ	SPORT24 Reykjanesbæ	SPORT24 OUTLET Smáratorg	
Opið virka daga 11-18 Laugardaga 11-17 Sunnudaga 13-17	Opið Virka daga 11 – 18 Laugadaga 11 – 16 Sunnudaga Lokað	Opið virka daga 11-18 Laugardaga 11-17 Sunnudaga 13-17	Sími 553 0700 NÆG BÍLASTÆÐI

Skipulögð skimun er löngu tímabær



Ásgeir Theodórs
læknir

Það er mikið ánægjuefni, að eftir langa bið liggur nú fyrir álit skimunarráðs, landlæknis og velferðarráðuneytisins, varðandi skimun eftir krabbameini í ristli og endaþarmi. Hins vegar, þrátt fyrir langa bið, kemur fátt á óvart í því áliti og lítið nýtt á nálinni (landl).

Ítrekaðar ábendingar

Mikilvægi slíkrar skimunar, skimunarrannsókna, skráning upplýsinga og eftirfylgni, hefur verið til umræðu hér á landi í meira en þrjá áratugi eða allt frá árinu 1986. Yfirlýsingar og loforð nú um fjármagn til undirbúnings verkefnisins, segir lítið í ljósi fyrri reynslu. Það hefur aðeins vantað vilja heilbrigðisyfirvalda á hverjum tíma til að taka af skarið, veita fé til undirbúnings og hefja aðgerðir.

Að sannfæra heilbrigðisyfirvöld

Síðustu þrjá áratugi hafa margar blaðagreinar verið birtar hér á landi um ristilkrabbamein. Þá hafa fyrirlestrar verið fluttir fyrir almenning og fagfundir haldnir með erlendum fyrirlesurum. Þannig hefur ítarleg grein verið gerð fyrir stöðu skimana víða í nágrannalöndum okkar. Til margra ára hefur fagfólk hér á landi, að eigin frumkvæði, fylgst með þróun mála á þessu sviði víða um heim og eytt ómældum tíma í að kynna sér stöðu og þróun skimana. Tilgangurinn hefur verið aðeins einn, að sannfæra stjórnmálamenn okkar og heilbrigðisyfirvöld um, að markviss og vel skipulögð skimun eftir þessu krabbameini kemur í veg fyrir ótímabær dauðsföll og þjáningar. Því miður hefur það ekki tekist fram að þessu og dánartíðni vegna þessa krabbameins hefur því lítið breyst, mynd 1.

Sparnaður og greinargerðir

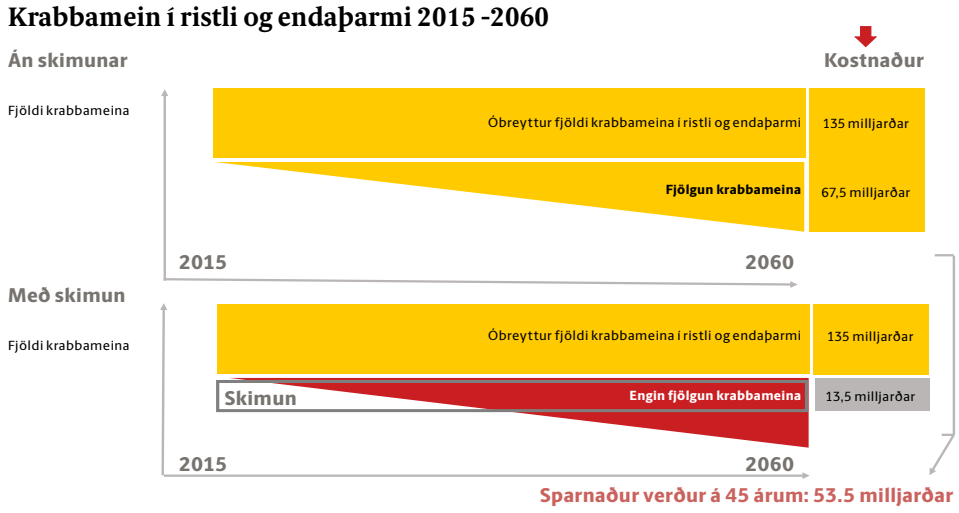
Flestum er ljóst að skimun eftir ristilkrabbameini hefur mikinn fjárhagslegan sparnað í för með sér fyrir þjóðfélagið. Ef litið er til niðurstöðu Krabbameinsskrár Íslands, hefur nýgengi þessa krabbameins aukist um 30% síðasta áratuginn, enda engar skipulagðar aðgerðir verið fyrir hendi.

Þetta má glögglega sjá á línuritinu hér til hliðar, og áhugavert að nýgengi (greind tilfelli á ári) hjá konum hefur verið að aukast síðustu fimm árin.

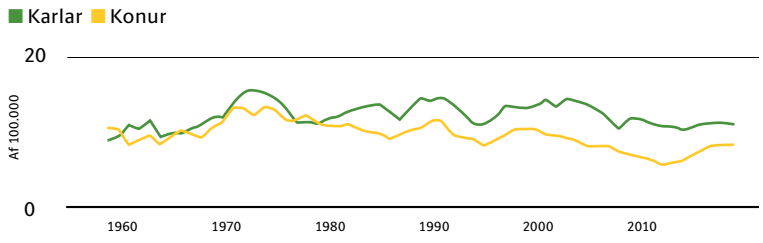
Skýrslur og greinargerðir

Fimm ítarlegar skýrslur hafa verið birtar um slíka skimun hér á landi. Þar er fjallað um aðferðir, fyrirkomulag, kostnað og árangur, auk kostnaðarvirkni (cost-effectiveness) verkefnisins. Fyrsta skýrslan var unnin af Hagfræðideild Háskóla Íslands árið 2000, eða fyrir rúmlega 20 árum síðan fyrir tilstilli „Vitundarvakningar um ristilkrabbamein“. Að þessu verkefni stóð hópur fag-og áhugafólks, sem taldi brýnt að berjast gegn þessum vágesti með slagorðunum „forvörn er fyrirhyggja“. Árið 2015 var annar hópur fagfólks að verki undir heitinu „Ristilskimun“. Í þeim hópi var fagfólk sem mest hafði fjallað um skimun eftir ristilkrabbameini á undanförnum mörgum árum og komið að tillögugerð um skimun eftir þessu krabbameini, með einum eða öðrum hætti, síðustu áratugi hér á landi. Ítarleg umræða var í þessum hópi um þróun skimunaraðferða. tilgang skimunar og möguleika okkar á að beita bestu mögulegri aðferð (ristilspeglun), sem aðrar þjóðir gátu ekki framkvæmt. Á grundvelli umræðu í þessum hópi var gerð skýrsla „Skimun eftir krabbameini í ristli og endaþarmi á Íslandi“, þar sem höfundar reiknuðu út m.a.hversu mikla fjármuni mætti spara til ársins 2060 með skimun. Þar voru jafnframt tillögur um sérstaka Skimunarstöð, sem myndi hýsa allar skimanir (brjósta, leghálskrabbamein auk ristilkrabbameins o.fl.) framkvæmdar á Íslandi. Ekki hefur verið áhugi fyrir þessari hugmynd hjá heilbrigðisyfirvöldum.

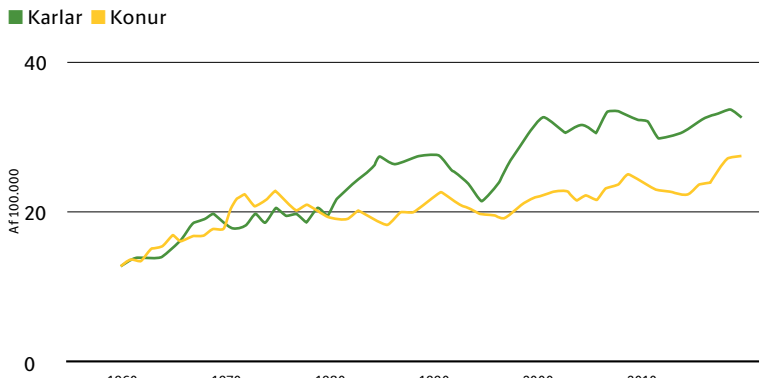
Krabbamein í ristli og endaþarmi 2015 -2060



Dánartíðni (aldursstaðlað, W) 1959-2019



Nýgengi (aldursstaðlað, W) 1959-2019



> Hvers vegna er þetta vilja- og getuleysi stjórnmálamanna og yfirvalda hér á landi, sem hafa stýrt okkar heilbrigðismálum áratugum saman?

Staða okkar er slæm

Í mörg ár hafa nær öll lönd í Evrópu sýnt skimun eftir ristilkrabbameini verðugan áhuga og skilning. Þar hefur fagfólk verið hvatt til rannsókna á þessu sviði og veitt hefur verið fé til undirbúnings, sem gjarnan tekur mörg ár. Flest hafa líka hafið skimun eftir þessu krabbameini. Lítið hefur farið fyrir slíkri hvatningu hér á landi enda staða okkar nú slæm. Hér á landi hefur óskipulögð skimun með ristilspeglun verið eingöngu í boði fyrir fólkið í landinu en það hefur fyrst og fremst verið fyrir atorku meltingarlækna.

Markmið skimunar

Markmiðið er að fækka þeim sem greinast með slíkt mein og fækka þeim sem deyja af völdum krabbameina í ristli og endaþarmi. Þá er almennt viðurkennt að ristilspeglun er besta rannsóknin til að greina forstigið og forða því að krabbamein myndist (lækka nýgengi). Fortölur og andstaða við þessa rannsóknaraðferð, sem þó er talin áhrifaríkust (gold standard), hefur staðið í vegi fyrir fleiri rannsóknum og betri árangri skimana með þessari aðferð hér á landi.

Skimun hjá einkennalausu fólki er mikið vandaverk og verður að undirbúa af kostgæfni. Framkvæmdin verður að vera vel skipulögð, markviss og með stöðugu gæðaeftirliti, öruggri eftirfylgni og reglubundinni fræðslu. Í þessu ferli er ristilspeglun lykillinn að árangursríkri skimun eftir þessu krabbameini og forstigum þess.

Löngu tímabær

Skipulögð skimun á Íslandi er löngu tímabær. Þannig fækkum við tilfellum og dauðsföllum vegna krabbameins í ristli og endaþarmi, en það hafa heilbrigðisyfirvöld í langflestum löndum í Evrópu, Bandaríkjunum og Asíu viðurkennt. Hvers vegna er þetta vilja- og getuleysi stjórnmálamanna og yfirvalda hér á landi, sem hafa stýrt okkar heilbrigðismálum áratugum saman? Veit einhver svarið? ■

Hefjum umræðuna um kynbundið ofbeldi snemma



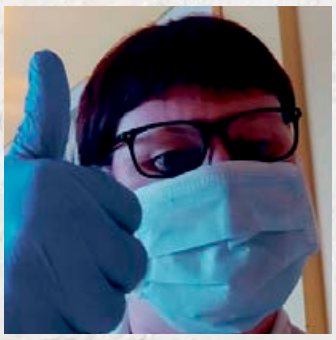
Hlynur Bjarnason
verkefnastjóri
Jafningjafræðslu
Hins hússins

Í skugga heimsfaraldursins sem hefur geisað um hnöttinn í tæp tvö ár, hefur kraumað annar faraldur undir niðri. Tölur um heimilisofbeldi hafa risið gífurlega síðastliðið ár og margar konur sem nú þegar voru í viðkvæmri stöðu eru í margfalt verri aðstæðum í útgöngubanni margra landa. Nýlega var farið að talað um faraldur byrlana á skemmtistöðum miðbæjarins og í nýrri bylgju #MeToo hreyfingarinnar hefur umræðan um það ofbeldi sem konur búa við opnast á ný og er meira áberandi en nokkurntíma fyrr. Milljónir kvenna á öllum aldri hafa stigið fram og lýst ofbeldi sem konur um allan heim upplifa daglega, allt frá stanslausu áreiti og kynferðislegum athugasemdum, til annarra kynferðisbrota og ofbeldis í nánum samböndum.

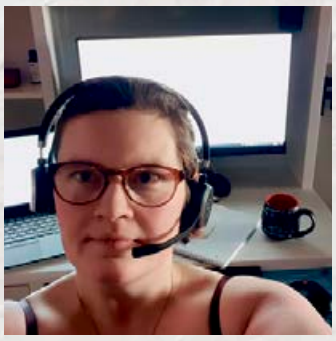
Allt of lengi hefur þessi umræða verið töluð fyrir tómum eyrum og okkur sem samfélagi hefur mistekist að bregðast við þessu risavaxna vandamáli sem við stöndum frammi fyrir. Ábyrgðinni hefur endurtekið verið varpað til baka á konur og manni er hugsað til kaldhæðnislegra frasa sem birtust á hliðum strætisvagna fyrir nokkrum árum, í herferð sem gagnrýndi einmitt þetta. Konur þurfa bara að vera duglegri að láta í sér heyra, ...passa að vera ekki einar á ferð, ... passa að klæða sig sómasamlega. Hvenær ætlum við að átta okkur á að ofbeldi gegn konum er ekki á ábyrgð kvenna? Með því að varpa ábyrgðinni endurtekið aftur til þeirra sem verða fyrir ofbeldinu erum við að samþykkja það og leyfa því að viðgangast.

Eina leiðin til að berjast gegn ofbeldi er að ráðast að rótinni; samfélagi og viðhorfum sem afsaka ofbeldishegðun og það sem verra er, neitar oft á tíðum að horfast í augu við hana sem veruleika. Það þarf að bregðast við, ekki bara eftir að ofbeldi hefur átt sér stað, heldur að fyrirbyggja að það gerist, til að byrja með. Það kallar á það að við byrjum fyrr að fræða ungmenni um málefni eins og samþykki, líkamlegt og andlegt ofbeldi og að þekkja rauð flögg í hegðun fólks í kring, sem og í eigin hegðun. Þetta þarf að gerast fyrr og af mun meiri krafti en hefur verið, en til dæmis er hægt ná til sem flestra í gegnum skólakerfið. Hægt væri að gera fög eins og kynjafræði að skyldufagi í menntaskólum og grunnskólum og hafa fræðslu sem hluta af íþrótta- og tómstundastarfi ungmenna. Stígamót hafa staðið fyrir frábæru margþættu átaki sem snýr að þessu, svo sem Sjúk ást og það verður að styðja við og byggja upp fleiri slík. Hugmyndafræði ofbeldis- og nauðgunarmenningar er orðin svo gífurlega rótgróin, að við verðum að leggja aukinn kraft í að yfirgnæfa hana með fræðslu og samræðum á móti, áður en slík viðhorf ná að festa sig, ómeðvitað, í hugum ungmenna. Hér þurfa karlmenn að vera miklu meira áberandi í umræðunni en áður, taka skýra afstöðu gegn ofbeldi, sýna konum samstöðu og viðurkenna og ræða eigin forréttindastöðu. Í því felst að tala um þessi mál við karlkyns vini og fjölskyldumeðlimi og þora að stíga inn í óþægilegar aðstæður til að stoppa óviðeigandi ummæli og ofbeldishegðun gegn konum. Það er skammarlegt hve lítinn þátt karlar hafa tekið í umræðunni hingað til og leggja þarf áherslu á mikilvægi þess að karlar séu virkir bandamenn kvenna í baráttunni. Þegar kemur að kynbundnu ofbeldi er ekkert til sem heitir að taka ekki afstöðu, ef þú ert ekki skýrt á móti ofbeldinu ertu að taka afstöðu með því. Það er mikilvægt að eiga þessar samræður snemma og hvetja unglinga til ræða um eigin sambönd og samskipti og hvað sé eðlileg hegðun og hvað ekki. Að lokum þurfum við að leggja áherslu á það að konur eiga ekki, og geta ekki, barist fyrir þessu einar. Til þess að binda enda á kynbundið ofbeldi verðum við öll að vinna saman. Þetta er mál sem kemur okkur öllum við og nú þurfum við að taka höndum saman og segja: Nóg komið!! ■

> Það er skammarlegt hve lítinn þátt karlar hafa tekið í umræðunni hingað til og leggja þarf áherslu á mikilvægi þess að karlar séu virkir bandamenn kvenna í baráttunni.





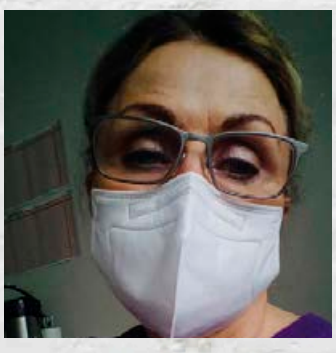




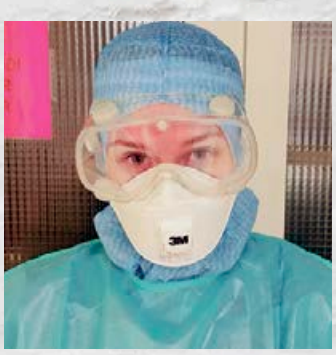




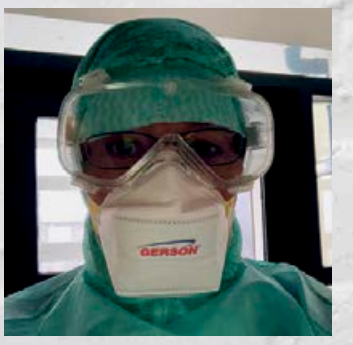

EVRÓPUDAGUR SJÚKRALIÐA ER 26. NÓVEMBER








Sjúkraliðafélag Íslands | Grensásvegi 16 | 108 Reykjavík | Sími 553 9493 / 553 9494 | www.slfi.is

Sextán daga átak gegn kynbundnu ofbeldi



Michelle Yerkin
starfandi sendiherra Bandaríkjanna á Íslandi

Að koma í veg fyrir og bregðast við hvers kyns kynbundnu ofbeldi er ein lykilskuldbindinga Bandaríkjastjórnar að því er varðar að efla lýðræði, festa mannréttindi í sessi og auka jafnrétti kynjanna. Allt frá því að ég tók við stöðu Chargé d'Affaires (starfandi sendiherra Bandaríkjanna) síðastliðinn júní hef ég leitast við að byggja á og dýpka sameiginlegar skuldbindingar Bandaríkjanna og Íslands á sviði mannréttinda, þá einkum réttinda kvenna og stúlkna í víðtækum skilningi. Í mínum huga eru þessi gildi ein af grunnstoðum þeirra nánu tengsla sem eru milli þessara tveggja þjóða og ég fagna því að ríkisstjórn Íslands og íslenska þjóðin skuli leggja jafnríka áherslu á að auka jafnrétti og binda enda á kynbundið ofbeldi og raun ber vitni.

Dagana 25. nóvember til 10. desember munu Bandaríkin og Ísland, ásamt fjölda annarra landa og ýmsum samtökum innan alþjóðasamfélagsins sem deila þessum viðhorfum, standa fyrir sextán daga átaki gegn kynbundnu ofbeldi. Fleiri en ein af hverjum þremur konum verða fyrir slíku ofbeldi á lífsleiðinni, yfirleitt af hendi maka síns. Fatlaðar konur eru fjórum sinnum líklegri til að verða fyrir kynferðislegu ofbeldi en aðrar konur. Í kjölfar Covid-19 heimsfaraldursins hafa konur og stúlkur um heim allan staðið frammi fyrir aukningu á kynbundnu ofbeldi, sem rekja má til efnahagslegs óöryggis, lokana og takmarkana á ferðafrelsi. Við ættum öll að nota þetta tækifæri til að viðurkenna það veigamikla starf sem aðgerðasinnar, félagsráðgjafar og almennir borgarar hafa innt af hendi.

Eitt af mínum fyrstu embættisverkum sem Chargé d'Affaires var heimsókn í Bjarkarhlíð, sem er miðstöð þar sem þolendum ofbeldis á höfuðborgarsvæðinu er veittur stuðningur og hjálp. Bjarkarhlíð veitir einnig mikilvæga þjónustu á sviði forvarna gegn mansali. Ég hreifst mjög af því krefjandi en gífurlega mikilvæga starfi sem starfsfólkið og sjálfboðaliðar í Bjarkarhlíð sinna. Þetta fólk verðskuldar bæði virðingu okkar og þakkir. Til allrar hamingju eru fleiri á vaktinni. Á Íslandi eru nú starfrækt fjölmörg samtök, svo sem Rauði krossinn, Stígamót og Samtökin '78, sem vinna dag og nótt að því að styðja konur, stúlkur og LGBTQI+ fólk og koma í veg fyrir kynbundið ofbeldi. Það er aðdáunarvert hversu fjölbreyttar leiðir íslensk stjórnvöld og íslenskt samfélag nýta sér til að efla í sameiningu slíkar stofnanir og hlúa að þeim. Bandaríkin vinna einnig að því að tryggja eftirlifendum ofbeldis og þeim sem eiga á hættu að verða fyrir kynbundnu ofbeldi aðgang að nauðsynlegum stuðningi og þjónustu, meðal annars með átaksverkefnum eins og Voices Against Violence Initiative. Í sameiningu getum við og eigum að styðja, enn sem fyrr, samtök eins og Bjarkarhlíð, í stórum sem smáum samfélögum um heim allan.

Kvenréttindi eru mannréttindi. Mér er sönn ánægja að greina frá því að heima í Bandaríkjunum hefur Biden/Harris-stjórnin nú gefið út fyrstu landsbundnu stefnuna í sögu Bandaríkjanna um valdeflingu kvenna, stúlkna og LGBTQI+ fólks, bæði í Bandaríkjunum og um heim allan. Eins og utanríkisráðherrann Antony Blinken hefur lagt áherslu á krefjast slíkar framfarir þess að við tökum af festu á mismunun, kerfislægum hindrunum og mannréttindabrotum, sem hafa allt of lengi hindrað fulla valdeflingu kvenna og stúlkna um víða veröld. Jafnræði og jafnrétti kynjanna er ekki aðeins mannréttindamál og réttlætismál, heldur stuðlar einnig að eflingu réttarríkisins, aukinni ábyrgð, réttlæti, bættum úrlausnum ágreinings og hagvexti án aðgreiningar. Þetta eru meginreglur sem við verðum að fylgja eftir í verki þegar við „build back better", í kjölfar alþjóðlegra áskorana á borð við loftslagsvandann, neyðarástand í mannúðarmálum og Covid-19 heimsfaraldurinn. ■

Opið bréf til ríkisstjórnarinnar

Q - félag hinsegin stúdenta
Stúdentaráð Háskóla Íslands
Jafnréttisnefnd Háskóla Íslands
Femínistafélag Háskóla Íslands
Mannréttinda-, nýsköpunar- og lýðræðisráð Reykjavíkur
Samtökin '78
Trans Ísland



Lög um kynrænt sjálfræði tóku gildi 2019 og frá ársbyrjun 2021 hefur staðið til boða hlutlaus kynskráning í þjóðskrá. Það vantar þó upp á innleiðingu laganna með uppfærslu reglugerða svo að lögin hafi tilætluð áhrif og verði eitthvað meira en fögur orð á blaði. Enn er stofnunum og vinnustöðum af ákveðinni stærð til dæmis meinað að gera salernisaðstöðu sína kynhlutlausa, því samkvæmt reglugerðum verða salerni að vera kyngreind. Þetta er þrátt fyrir fjölda fyrirspurna og ákall frá meðal annars Reykjavíkurborg, stúdentahreyfingunni, frá hagsmunasamtökum hinsegin fólks og innan þingmannaliðsins.

Umhverfis- og auðlindaráðherra hefur til að mynda verið með breytingar á reglugerð varðandi almenningssalerni í vinnslu í langan tíma en félags- og barnamálaráðherra virðist lítið ætla að gera varðandi reglur um vinnustaði. Þá ber forsætisráðherra heildarábyrgð á innleiðingu laga um kynrænt sjálfræði samhliða jafnréttismálunum. Það er löngu orðið tímabært að uppfæra reglugerðir í samræmi við breytta tíma og ný lög sem þegar gera ráð fyrir fleiri kynjum en kynjatvíhyggjan gerir.

Um þessar mundir standa yfir ríkisstjórnarmyndunarviðræður og vilja undirrituð hvetja til þess að það verði ávarpað í stjórnarsáttmála að lög um kynrænt sjálfræði verði að fullu innleidd. Það skiptir máli að aukin réttindavernd skili sér í því sem mætir fólki á hverjum degi og hefur því umfangsmikil áhrif á lífsgæði.

Reykjavíkurborg, stúdentahreyfingin og hagsmunasamtök hinsegin fólks hafa beitt sér fyrir því að þessum reglugerðum verði breytt svo að starfsfólk, nemendur og íbúar af öllum kynjum upplifi sig velkomin innan háskóla- og borgarsamfélagsins. Ókyngreind salerni eru mikilvæg rými fyrir breiðan hóp fólks,

> Enn er stofnunum og vinnustöðum af ákveðinni stærð til dæmis meinað að gera salernisaðstöðu sína kynhlutlausa, því samkvæmt reglugerðum verða salerni að vera kyngreind.

sem hefur kyntjáningu sem skarast á við samfélagsleg viðmið, hvort sem manneskjan er trans, intersex, kynsegin eða sískynja. Hinsegin fólk með ódæmigerða kyntjáningu mætir mikilli hliðvörslu í kynjuðum rýmum sem gera aðeins ráð fyrir kvenkyni og karlkyni. Það birtist meðal annars í formi óráreitni og fordóma. Kynjuðu rýmin eru óörugg rými fyrir margt hinsegin fólk. Það er okkar ósk að geta boðið upp á ókyngreind salerni og að þau verði ætíð viðmiðið. Til þess að svo megi verða þarf að bregðast við þessum óskum tafarlaust.

Hugmyndir og skilaboð sem ríkið setur fram skipta máli og þegar jafn framsækin og mikilvæg lög og lög um kynrænt sjálfræði eru líta dagsins ljós þá skiptir máli að hugmyndafræðin og þekkingin sem að baki þeim búa hafi raunveruleg áhrif; á aðra löggjöf, á reglugerðir, á umhverfi og skipulag og daglegt líf þeirra sem lögin snerta. Ríkisstjórnin má ekki vanmeta áhrif sín á þessum sviðum, en í raun komumst við undirrituð ekki lengra í því að bæta stöðu trans fólks og intersex fólks í ákveðnum málum án þess að fá grænt ljós frá ríkisstjórninni. Við óskum hér með eftir þessu græna ljósi og beinum sjónum okkar sérstaklega að umhverfis- og auðlindaráðherra, félags- og barnamálaráðherra og forsætisráðherra sem bera beina ábyrgð á ofangreindum reglugerðum og svo málaflokknum í heild sinni.

Í framhaldinu munu undirrituð óska eftir samtali við viðeigandi ráðuneyti um nauðsynlegar úrbætur. ■

Réttur kjósandans til að velja



Þorbjörg Sigríður Gunnlaugsdóttir
þingmaður Viðreisnar

Vikum saman hefur þingmannanefnd haft það verkefni að rannsaka framkvæmd kosninga í Norðvesturkjördæmi. Gerir hún það í kjölfar bókunar landskjörstjórnar þar sem fram kom að ekki lægju fyrir upplýsingar um fullnægjandi meðferð kjörgagna í kjördæminu. Sú sögulega bókun undirstrikar alvarleika málsins. Rannsókn þingsins hefur því ekki varðað það hvort frávik hafi verið á reglum heldur hversu alvarleg brotin voru. Ótrúleg hringekja sem fór af stað eftir endurtalningu í Norðvesturkjördæmi og áhrifin sem hún hafði á önnur kjördæmi undirstrika gallana í kosningakerfi okkar. Fimm þingmenn duttu út og fimm aðrir náðu kjöri. Sem stendur snýst álitaefnið um þessi vinnubrögð. Til lengri tíma litið varðar málið sjálft regluverkið um kosningar til þings.

Eftir alþingiskosningarnar 2013, 2016, 2017 og aftur í ár var styrkur flokka á þingi ekki í samræmi við fylgi þeirra. Ákveðnir flokkar hafa í gegnum tíðina fengið fleiri þingmenn kjörna en atkvæðafjöldi raunverulega tryggði þeim. Það felur einfaldlega í sér að þingið endurspeglar ekki að fullu vilja kjósenda. Í umræðu um framkvæmd kosninga í NV hefur verið rætt um rétt kjósenda til að vilji hans fái að koma fram með atkvæði hans og jafnframt rétt kjósenda að geta treyst framkvæmd og niðurstöðum kosninga. Í regluverki okkar í dag er til staðar innbyggð skekkja, sem fer gegn þessum grundvallarmarkmiðum. Réttur kjósandans er ekki að fullu virtur, því sumir kjósendur búa við þann veruleika að atkvæði þeirra telur til hálfs. Það er sömuleiðis ekki til þess fallið að auka traust kjósenda til kerfisins að þeir geti gert ráð fyrir að flokkar fái fleiri þingmenn en atkvæðin tryggðu þeim.

Margir furða sig á hvers vegna þessi skekkja um vægi atkvæða hefur ekki verið leiðrétt af hálfu þingsins. Tillaga í þá veruna var hins vegar á dagskrá þingsins í vor. Þegar þingið ræddi frumvarp til nýrra kosningalaga var ég í hópi þriggja þingmanna sem lagði fram breytingartillögu til þess að taka á þessu ójafnvægi. Breytingartillagan var felld af þingmönnum Sjálfstæðisflokks, Framsóknarflokks, Vinstri grænna og Miðflokks.

Hverjar voru tillögurnar?

Tillögurnar voru annars vegar um fjölgun jöfnunarsæta til að tryggja að flokkar fengju þingmenn í sem mestu samræmi við fjölda atkvæða og hins vegar vegar um jöfnun atkvæðavægis milli kjördæma til að stuðla að auknu jafnrétti milli kjósenda. Jafnt vægi atkvæða eftir búsetu telst mannréttindamál að mati Öryggis- og samvinnustofnunar Evrópu og Feneyjanefndar. Skipting landa í kjördæmi gerir hins vegar að verkum að vægi atkvæða verður aldrei hnífjafnt og það er heldur ekki markmiðið. Sanngirnisspurningin snýst um það hversu miklu má muna svo það brjóti ekki gegn mannréttindum fólks. Talið hefur verið að misvægi milli kjördæma geti verið um 10-15%. Hér er munurinn hins vegar næstum 100% þar sem hann er mestur. Stjórnarskráin gerir ráð fyrir að styrkur þingflokka sé í samræmi við fylgi þeirra í landinu og það er síðan hlutverk Alþingis að útfæra þetta markmið í kosningalögum. Að

> Það er hægt að jafna leikinn með tilliti til búsetu með fremur einföldum breytingum á kosningalögum, svo kjósendur búi ekki við jafn mikið ójafnrétti.

meirihluti Alþingis kjósi að gera það ekki felur í sér alvarlega vanvirðingu við stjórnarskrá.

Umræða á villigötum

Umræða um jafnt vægi atkvæða er viðkvæm. Mikilvægt er að hafa í huga að þessi umræða snýst um tvennt, jafnt vægi flokka og atkvæðavægi kjósenda. Stundum er talað eins og fullur jöfnuður eftir búsetu myndi þýða að allir þingmenn landsins kæmu af Suðvesturhorninu. Slík niðurstaða væri í mínum huga óverjandi einmitt með tilliti til mannréttindasjónarmiða. Stjórnarskráin mælir enda fyrir um að hvert kjördæmi skuli eiga að minnsta kosti sex kjördæmakjörna þingmenn. Stjórnarskráin ver því öll kjördæmi landsins með þeim hætti að þau munu aldrei eiga færri þingmenn en sem því nemur. Ójafnvægi atkvæða er sem stendur meira en 100% á milli Suðvesturkjördæmis og Norðvesturkjördæmis. Fyrir næstu kosningar verður þingmönnum Norðvestur fækkað í sjö í samræmi við stjórnarskrá. Yrði farið í að jafna leikinn að fullu innan ramma stjórnarskrár yrðu þingmenn Norðvestur sex talsins og gætu aldrei orðið færri en svo. Þeim myndi fækka um einn til viðbótar.

Það er hægt að jafna leikinn með tilliti til búsetu með fremur einföldum breytingum á kosningalögum, svo kjósendur búi ekki við jafn mikið ójafnrétti. Ákvæði stjórnarskrár um 6 þingmenn að lágmarki tryggir öllum kjördæmum landsins kjördæmakjörna þingmenn. Í vor höfnuðu ríkisstjórnarflokkarnir tillögum um að auka jafnrétti í þessu veruna. Og vilji kjósenda er enn ekki að öllu leyti virtur við úthlutun þingsæta til flokkanna. Á sama tíma og það er brýnt að rannsaka framkvæmd kosninganna í Norðvesturkjördæmi þá er ekki síður brýnt að taka kosningakerfið til gagngerrar endurskoðunar. Með það fyrir augum að tryggja jafnt atkvæðavægi og lýðræðislegan rétt kjósenda. ■

BLACK FRIDAY

Enox og Hópkaup kynna sjö glæsileg raftækjatilboð.

GILDIR TIL 30.11.21



Enox ES200 rafhlaupahjól

Kraftmikið. 300W. 22-28km. Lykilræsing. Hækkanlegt og samanleggjanlegt stýri. Inngjöf í handfangi. Fjöðrun að framan. Uppblásið afturdekk. Flauta. Ljós.

Aðeins
29.990 kr.



VC300X

Enox skaftryksuga

Þráðlaus vinnuþjarkur. Skaftryksuga, handryksuga, skúringarmoppa. 350W. 3 aflstillingar. Mjög öflug 25,2V rafhlaða. 2000mAH.

Aðeins
16.990 kr.

CR01DR

Enox þurrkari

Nýjasta tækni. 2022 módel. Kraftmikill 8kg þurrkari. 16 þurrkkerfi. Barkalaus. 69dB. Frábær kaup.

Aðeins
57.990 kr.





Enox L5 rafhlaupahjól

De Luxe rafhlaupahjól. Allt að 700W orka. Drægni upp í 30km. 3. kynslóðar snjallrafhlaða. Stímstilling. 10” uppblásin dekk með sjálfvirku viðgerðarkerfi. 20 cm harðviðarbretti. Rafhjól í sérflokki.

Aðeins
39.990 kr.



DW300BI

Enox uppþvottavél

Uppþvottavél til innbyggingar. 2022 módel með glænýrri tækni. Fyrir 12 manns. 5 þvottastillingar: Intensive, Normal, Eco, 90 min, Rapid. Tímaseinkun. Aðeins 49dB. Traust bygging. Frábær uppþvottavélakaup!

Aðeins
57.990 kr.



CR01WA

Enox þvottavél

Nýjasta tækni. 2022 módel. 8kg. Kolalaus mótor. 1400 snúningar. 16 þvottakerfi. 76dB. Fyrstu viðtökur og ummæli feykigóðar. Gerið samanburð. Afar hagstæð kaup.

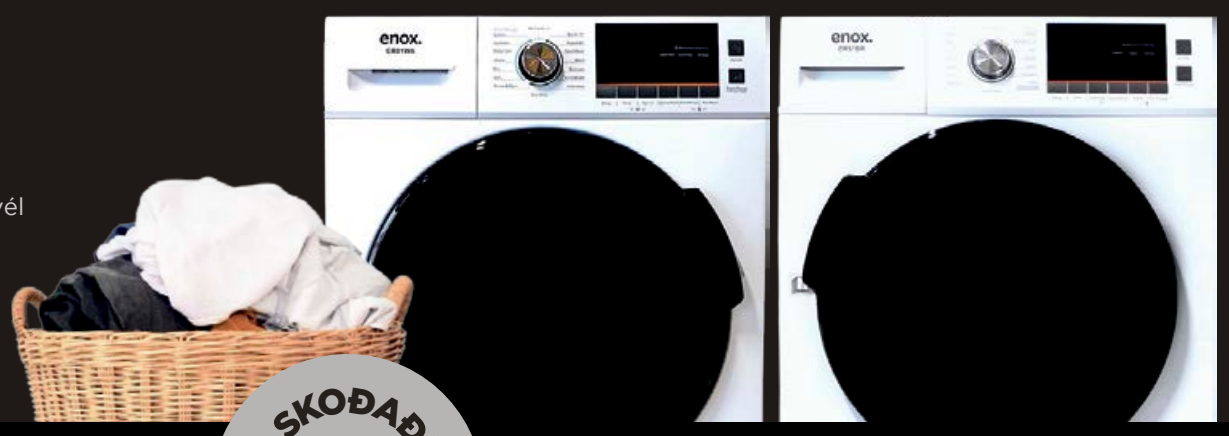
Aðeins
57.990 kr.

CR01WA og CR01DR

Enox þvottahússtvenna

Saman á enn betra verði saman. Enox þvottavél og þurrkari saman. Þetta slær allt út!

Aðeins
104.990 kr.



SKOÐAÐU Á HOPKAUP.IS

HÓPKAUP

enox. enjoy life | ÞÝSKT GÆÐAMERKI

Varðar staða í raforkumálum á Suðurnesjum þjóðaröryggi?



Ásmundur Friðriksson
þingmaður Sjálfstæðisflokksins

Í dag er ein lína sem flytur raforku til og frá Suðurnesjum. Fari hún úr rekstri er engum öðrum leiðum til að dreifa. Atvinnurekstri og heimilum er veruleg hætta búin komi upp alvarleg tilvik straumleysis. Flutningsgetan annar ekki þörf og hafa Suðurnesin orðið af uppbyggingu og atvinnutækifærum þar sem fyrirtækjum hefur verið neitað um raforku þar sem innviðirnir eru sprungnir, orkan fæst ekki flutt. Í 18 ár hefur nú verið barist fyrir afhendingaröryggi raforku með lagningu Suðurnesjalínu 2 en vegna þriggja landeigenda og sjö manna sveitarstjórnar í Vogum á Vatnsleysuströnd er framkvæmdin stopp. Þessi fámenni hópur kemur í veg fyrir að 30 þúsund manna samfélag búi við orkuöryggi. Framkvæmd sem er hornsteinn mikillar uppbyggingar sem fram undan er, svo sem við orkuskipti með hliðsjón af staðsetningu Keflavíkurflugvallar og vistvænan auðlindagarð.

Þvergirðingsháttur fárra kemur í veg fyrir uppbyggingu atvinnulífs á Suðurnesjum og hefur málarekstur fyrir dómstólum og úrskurðarnefndum engu skilað. Á Ásbrú og Keflavíkurflugvelli eru varnarmannvirki á vegum Landhelgisgæslunnar og NATÓ og varða sjálfstæði, fullveldi og friðhelgi landamæra Íslands. Staðan er grafalvarleg og fer að varða almannavarnir á Suðurnesjum bregðist Alþingi ekki við lagafrumvarpi greinarhöfundar um framkvæmdaleyfi til handa



Landsneti fyrir Suðurnesjalínu 2. Frumvarpið er í skráningu og verður lagt fram ekki síðar en í næstu viku. Ábyrgð Alþingis er algjör og verður þingið að taka skipulagsvald af sveitarfélaginu í þessu mikilvæga máli ef ekki á illa að fara.

Mati á umhverfisáhrifum framkvæmdarinnar lauk með áliti Skipulagsstofnunar 22. apríl 2020 en í því var fjallað ítarlega um aðalvalkost framkvæmdaraðila, auk fimm annarra valkosta. Þrátt fyrir þetta hafa orðið óútskýrðar tafir á framkvæmdaleyfum vegna framkvæmdarinnar. Í því sambandi verður einnig að horfa til þess að

> **Alþingi verður að hafa í sér dug og setja nýja löggjöf um uppbyggingu mikilvægra innviða.**

umrædd sveitarfélög höfðu áður gefið út framkvæmdaleyfi vegna framkvæmdarinnar sem ógilt voru á grundvelli þess að ekki hefði verið fjallað nægjanlega um jarðstrengsvalkosti í mati á umhverfisáhrifum. Úr þeim ágalla hefur nú verið bætt og niðurstaðan er sú að aðalvalkostur sé heppilegastur með tilliti til kostnaðar og náttúruvárhættu á svæðinu.

Vegna aukinna jarðhræringa á svæðinu var í kjölfar mats á umhverfisáhrifum farið í frekari skoðun á mögulegum áhrifum eldgosa og jarðhræringa á fyrirhuguð mannvirki. Niðurstöður þeirrar skoðunar eru að loftlína sé mun öruggari valkostur en jarðstrengur við þær aðstæður sem er að finna á leið Suðurnesjalínu 2. Hvað varðar eldsumbrot og hraunrennsli er áhættan talin mjög sambærileg fyrir þá valkosti sem eru til skoðunar. Þar sem tíðni jarðhræringa á svæðinu með varanlegum höggunarhreyfingum eða mögnunar á hreyfingu við sprungubrúnir er umtalsvert meiri en tíðni eldgosa er talið rétt að miða frekar við slíka atburði við mat á líkum og jarðfræðilegri hættu við Suðurnesjalínu 2. Frá því að málið var fyrst lagt fram hófst eldgos í Geldingadölum í Fagradalsfjalli föstudagskvöldið 19. mars 2021. Það ætti að setja málið allt í samhengi við þær hamfarir og ábendingar sem Landsnet hefur sett fram.

Alþingi verður að hafa í sér dug og setja nýja löggjöf um uppbyggingu mikilvægra innviða. Að sveitarfélög, eða örfáir einstaklingar, geti komið í veg fyrir það árum og áratugum saman að innviðaframkvæmdir eins og lagning vega, flutningskerfi raforku, línur og möstur fyrir fjarskipti rísi ekki er óásættanlegt. Suðurnesjalína 2 er framkvæmd sem er mikilvæg út frá þjóðarhagsmunum og er orðin svo brýn að sveitarstjórnarmenn á Suðurnesjum hafa beint áhyggjum sínum til þjóðaröryggisráðs. Grípa þarf í taumana í þessu mikilvæga máli til að koma í veg fyrir frekari tafir á uppbyggingunni og flýta því að framkvæmdir geti hafist. ■

Drottinn, hví skapaðir þú okkur andskotans aumingja?



Ole Anton Bieltvedt
stofnandi og formaður Jarðarvina

Á dögunum dreifðu Animal Welfare Foundation, Þýzkalandi, og Tier Schutz Bund Zuerich, Sviss, 126 síðna skýrslu, ásamt myndbandi, um blóðmerahald á Íslandi, en þessi dýraverndunarsamtök höfðu unnið að rannsókn blóðmerahaldsins hér í 2 ár.

Í flestum eða öllum öðrum ríkjum Evrópu fyrirbyggja reglur og lög um dýravernd og dýravelferð þetta blóðmerahald.

Evrópuþingið er líka búið að samþykkja lög um dýravelferð, þar sem allur innflutningur á kjöti og afurðum úr blóðmerahaldi er bannaður. Þessi lög eiga að taka gildi 2023-2024.

Einu löndin, sem blóðmerahald er leyft í, eru því í Suður Ameríku; Argentínu og Úrúgvæ. Í þessum löndum líðst blóðmerahaldið, enda velferð dýra þar varla á dagskrá, hvað þá hátt skrifuð, og dýravernd á lægsta plani.

Við Íslendingar erum þarna í góðum félagskap.

Fyrir hönd okkar Jarðarvina skrifaði ég grein í blöðin í febrúar 2020, um það heiftarlega ofbeldi og dýraníð, sem á sér stað í blóðmerahaldi. Fyrirsögn var „170 tonn af blóði“. Er greinin enn á netinu.

Ég byggði rannsókn mína á gögnum og myndböndum frá Suður Ameríku, en, ef t.a.m. „Blutfarmen“ eða „Blutstuten“ er slegið inn á Google, liggja þar myndskeið fyrir, sem sýna ofbeldið og misþyrmingarnar, sem blessaðar hryssurnar verða fyrir.

Ég ályktaði í grein minni, að aðfarirnar og ofbeldið við blóðtöku hér væru svipaðar, enda verður vart séð, hvernig hægt er með góðu, að koma ótömdum, hálfvilltum hryssum, sem búið er að rífa folaldið frá, inn í þröngan blóðtökubás, þar sem hryssan er njörvuð niður og höfuð strengt upp með reipum – staða dýrsins negld – til að hægt sé að opna slagæð á hálsi og tappa þar af blóði í 15 langar mínútur!

Hvernig geta menn ímyndað sér, að þessi fjötrun ótaminnar hryssu og það ofbeldi, sem beita þarf dýrið, til að koma nál í háls og tappa 5 lítrum af blóði af því, geti farið fram með friði og spekt!?

Hræðsla og æsingur dýrsins byrjar þá strax, þegar folaldið er rekið frá því, og skelfingin og örvinglunin magnast auðvitað, þegar blóðtökumenn höggva aftur og aftur í sama knérunn, beita sama ofbeldinu, viku eftir viku, í 8-9 vikur.

Auðvitað er ljóst, að blóðtaka getur einvörðungu farið fram með ofbeldi, barsmíðum og meiðingum; mannúðlegt og dýravænt blóðmerahald er ekki til!

Skýrslan og myndbandið, sem AWF og TSB dreifðu um síðustu helgi, sýna svo og sanna, að ályktun mín var rétt: Aðfarir íslenzkra bænda og dýralækna, alla vega margra þeirra, er ekki skömminni skárri, en gerist í Suður Ameríku.

Hér á Íslandi á það að heita, að húð hryssu sé staðdeyfð fyrir blóðtöku. Munu þar vera eiðsvarnir dýralæknar, sem vinna á vegum Ísteka – sem að þessari starfsemi allri stendur og græðir á því offjár – sem framkvæma deyfingu og blóðtöku.

Er erfitt að átta sig á sjálfsvirðingu, starfsvirðingu og virðingu þessara dýralækna fyrir lifandi dýrunum. Eins má velta fyrir sér, hvers konar menn þeir bændur eru, sem leggja sig niður við þetta lágkúrulega dýrahald.

Eru þetta kannski léttteknir peningar, og mega þá siðferði, mannúð og virðing við sínar eigin skepnur, sem hafa tilfinningar, eins og við, fara lönd og leið?

Tækniháskóli í Virginíu í Bandaríkjunum, sem vinnur að stöðlum fyrir notkun dýra í tilraunum og matvælaiðnaði, telur, að ekki megi tappa meira blóði af hryssu, en sem nemur 10% af heildarblóðmagni hennar og það mest á fjögurra vikna fresti.

Af íslenzkum hryssum er hins vegar tappað sem nemur 15% af blóðmagni þeirra, 5 lítrum af 35-37 lítrum, vikulega!



Það sýnir okkur nokkuð, hver afstaða íslenzkra stjórnvalda – í þessu tilviki Matvælastofnunar (MAST) og landbúnaðarráðherra – er, til dýrahalds, sem byggir á ofbeldi og misþyrmingum dýra, að blóðmerahaldið hefur verið leyft hér í 40 ár.

Það breytti líka engu, þó að við, Jarðarvinir, hefðum lagt fyrir stjórnendur MAST, yfirdýralækni og ráðherra, skýr gögn, sem bentu til dýraníðs í blóðmerahaldi. Gamalli aðferð var beitt: Að þegja málið í hel.

Samúð með blessuðum dýrunum í lágmarki, en meðvirkni og stuðningur við Ísteka og bændur í hámarki. Skyldi MAST hafa ruglast í ríminu með það, hvert hlutverk þeirra er, hverjar skyldur þeirra eru og gagnvart hverjum?

Þetta að lokum: Tvær stofnanir veita leyfi fyrir þessari blóðmeraóiðju; MAST fyrir blóðtökunni og Lyfjastofnun fyrir hormónavinnslunni úr blóðinu.

Þegar við leituðum á MAST með það, á hvaða lagagrundvelli leyfisveitingin til blóðtökunnar byggðist, gaf stofnunin upp reglugerð nr. 279/2002.

Þar reyndist þó sá galli á gjöf Njarðar, að þessi reglugerð nær aðeins til „dýratilrauna“, og ekki til fjöldaframleiðslu á blóði.

Leyfisveitingin var því út í hött, og við kröfðumst þess, að frekari leyfi yrðu ekki veitt.

Þá snéru Ísteka og MAST sig, að því er virtist bara bræðralega, út úr þessum greinilega laga- og leyfisgrundvellis-skorti með því, að fullyrða, að í millitíðinni hefði komið í ljós, að ekkert leyfi þyrfti fyrir blóðtökunni.

Í 40 ár þurfti leyfi, en þegar á leyfisgrundvöll reyndi, og hann reyndist ekki til staðar, hét það einfaldlega: Þessi blóðtaka er ekki leyfisskyld.

Þarfasti þjónninn kom okkur í gegnum hungur og harðæri dimmra alda. Og hver eru launin?

Heiftarlegt blóðmerahald og kvalræði útihalds. 60.000 hestar hafa ekkert þak yfir höfuðið og fæstir hafa aðgang að manngerðum skjólvegg, minnst 2 metra háum, sem veitir skjól fyrir helztu áttum, sem þó er lögboðið.

Skjólveggir kosta peninga. Yfir hundrað dýr, líka folöld og trippi, urðu úti í fárviðri í hittiðfyrra.

Og, við þurfum að láta útlendinga benda okkur á aumingjaskapinn. Miklir andskotans aumingjar erum við! ■

> **Þarfasti þjónninn kom okkur í gegnum hungur og harðæri dimmra alda. Og hver eru launin?**

SVARTUR FÖSSARI Í NETTÓ

TILBOÐ GILDA 25.–28. NÓVEMBER



JÓLASKINKA
FULLELDUÐ, MEÐ GLJÁA

1.799 KR/KG
ÁÐUR: 2.999 KR/KG

40% AFSLÁTTUR

55% AFSLÁTTUR



Coca cola
1 l
99 KR/STK
ÁÐUR: 219 KR/STK

40% AFSLÁTTUR



Pepsi Max
4x2 l
598 KR/PK
ÁÐUR: 997 KR/PK

50% AFSLÁTTUR



ÖLL JÓLA-DAGATÖL!

30% AFSLÁTTUR



ÖLL PLAYMO LEIKFÖNG!



40% AFSLÁTTUR

Þythokkíborð
59x31 cm
5.399 KR/STK
ÁÐUR: 8.999 KR/STK

25% AFSLÁTTUR

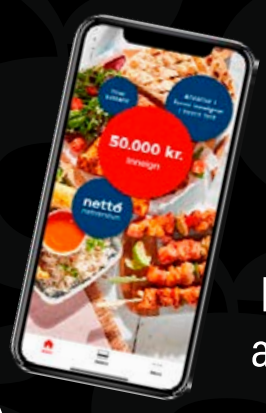


ALLAR MAKU VÖRUR!

Klementínur
2,3 kg
579 KR/PK



GOTT VERÐ!



FÁÐU BETRA VERÐ MEÐ SAMKAUP Í SÍMANUM
Náðu í appið og safnaðu inneign.

Þú getur notað Samkaupa-appið í öllum verslunum Nettó.

nettó
Lægra verð – léttari innkaup

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Bragð er að þá barnið finnur



Finnbogi Hermannsson
fréttamaður og rithöfundur



Alls engar umræður hafa orðið á Íslandi um þá nýlegu stefnu Bandaríkjahers að koma fyrir langdrægum sprengjuflugvélum á ýmsum útkjálkum veraldarinnar og þar sem þær hafa ekki átt heimili um árabil eða aldrei. Ýmsum hnykkti við þegar sprengjuvélar af gerðinni B2 Spirit gerðu sig heimakomnar á Keflavíkurflugvelli nú í haust. Vélar þessar eru ekki gerðar út til að flytja jólagjafir til barna innfæddra eins og í gamla daga heldur bera þær 16 kjarnorkusprengjur á góðum degi. Þær geta líka látið sér nægja hefðbundnari sprengjur sem passa í vélina. Vafalaust hoppar hjartað í einhverjum öldruðum Kaldastríðsvinum við þessi tíðindi, en ekki beinlínis hjá Albert Jónssyni sendiherra og hernaðarráðgjafa Íslendinga um langt skeið og vísast til greinar hans í Morgunblaðinu í síðustu viku sem ber þessa yfirskrift:

Er Keflavíkurflugvöllur ný útstöð fyrir langdrægar bandarískar sprengjuþotur?

Hvers vegna spyr hernaðarráðgjafinn og löngum innsti koppur í búri hjá utanríkisráðuneytinu í blaðagrein, hvort stefnubreyting hafi orðið hjá Bandaríkjamönnum og Nató. Líklega af því honum blöskra svör utanríkisráðherra um veru B2 vélanna á Íslandi þar sem um þetta má lesa hjá amerískum hernaðaryfirvöldum. Þetta er ekki einu sinni feimnismál að Ísland sé orðið að beinni árásarherstöð gagnvart Rússum. Þannig var það aldrei, þetta hét alltaf varnarstöð og hér voru aldrei sprengjuflugvélar gráar fyrir járnum tilbúnar til árásarferða sem nú. Þarna eru Ameríkanar nefnilega komnir á gamlar slóðir í Kaldastríðinu þegar þeir höfðu Grænland sem fótaþurrku með þegjandi samþykki Dana. Það var á sjötta áratug síðustu aldar sem þeir hreiðruðu um sig norður í Thúle með flugvélaflota sinn af gerðinni B-52. Þær voru og eru enn, eftir áratugi, bakfiskurinn í kjarorkuflugflota Bandaríkjamanna ásamt B1 og B2.

Í Thúle datt einhverjum stríðsmanninum í hug að hafa B-52 flotann á flugi allan sólarhringinn og hét aðgerðin Chrome Dome. Var vélunum stefnt á skotmörk í Sovétríkjunum og skyldu halda áfram för sinni ef eða þar til þær fengju skipun um að snúa við. Lá við styrjöld þegar boð bárust ekki flugstjóra um að venda og halda heim á leið með kjarnorkusprengjur sínar. Bandaríkjamenn hættu Krómdóm útgerðinni frá Thúle eftir að kviknaði í einni B-52 vélinni árið 1968 og hún dúndraði ofan í innlandsísinn. Þrjár kjarnorkusprengjur voru fiskaðar upp, ein liggur í freranum og bíður þess að losna úr klakaböndum í framtíðinni, náinni eða fjarlægri. Mikil geislun hlaust af þessu og urðu málaferli vegna geislunar og veikinda innfæddra í Úpernavík.

Camp Century oflætið við Thúle

Á sama áratug ákváðu Bandaríkjamenn að grafa sig niður í innlandsísinn og byggja þar borg um 160 kílómetra frá Thúle – án gamans. Stöðin var í laginu ekki ólík hitaelementi og var kallað geislahitun. Þarna hírðust menn niðri sem tilraunadýr og var fylgst vísindalega með visku þeirra og vexti. Dönskum skátadrengjum var nefnilega boðið að gista þetta jarðhýsi og voru þarna í fimm mánuði. Birtust kvikmyndir nú nýlega á sjónvarpsstöðinni National Geographic þar sem sýnt var að skátadrengirnir lifðu í vellystingum pragtuglega í dýflyssunni og nærðust m.a. á amerískum kalkúnum. Andlegum þörfum heimamanna var auðvitað sinnt með kapellu og tilheyrandi amerískum herpresti. Vestræn gildi voru sem sagt í hávegum höfð.

> Þess vegna sjá íslenskir stjórnálamenn heldur ekki Stealthvélarnar og skynja ekki hvaða hætta er búin landi og þjóð.

Þetta væri kannski ekki í frásögur færandi nema því aðeins Ameríkanar þrifu ekki eftir sig. Camp Century hafði nefnilega kjarnakljúf í iðrum íssins sem framleiddi rafmagn. Þegar þeir yfirgáfu svæðið hirtu þeir kjarnakljúfinn en eftir urðu hunduð eða þúsundir tonna af geislavirku kælivatni í tanki og í holu sem þeir boruðu í ísinn þegar tankurinn fylltist. Og þar er þetta enn. Svo er það spurningin ekki ef heldur hvenær hjarnhettan bráðnar ofan af þessu gumsi og allt eitrið fer út í íshafið. Þarf varla að spyrja að leikslokum fyrir hönd náttúru og dýralífs.

Í þessum þætti sem vitnað er til á NG gerðu vísindamenn för sína fyrir nokkrum árum og fundu brakið af stöðinni með jarðsjá. Camp Century var orðin eins og pönnukaka. Enda yfirgáfu Kanar og danskir skátadrengir stöðina þegar hún fór að klessast saman af náttúrunnar völdum.

Ekki hvort heldur hvenær

Viðskilnaður Bandaríkjamanna á Íslandi eru barnavípur einar miðað við þann á Grænlandi. Draugabyggingarnar á Straumnesfjalli vestra og Heiðarfjalli eystra eru brotgjarnir minnisvarðar um veru Bandaríkjamann á Íslandi.

En aftur að veru B2 flugvélanna á Fróni, þá virðist svo sem sama herfræði liggja að baki dvöl þeirra hér og gömlu B-52 vélanna í Thúle. Og yfirlýst af Ameríkönum í fyrsta skipti í sögunni að á Íslandi eigi heimahöfn sprengjuflugvélar reiðubúnar til árása á Rússa eða aðrar þær þjóðir sem misbjóða oflæti þeirra.

B2 sprengiþoturnar eru það sem kallað er Stealthvélar, þær eru ósýnilegar og búnar huliðshjálmi. Geta komið eins og skrattinn úr sauðarleggnum að bráð sinni. Þess vegna sjá íslenskir stjórnálamenn heldur ekki Stealthvélarnar og skynja ekki hvaða hætta er búin landi og þjóð. Albert Jónsson, sendiherra og sérfræðingur í alþjóðamálum, skynjar þessa hættu en þarf að spyrja spurninga í dagblaði því utanríkisráðherrann smælar bara framan í heiminn þegar hann er inntur svara um alvarleg mál.

Bragð er að þá barnið finnur var sagt einu sinni. ■



SVARTUR
FÖSTUDAGUR
Í REKKJUNNI

20-50%

AFSLÁTTUR



SÆNGURFÖT
20-50%
AFSLÁTTUR



20%
AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM AUKAHLUTUM,
KODDUM, SÆNGUM, LÖKUM,
HLÍFÐARLÖKUM O.S.FRV.



STAKAR DÝNUR
30-50%
AFSLÁTTUR

40% VERÐDÆMI

CADENCE PLUSH QUEEN SIZE (153X203)
VERÐ Á SVÖRTUM FÖSTUDEGI
146.520 KR.
VERÐ ÁÐUR 244.200 KR.
(INNIFALIÐ Í VERÐI DÝNA, BOTN OG FÆTUR)



Rekkjan Heilsurúm | Ármúla 44 108 Reykjavík | 588-1955 | rekkjan@rekkjan.is | rekkjan.is

rekkjan
HEILSURÚM

Lífsstíll að vera dómari



Aron Guðmundsson
aron
@frettabladid.is

Sigmundur Már Herbertsson er einn reyndasti körfuknattleiksdómari Íslands og varð á dögunum leikjahæsti dómari Íslandssögunnar er hann dæmdi sinn 2.054. leik fyrir Körfuknattleikssamband Íslands.

Sigmundur hefur bætt þremur leikjum í safnið síðan þá en ferill hans er einkar áhugaverður í ljósi þess að það var í raun tilviljun sem varð til þess að hann gerðist dómari árið 1994.

„Á þessum tíma hafði ég dæmt leiki á æfingamótum og hjá yngri flokkum. Vinnufélagi minn á þessum tíma, harður Grindvíkingur, Jón Emil, pressaði á mig að fara á dómaranámskeið. Ég sá fram á það að ef ég myndi fara á dómaranámskeið á vegum Grindavíkur þá gæti ég ekki dæmt leiki fyrir Njarðvík eða Grindavík eins og þetta var sett upp þá. Það varð úr að ég fór á námskeiðið en var skráður dómari fyrir Njarðvík.“

Sigmundur var leikmaður Njarðvíkur á þessum tíma en fann að tekið var að fjara undan leikmannaferli hans. Hann ákvað að slá til og tók dómarapróf árið 1994. „Það var sem sagt að frumkvæði vinnufélaga míns sem ég skráði mig á dómaranámskeið hjá KKÍ og hef ekki litið til baka síðan.“

Ekki tími fyrir stress

Sigmundur hafði nú tekið sín fyrstu skref sem körfuknattleiksdómari og í kjölfarið fékk hann sitt fyrsta tækifæri í efstu deild sem slíkur. Undirbúningurinn fyrir hans fyrsta stóra próf var hins vegar knappur.

„Ég man vel eftir fyrsta leiknum sem ég dæmdi í efstu deild. Þennan dag var leikur klukkan átta um kvöldið þar sem Keflvíkingar tóku á móti Valsmönnum. Á leikdeginum sjálfum í aðdraganda leiksins forfallaðist einn dómarinn. Fulltrúi dómaranefndar KKÍ á þessum tíma hringdi í mig og ég var beðinn um að dæma. Ég fékk svona fimm mínútur til að undirbúa mig fyrir þennan fyrsta leik í efstu deild sem ég dæmdi með Kristjáni Möller.“

Sigmundur dreif sig í dómarabúninginn heima fyrir og hafði í raun ekki tíma til þess að vera stressaður fyrir sinn fyrsta leik í efstu deild. „Þegar ég mætti í hús blés Kristján í flautuna og gaf til kynna að ein mínúta væri í að leikurinn yrði flautaður á. Ég hafði engan tíma til þess að vera stressaður, aðalmálið var að komast á leikstað áður en leikurinn átti að hefjast.“

Sigmundur hafði ekki tíma til þess að vera stressaður fyrir sitt fyrsta verkefni sem dómari í efstu deild og á nú að baki yfir tvö þúsund leiki sem dómari í verkefnum á vegum KKÍ. Verður hann stressaður fyrir leiki?

„Nei, ég verð ekki stressaður fyrir leiki en ég fæ alveg fiðring í magann oftast. Það er hins vegar góð tilfinning sem tengist meira eftirvæntingu. Fólki finnst það kannski ótrúlegt þegar að ég segi þetta en mér finnst þetta svo ótrúlega skemmtilegt starf. Ég væri náttúrlega löngu hættur ef mér fyndist þetta ekki skemmtilegt, annað væri bara geðveiki, sagt í góðri meiningu.“

Gengu á vegg

Sigmundur segir einn eftirminnilegasta leikinn á hans dómaraferli hingað til vera oddaleik karlaliða KR og Grindavíkur í úrslitum úrslitakeppninnar árið 2009. Leikurinn fór fram á heimavelli KR í Frostaskjóli fyrir framan troðfullan sal af fólki.

„Ég dæmdi þann leik með Kristni Óskarssyni. Fyrir leik hituðum við upp í hliðarsal þarna í höllinni og mér er það svo minnisstætt þegar við mættum inn í leiksalinn sjálfan fyrir leik. Það var svo mikill hiti þarna inni, við gengum eiginlega bara á vegg. Fjöldinn sem var þarna samankominn í salnum væri kolólöglegur í dag, þetta voru rosalegar aðstæður.“

Leiknum lauk með eins stigs sigri KR sem tryggði sér Íslandsmeistaratitilinn. En það var ekki bara andrúmsloftið og umgjörðin sem gerði þennan leik að einum þeim eftirminnilegasta á ferli Sigmundar hingað til. „Liðsskipan liðanna sem voru að spila þarna á þessum tíma var líka rosaleg. Þarna voru samankomin svakaleg nöfn í íslenskri körfuboltasögu að berjast um þennan eftirsótta titil.“

Veðurtepptur í fjóra daga

Körfuboltatímabilið á Íslandi teygir anga sína yfir hörðustu vetrarmánuðina á okkar óútreiknanlega landi hvað veðurfar varðar. Sigmundur segist hafa verið heppinn í gegnum sinn feril og ekki orðið veðurtepptur oft, þó svo að það hafi jú komið fyrir.

„Lengst var ég veðurtepptur á Ísafirði í eitt skiptið. Þá komst ég ekki heim í tæpa fjóra daga. Á þeim tíma komst maður varla á milli húsa, veðrið var það slæmt. Ferðalögin í tengslum við starfið hafa oft verið erfið. Ég hef verið staddur á Öxnadalsheiðinni í blindhríð og hugsað með mér hvað ég væri nú búinn að koma mér í.“

Hefur eignast góða vini

Sigmundur segir tengsl við kollega sína skipta miklu máli þegar kemur að samstarfi innan vallar en að framþróunin hafi verið þannig innan körfuboltahreyfingarinnar síðastliðin ár að auðvelt á að vera fyrir dómara að starfa saman þrátt fyrir að þeir hafi ekki gert það áður.

„Hjá FIBA og Körfuknattleikssambandi Íslands er búið að samræma þetta starf það vel að við eigum að geta dæmt eins með nánast hvaða dómara sem er. Ég get tekið dæmi frá því að ég var að dæma í Evrópu. Þá dæmdi ég með dómurum sem voru að koma frá löndum á borð við Rússland og Serbíu en þrátt fyrir það mynduðust tengsl auðveldlega okkar á milli og skilningur okkar á atriðum sem voru að eiga sér stað innan vallar var sá sami.“

Hann segir dómarahópinn hér á landi eiga í góðum og miklum samskiptum sín á milli, aðstoði »

> Ég horfi alltaf aðeins upp í rjáfur á þeim húsum sem ég dæmi í áður en ég tek dómarakastið fyrir leik og hugsa um leið til þeirra sem ég sakna og eru horfnir á braut.

> Ég hef verið staddur á Öxnadalsheiðinni í blindhríð og hugsað með mér hvað ég væri nú búinn að koma mér í.



Sigmundur Már Herbertsson er leikjahæsti körfuknattleiksdómari Íslandssögunnar. Hann hefur dæmt yfir tvö þúsund leiki á vegum KKÍ. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

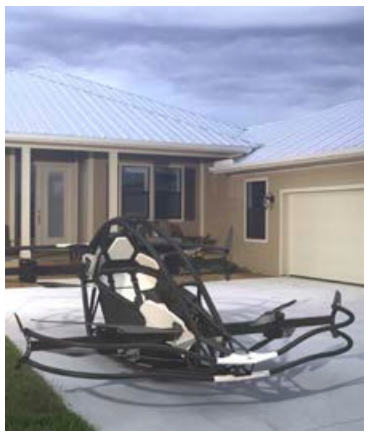
FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

FÖSTUDAGUR 26. nóvember 2021

FORLAGIÐ
Alltaf opið á www.forlagid.is



Þeir sem vilja eins manns loftfar geta splæst í Jetson One.
MYND/JETSONAERO.COM

Nýtt eins manns loftfar

oddurfreyr@frettabladid.is

Í október byrjaði sænska fyrirtækið Jetson að selja áhugavert nýtt eins manns loftfar sem heitir Jetson One. Fyrirtækið birti nýlega myndband á Youtube þar sem loftfarið sést þeysa yfir veg sem liggur gegnum skóg og þar minnir það óneitanlega á fljúgandi mótorhjólin úr Star Wars: Return of the Jedi. Myndbandið sýnir hvernig tækið er knúið af fjórum rafhreyflum sem gera tækinu kleift að taka lóðrétt á loft.

Kemst hátt og hratt

Á heimasíðu fyrirtækisins má finna nánari upplýsingar um Jetson One. Loftfarið er ekki nema 86 kíló að þyngd og flugmaðurinn þarf að vera undir 95 kílóum. Það getur flogið í 20 mínútur og kemst á 102 km/klst. hraða, en hraðinn er takmarkaður af hugbúnaði. Jetson One kemst líka í rúmlega 450 metra hæð og það tekur ekki nema einn til tvo tíma að hlaða græjuna.

Þeir sem eru ekki flughræddir ættu að geta haft gaman af því að þeysast um á svona tæki, en það er ekki á allra færi að splæsa í JetsonOne, því verðmiðinn er rétt rúmlega 12 milljónir króna.





Enginn afsláttur af árangri

Sigrúnu Guðjónsdóttur þekkja margir sem stofnanda Gyðja Collection. Í dag rekur hún líkamsmeðferðarstöðina The House of Beauty. „Markmið okkar er að viðskiptavinurinn gangi ánægður út," segir Sigrún. **2**

Sigrún Lilja fór ung út í rekstur, þá á vörumerkinu Gyðja Collection. Í dag rekur hún farsæla líkamsmeðferðarstofu, The House of Beauty. Árangur viðskiptavina með líkamlegt útlit og vellíðan er ótrúlegur.
FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Sigrún fór 24 ára út í rekstur Gyðja Collection. „Ég var ung og frekar blaut á bak við eyrun. Þó má segja að það hafi gengið nokkuð vel. Svo dundu á nokkur alvarlegri högg. Meðal annars komu upp veikindi hjá mér sem leiddi til þess að ég varð óvinnufær og þurfti að setja heilsuna í forgang.

Ég gerði allt sem ég gat sjálf til að ná upp heilsu á sem náttúrulegastan og öflugastan hátt. Meðal annars kynntist ég líkamsmeðferðum sem við bjóðum upp á í dag hjá The House of Beauty. Í dag er ég þakklát fyrir að vera heilsuhraust og á það meðal annars líkamsmeðferðunum okkar að þakka," segir Sigrún.

„Fyrir þremur og hálfu ári keyptum við maðurinn minn líkamsmeðferðartæki af lítilli stofu, en eigendur voru að selja stofuna. Við þróuðum konseptið og bættum við meðferðartækjum. Til varð líkamsmeðferðarstofan The House of Beauty. Við vildum ekki fara út í hefðbundinn snyrtistofurekstur heldur sérhæfa okkur í áhrifaríkum líkamsmeðferðum. Til er fjöldi flottra snyrtistofa en minna er um það sem við erum að bjóða upp á."

Einstök meðferðarstofa

„Ég lærði ýmislegt af því að eiga mitt eigið merki, bæði hvað á að gera en líka hvað á ekki að gera," segir hún og hlær. „Ég ákvað að einbeita mér að rekstrinum og ráða til mín meðferðaraðila sem sæju um meðferðirnar. Í dag vinnur með mér ómetanlegt starfsfólk sem býr orðið yfir mikilli reynslu og þekkingu. Þær eru átta talsins og erum við að ná ótrúlegum árangri með viðskiptavinum okkar. Ég legg líka mikið upp úr endurmenntun og stöðugri þjálfun. Þannig náum við að vera með puttann á púlsinum í þeirri hröðu þróun sem á sér stað í þessum geira í dag.

Margir glíma við staðbundin vandamál sem ræktin hefur ekki verið að vinna fyllilega á. Okkar sérstaða eru líkamsmeðferðir án inngripa; án þess að leggjast undir hnífinn. Við höfum náð frábærum árangri með ákveðin vandamál eins og svuntu á kvið eftir barnsburð eða þyngdartap, uppbyggingu á rassvöðvum, kviði, upphandleggjum og fleiru."

Okkar hagur að viðskiptavinur sé sáttur

Starfsfólk The House of Beauty hefur hlotið mikla þjálfun svo að viðskiptavinur fái ávallt sambærilega meðferð óháð því hver á stofunni veitir hana. „Fólk er með ýmis sérhæfð vandamál sem það vill vinna í hjá sjálfu sér. Við bjóðum upp á fría mælingu og ráðgjöf án allra skuldbindinga. Við bendum á hvaða meðferðir geti verið áhrifaríkastar og mælum með meðferðarpökkum ef þarf. Meðferðirnar eru áhrifaríkar einar og sér, en saman hafa þær ótrúleg áhrif.

Öllum meðferðarpökkum og kortum má skipta út enda er árangur afar persónubundinn. Það er enda okkar hagur að viðskiptavinur gangi sáttur út af stofunni okkar."

Lipomassage Silklight – sú allra vinsælasta

„Ein af okkar allra vinsælustu meðferðum frá upphafi er án efa Lipomassage, sem er ein öflugasta sogæðameðferð sem þú kemst í. Fyrir utan að hafa gríðarlega öflug áhrif á mótun líkama, búa til það sem við köllum „sokkabuxnaáferð" og vinna á appelsínuhúð, á bjúgsöfnun og á staðbundinni fitu, þá er þetta meðferð sem mjög margir kjósa að koma í til að halda niðri verkjum til dæmis vegna gigtar eða stoðkerfisvandamála. Meðferðin tekur 40 mínútur.

Viðskiptavinurinn klæðir sig í sérstakan galla og er allur

líkaminn nuddaður með meðferðartækinu, frá toppi til táar. Við fáum marga gigtarsjúklinga til okkar vikulega sem ná að halda niðri verkjum með því að koma í þessa meðferð. Sumir geta jafnvel minnkað lyf á móti sem er auðvitað alltaf markmiðið. Lipomassage-meðferðin bætir blóðflæði og dregur úr bólgum og bjúg. Það skemmtilegasta er að sjá þegar fólk nær bata í heilsunni. Eftir að hafa sjálf misst heilsuna og þurft að berjast fyrir henni aftur, þá gerir maður sér grein fyrir hversu verðmæt heilsan okkar er. Það er því eitt af þessu sem ég brenn fyrir í dag, að leggja mitt af mörkum við að aðstoða fólk við að byggja upp heilsu. Lipomassage er þar gríðarlega öflugt enda skipta jákvæðar reynslusögur í dag örugglega hundruðum," segir Sigrún Lilja.

Velashape fyrir stjörnurnar

Velashape-líkamsmeðferðina nota frægustu stjörnurnar í Hollywood. „Meðferðin kemur frá Bandaríkjunum og er þekkt að Victoria's Secret fyrirsæturnar nota tækið til að fullkomna línurnar fyrir sýningar. Einnig nota Kardashian-systurnar meðferðina."

Meðferðin tekur 20 mínútur og mótar og stinnir líkamann á áhrifaríkan hátt. Blanda af infrarauðum geislum, rafbylgjum og svokallaðri ryksugu orsakar djúpa hitun á fitufrumum, vefjum og undirliggjandi kollagen-trefjum. Meðferðin beinist að staðbundinni fitu í líkamanum og örvar elastín- og kollagenframleiðslu húðarinnar. Velashape er öflugt á blöndu af lausri húð og fitu. „Meðferðin er vinsæl hjá konum eftir barnsburð, til að vinna á svuntu og lausri húð eftir þyngdartap. Sama gildir um fitusöfnun á baki og kringum brjóst og ekki má gleyma bingóvöðvanum svokallaða eða þríhöfðanum. Það er mjög vinsælt að koma í Veloshape og fara svo beint í Lipomassage á eftir. Hvor um sig virka mjög vel, en saman gefa þær enn meiri árangur.

LED-húðmeðferðin okkar er einnig mjög öflug ljósmeðferð til að vinna á örum, slitum og vinna á lausri húð."

Totally Laser Lipo

Totally Laser Lipo líkamsmeðferðin er hönnuð til að vinna á staðbundinni fitusöfnun. Sérstakar leiserblöðkur eru notaðar til að opna fitufrumuna, breyta fitunni þar úr föstu í fljótandi form, sem lekur svo út úr frumunni og losast út úr líkamanum með sogæðakerfinu á náttúrulegan hátt. „Við mælum alltaf með að fólk taki brennsluæfingu innan tólf tíma eftir slíka meðferð, til að hjálpa sogæðakerfinu að losa fituna úr líkamanum. Ekki má fara í þessa meðferð oftar en að 72 klukkustundir líði á milli til að gefa líkamanum og lifrinni sem vinnur út fituna nægan tíma á milli. Vinsælt er að fara í Fitform á eftir Totally Laser Lipo. Þar er djúp rafleiðni notuð til að styrkja vöðvana og auka brennslu. Þessar tvær virka dúndurvel saman."

Msculpta PRO

„Nýjasta meðferðin, Msculpta PRO, er öflugasta vöðvauppbyggingarmeðferð sem við höfum komist í tæri við. Stórar rafsegulblöðkur virkja ákveðin vöðvasvæði eins og kvið eða rass og hjálpa líkamanum að byggja upp vöðvann. Tækið getur virkjað vöðvana því sem nemur 50.000 kviðæfingum eða hnébeygjum, eitthvað sem líkaminn gæti aldrei gert sjálfur í einu. Hver tími er hálftími og getur stækkað rassvöðvana og myndað sixpack. Árangurinn er ótrúlegur og frábær viðbót fyrir þá sem ná ekki að styrkja ákveðna vöðvahópa nógu vel í ræktinni.

Algengt er að kviðvöðvarnir gliðni í sundur hjá konum á meðgöngu. Þetta má laga með skurðaðgerð en við sjáum líka gríðarlegan árangur með þessari meðferð. Msculpto PRO kemur einnig sterk inn í bland við aðrar meðferðir hjá okkur," segir Sigrún.

Þinn árangur er okkar markmið

Viðskiptavinir The House of Beauty eru á aldrinum átján og upp úr. „Um 95% kúnna okkar eru konur. Hingað koma þó líka karlar enda eru meðferðirnar ekki síður fyrir þá. Við bjóðum upp á sniðuga sérhannaða makeover-pakka til að vinna á algengum vandamálum, líka fyrir herrana. Við bjóðum svo upp á sérhannaða jólapakka sem fara eingöngu í sölu fyrir jólin. Þeir eru á breiðu verðbili og kallast brons, silfur, gull, platínum og demants. Í ár bætum við fleiri minni og ódýrari pökkum við jólapakkana til að auka úrvalið enn frekar fyrir þá sem vilja gefa gjafapakka frá okkur undir jólatréð. Klassísku makeover-pakkarnir og gjafabréfin okkar eru líka sívinsæl í jólagjafir og koma öll gjafabréfin okkar í fallegum gjafaöskjum." Enginn gildistími er á kortunum, gjafabréfum eða pökkum. „Þess má geta að við erum enn að bóka hjá okkur í meðferðir og meðferðarpakka fyrir jólin."

Mikil ánægja með árangur

„Algeng tímalengd á meðferðarpökkum er um 4-8 vikur. Á þeim tíma sér fólk almennt flottan árangur. Í upphafi fyllir viðskiptavinur út nákvæma heilsufarsskýrslu, en ýmislegt sem tengist heilsufari getur haft áhrif á árangur. Við viljum að fólk fari af stað með réttar væntingar og leiðbeinum fólki í samræmi við núverandi heilsufar.

Við hvetjum alltaf viðskiptavini til þess að fá mælingu og fá teknar fyrir-myndir. Markmið okkar er ekki endilega að missa ákveðinn fjölda kílóa, þó að það sé oft fylgifiskur. Stefnan er að árangurinn sjáist á mælingum og með berum augum. Því er samanburðinn á fyrir- og eftir-myndunum mikilvægur.

Meðferðirnar henta ekki þeim sem eru ekki tilbúnir til að leggja sitt af mörkum og axla ábyrgð á eigin árangri. Árangur byggist á samstarfi meðferða, meðferðaraðila og viðskiptavinar. Við gerum ekki kröfu um sérstakt mataræði eða æfingar en hvetjum fólk alltaf til að stunda heilbrigt líferni. Heilbrigður lífsstíll hefur alltaf góð áhrif og mun alltaf hjálpa til við að ná hámarksárangri með meðferðunum."

Tilboðssprengjur og afslættir fram mánudag

Svartur föstudagur er genginn í garð og hvetur Sigrún áhugasama að kíkja á vefsíðu The House of Beauty: thehouseofbeauty.is. „Bestu og stærstu tilboð ársins frá upphafi hafa verið yfir Black Friday- og Cyber Monday-helgina. Sama verður uppi á teningnum í ár.

Tilboðin hófust á miðnætti í gær og gilda fram á miðnætti á mánudag. Þá er hægt að gera fáránlega góð kaup hjá okkur. Allar meðferðir eru á minnst 30% afslætti. Einnig eru sérvaldar meðferðir og pakkar á enn meiri afslætti. Við vörpum auk þess risa tilboðssprengjum á ákveðna pakka yfir tímabilið sem fara á 50% afslátt. Tilboðin eru bæði í boði á netinu en líka er hægt að versla á staðnum. Þá er um að gera að bóka sig í fría mælingu og ráðgjöf og gera bestu kaup ársins hjá okkur." ■

Upplýsingar um meðferðir og jólamakeover pakkana er að finna á vefsíðunni thehouseofbeauty.is. Þar má einnig bóka sig í fría mælingu og ráðgjöf.



Sigrún Lilja segir það ótrúlega gefandi að sjá viðskiptavini ná markmiðum sínum loksins með hjálp líkamsmeðferða The House of Beauty. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Árangurinn hjá Súsönnu er greinilegur eftir Lipomassage Silklight meðferðina. En mikilvægast er að henni líður einfaldlega mun betur í skrokknum. MYND/AÐSEND

Árangur viðskiptavina þykir mikill og vekur eftirtekt

Ein af árangurssögum The House of Beauty er frá Súsönnu Ósk. „Súsanna byrjaði hjá okkur í meðferðum í september 2020. Hún vildi bæta heilsuna og minnka daglega verki. Síðan þá hefur hún misst heila 91 sentimetra. Þá hefur hún endurheimt heilsuna sem er auðvitað það mikilvægasta í hennar ferðalagi," segir Sigrún.

„Ég mætti sárþjáð í The House of Beauty, gekk nánast með göngugrind og gat varla hreyft mig. Eina sem læknar gátu gert voru að gefa mér sterasprautur og sjúkraþjálfarar höfðu gefist upp á mér. Ég byrjaði í Lipomassage Silkligth í september síðastliðnum og meðferðin hefur gert kraftaverk á mér. Ég er farin að geta hreyft mig, ganga upp tröppur, get beygt mig sem ég gat ekki áður og það hefur fokið af mér 91 sentimetri. Geðheilsan er líka orðin miklu betri. Það er líka svo æðislegt að vera hjá ykkur, alltaf tekið á móti manni með bros á vör. Ég er bara eins og ný manneskja frá því ég byrjaði að mæta. Ég vissi hreinlega ekki að annað eins væri til og ég get ekki mælt meira með," segir Súsanna.



Í Covid var unnið að því aðtaka yfir húsnæðið við hliðina á Nýbýlaveginum og er stofan nú orðin þrefalt stærri en hún var í upphafi.



Þessi glæsilega brúður kom til okkar sem módel í Brúðar makeover pakkann. Hún byrjaði 14. febrúar (fyrir-mynd) og kláraði 1. maí (eftir-mynd). Það eru ekki nema 2,5 mánuðir á milli mynda. MYND/AÐSEND

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.

FRÉTTABLAÐIÐ

Svartur föstudagur

KYNNINGARBLAÐ

FÖSTUDAGUR 26. nóvember 2021

Afsláttarbombur á Svörtum fössara í ELKO

Svartur fössari er stærsta afsláttarvika ársins hjá ELKO. Mánudagurinn á eftir er svo Stafrænn mánudagur sem segja má að sé lokapunkturinn á þessum stóru afsláttardögum rétt fyrir jól. **2**



Sófús Árni Hafsteinsson, þjónustustjóri ELKO, segir viðskiptavini gjarnan nýta tilboðin á Svörtum fössara til að kaupa jólagjafir enda er skilaréttur fram til 31. janúar á næsta ári. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Tilboðin á Svörtum fössara hjá ELKO gilda fram á Stafrænan mánudag eða á meðan birgðir endast. **FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI**

„Á hverjum degi alla vikuna höfum við hlaðið í ný tilboð og stærstu afsláttarsprengjurnar springa svo á sjálfum Svörtum fössara, sem er einmitt í dag. Þá erum við að bæta við tilboðum en önnur tilboð sem komu inn aðra daga vikunnar gilda ennþá svo lengi sem takmarkaða magnið er ennþá til. Öll tilboðin munu gilda út helgina, ef magnið leyfir. Svo kemur Stafræni mánudagurinn eftir helgina eins og rúsínan í pylsuendanum," segir Sófús Árni Hafsteinsson, þjónustustjóri ELKO.

„Það eru mjög margir sem nýta sér þessi tilboð og eru þá bara dálítið snemma í því að kaupa jólagjafirnar. Ég held að það skipti máli fyrir okkar viðskiptavini að geta með góðri samvisku gefið jólagjafir sem eru keyptar á Svörtum fössara og Stafrænum mánudegi því að í ELKO erum við með jólaskilamiða sem gildir út janúar á næsta ári. Í langflestum tilfellum geta þau sem fá jólagjöf úr ELKO jafnvel prófað gjöfina og séð hvort þeim líkar hún og skilað henni síðan ef hún hentar ekki og fengið inneign eða jafnvel endurgreitt."

Á Svörtum fössara og öðrum tilboðsdögum dettur inn aragrúi tilboða og er því stundum um að ræða takmarkað magn á mestu sprengjutilboðunum. „Við mælum eindregið með því að fólk skrái sig á póstlistann okkar á elko.is. Þau sem eru á listanum fá sendar upplýsingar um það hvaða vörur eru að fara á tilboð. Þau fá til dæmis dagstilboðin send, fá að vita um föstudagstilboðin fyrst allra og það sama gildir um tilboðin á Stafrænum mánudegi," segir Sófús Árni.

Geta aftur tekið á móti viðskiptavinum í búðunum

En eru þá Svartur fössari og Stafrænn mánudagur í raun einn stór tilboðsviðburður?

„Nei, þetta rennur aðeins saman en er þó vel afmarkað. Við keyrum tilboðin á Svörtum fössara í öllum verslunum okkar sem og í vefverslun en Stafrænn mánudagur er eingöngu í vefverslun. Viðskiptavinir okkar verða því að panta á ELKO.is á mánudeginum til að nýta tilboðin. Í fyrra var þetta raunar með öðru sniði. Þá keyrðum við Svartan fössara eingöngu í gegnum vefverslunina vegna þess að þá var tíu manna samkomubann. Þetta gerðum við til að koma í veg fyrir að fólk færi að hópast saman í biðröð fyrir utan verslanirnar okkar. Við erum búin að vera mjög spennt að geta tekið aftur á móti viðskiptavinum okkar í þessari tilboðsviku en þössum að sjálfsögðu vel upp á allar sóttvarnir og förum eftir reglum um leyfilegan fjölda viðskiptavina í verslunum en eins og staðan er núna munum við ekki þurfa að takmarka aðgang viðskiptavina að verslunum okkar."



Það er hægt að gera ótrúlega góð kaup í ELKO á tilboðsdögum sem nú standa yfir.

Engar raðir í vefversluninni

Sófús Árni greinir frá því að í ár verður Svartur fössari í fyrsta sinn í ELKO á Akureyri. „Við opnuðum verslunina þar í desember í fyrra, eða eftir tilboðsvikuna. Akureyringar eru því að fá Svarta fössarann hjá okkur í fyrsta skipti í ár í sinni eigin verslun fyrir norðan. Verslunin á Akureyri er eina ELKO verslunin á landsbyggðinni en við leggjum mikla áherslu á vefverslunina til að þjóna viðskiptavinum á landsbyggðinni.

Í dag þarf fólk ekkert að fara í verslun frekar en það vill vegna þess að í vefversluninni er hægt að kaupa öll tilboð sem eru í gangi og velja úr mörgum afhendingarmöguleikum. Ég get til dæmis nefnt að hér á höfuðborgarsvæðinu erum við með 65 afhendingarstaði fyrir smávöru og 70 á landsbyggðinni, til dæmis á N1-stöðvum, og því til viðbótar bjóðum við upp á heimsendingu. Við bjóðum þannig viðskiptavinum okkar upp á mjög mikinn sveigjanleika til að mæta þeirra þörfum. Á elko.is eru engar raðir og við komum vörunni til viðskiptavina eins fljótt og mögulegt er eða í síðasta lagi einum til tveimur dögum eftir að pantað er. Því til viðbótar erum við með þjónustusnillinga tilbúna á vaktinni í þjónustuverinu okkar sem geta aðstoðað og svarað spurningum frá morgni til kvölds. Hvort sem það er í gegnum Facebook, netspjall, síma eða tölvupóst."

Fyrsti Svarti fössarinn hjá ELKO var 2017 sem mun hafa verið fyrsta árið sem Svartur fössari varð að nokkuð stórum viðburði hér á landi. Síðan hefur Svarti fössarinn vaxið stöðugt og er þetta orðið að risastórum viðburði um allt land, að sögn Sófúsar.

Nokkuð bar á því í byrjun að talað væri um Black Friday en nú virðist íslenskan hafa orðið ofan á. „Já, við komum nokkuð snemma með Svartan fössara inn í þetta og viljum frekar nota íslenskuna. Katrín Jakobsdóttir notaði tækifærið á Degi íslenskrar tungu og hvatti fólk til að nota frekar Svartan fössara en Black Friday og við tökum algerlega undir með henni. Og þetta á ekki bara við um Svartan fössara. Við reynum að nota íslensku heitin yfir alla þessa daga, hvort sem það er Dagur einhleypra, Svartur fössari eða Stafrænn mánudagur," segir Sófús Árni.

En hver er munurinn á tilboðum sem eru á Degi einhleypra, Svörtum fössara og Stafrænum mánudegi?

Sófús Árni segir Dag einhleypra snúast nær eingöngu um smávöru. „Á Svörtum fössara eru þetta allir víruflokkar, mikil áhersla á verslanirnar í heild sinni og valdar vörur innan víruflokka. Stafrænn mánudagur er svo langstærsti dagur ársins í vefversluninni en þá erum við með afsláttartilboð á mjög mörgum víruflokkum."

Og jólagjöfin í ár er ...

En hvaða vörur eru vinsælastar? Hver er jólagjöfin í ár?

„Það er mjög mismunandi milli ára hvaða vörur eru vinsælastar. Á Svörtum fössara eru stór heimilistæki á borð við ísskápa og þvottavélar mjög vinsælar vörur. Sama má segja um sjónvarpstæki. Þau eru alltaf vinsæl. Svo er það með jólagjafirnar. Mér sýnist Airfryer, eða loftsteikingarpottar, ætla að verða feikilega vinsælir í ár. Svo erum við að sjá mikla eftirspurn eftir heyrnartólum, nuddbyssum og öðrum heilsuvörum, hátölurum, snjallúrum, hlaupahjólum, hvers kyns tölvuleikjavarningi og ýmiss konar smáum raftækjum fyrir eldhúsið. Samt er óhætt að segja að maður rennir alltaf dálítið blint í sjóinn með vinsældir. Maður sér það alveg á Svörtum fössara að fólk er mikið að kaupa jólagjafir en það er einnig oft að gera góð kaup á stærri raftækjum fyrir heimilið."

„Þjónustuver ELKO er almennt opið frá morgni til kvölds eða 9-21 virka daga og 12-21 um helgar og geta viðskiptavinir stólað á góða þjónustu hvort sem þeir eru í verslun eða vefverslun þar sem við leggjum okkur fram við að aðstoða viðskiptavini við að velja réttu jólagjafirnar," segir Sófús að lokum.

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

BLACK FRIDAY

20%
AFSLÁTTUR

26.11

Kultur menn

galleri sautján

NTC.is

eva

KARAKTER KONUR

gs skór

Kultur

GK REYKJAVÍK

SMASH URBAN

COMPANYS

Óvænt reyfarakaup og jólagleði í Washington DC



Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg
@frettabladid.is

Guðrún Hauksdóttir, tölvunarfræðingur í Lundúnum, er nú stödd mitt í hringiðu Black Friday-æðisins í Bandaríkjunum.

„Við fórum reyndar ekki gagngert vestur um haf til að gera góð kaup á Black Friday heldur erum við óvænt tveimur vikum seinna á ferð en ráðgert var, því ein úr genginu fékk Covid. Því erum við nú lentar í miðri Black Friday-vikunni vestra og sjálfur Black Friday er handan við hornið með öllum sínum óviðjafnanlegu tilboðum," segir Guðrún Hauksdóttir, tölvunarfræðingur hjá fjárfestingarbankanum Goldman Sachs í Lundúnum.

Guðrún er stödd í höfuðborg Bandaríkjanna, Washington DC, ásamt móður sinni, systur og vinkonu, í heimsókn hjá kærri æskuvinkonu þeirra, Agnesi Jóhannesdóttur, sem stundar doktorsnám í tölvunarfræði við Háskólann í Maryland.

„Þetta er svolítið einsleitt hjá okkur stelpunum," segir Guðrún og hlær. „Við höfum verið vinkonur síðan við vorum pínulitlar í Snælandsskóla og erum nú allar tölvunarfræðingar, því Elín Rós systir var að klára meistaranám í tölvunarfræði frá Cambridge-háskóla og er nú að leita sér vinnu í Lundúnum", segir Guðrún sem býr þar í Dulwich-hverfinu.

Búnar að afgreiða jólagjafirnar

Heima hjá Agnesi í DC er ekki þverfótað fyrir pökkum, pinklum og pokum úr innkaupaferðum vikunnar.

„Jú, fólk er farið að hafa áhyggjur af töskuplássi í hópnum og búið að versla mun meira en nauðsynlegt er. Það stefnir klárlega í yfirvigt því við erum á góðri leið með að afgreiða jólagjafirnar. Það er líka voða gott upp á það að koma heim í aðventuna og geta notið töfra hennar stresslaust og tilbúin í jólin," segir Guðrún kát.

Hún segir Washington DC yndislega borg heim að sækja, en sjálf bjó hún þar fyrir sjö árum.

„DC er skemmtileg verslunarborg. Aðalverslunargatan er M Street, afar kósí og snyrtileg með flottar verslanir af öllu tagi. Þá eru kringlurnar æðislegar. Þær standa reyndar aðeins fyrir utan miðborgina en auðvelt að taka þangað lest ef maður vill leggja smá á sig. Allar borgir í Bandaríkjunum eru ólíkar með sinn sjarma og sérkenni, en hér ríkir ekki sama brjálæðið og í New York þar sem ég þekki líka vel til. Ég myndi því

> **Við erum kannski ekki alveg til í mestu geðveikina sem maður hefur séð á netinu. Fólk er þegar farið að hafa áhyggjur af töskuplássi í hópnum og það stefnir klárlega í yfirvigt.**



Kátar eftir skemmtilega verslunarferð í Washington. Frá vinstri: Laufey Rut Guðmundsdóttir, Guðrún Hauksdóttir, Kristín Jónasdóttir og Elín Rós Hauksdóttir
MYND/AGNES JÓHANNESDÓTTIR



Barack Obama með dætrum sínum á Small Business Saturday; mótvægi kaupmanna í Washington til hvatningar að versla í minni sniðum í stað Black Friday og Cyber Monday.
FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

alltaf velja frekar að fara hingað í verslunarferð, því Washington hefur upp á svo margt fleira að bjóða. Hér er ekki bara rólegt og notalegt andrúmsloft heldur líka lægri byggingar og minni traffík, mikil menning og saga, spennandi söfn, Hvíta húsið og forsetinn á næsta leiti, sem er skemmtilegt, og allt svo hreint og snyrtilegt."

Fólk varast að snertast

Guðrún og föruneyti hennar í Washington hafa gert reyfarakaup á tilboðum Black Friday.

„Við erum til dæmis búnar að fara í Banana Republic, Nike, Under Armour og Express þar sem eru æðislegir jólakjólar. Við fórum líka í Ralph Lauren og gerðum þar bestu kaupin, en það var lán í óláni hjá versluninni. Ég var komin á kassann með Ralph Lauren-stuttermaboli sem áttu að vera á 25 prósenta afslætti en vegna villu í afgreiðslukassanum datt ég inn á 75 prósenta afslátt. Afgreiðslumaðurinn var í basli þar sem verðið kom ekki rétt inn, því kassinn vildi fyrst gefa 50 prósenta afslátt og í ofanálag umrædd 25 prósent, en úr því svona háttaði var ekki annað í stöðunni en að selja mér bolina með þessum mikla afslætti. Við keyptum því boli sem áttu að kosta 68 dollara á 18 dali, sem eru án efa langbestu Black Friday-kaupin til þessa," segir Guðrún sátt og hress með búðarápið.

Stemningin sé líka afslappaðri en þær reiknuðu með í þessari mestu verslunarviku ársins vestra.

„Í sjónvarpinu hefur maður séð fólk hlaupa og ryðjast inn í búðir á Black Friday, en við höfum ekki orðið varar við neitt slíkt enn. Við höfum þó lent í löngum röðum snemma morguns og allt að hálftíma langri bið á kassa. Hvort sem það skrifast svo á Covid eða annað er enginn æsingur í fólki né troðningur. Allir virðast forðast að snertast og það er örugglega enginn að fara að olnboga mann núna," segir Guðrún og skellir upp úr.

„Hér ríkir bara skemmtilegt jólastemning, gleði og tilhlökkun og allir voða næs. Spurning hvernig sjálfur svarti föstudagurinn verður, en kannski tökum við því rólegar þá. Við erum ekki alveg til í mestu geðveikina sem maður hefur séð á netinu og erum líka orðnar frekar ánægðar með það sem við höfum keypt nú þegar."

Félagsskapurinn dýrmætastur

Gengið hennar Guðrúnar hefur áður farið saman í borgar- og verslunarferðir.

„Eftir þessa búbót verður þetta árlegt," segir hún í glensi. „Það er auðvitað skemmtilegur bónus að hafa lent hér úti í þessari viku og redda bæði flottum jólafötum og jólagjöfum á þessum stóru afsláttum. Hvarvetna eru góðir dílar. Á Black Friday ná þeir svo hæstu hæðum og fara upp í 60 til 70 prósent. Allt að 600 dollara afsláttur gefinn af tölvum og símum, og þótt Apple gefi ekki mikinn afslátt af sínum vinsælustu vörum fylgir hverri seldri tölvu gjafakort upp á 200 dali, sem þá er hægt að nota aukalega eða gefa áfram."

Guðrún segir Black Friday jafnframt vera í vexti á Bretlandseyjum.

„Í vikunni hefur rignt yfir mig tölvupóstum með Black Friday-tilboðum frá Selfridges, merkjaverslunum og stóru kringlunum þar í landi, en ef maður fer ofan í saumana á því að versla í Bandaríkjunum eða heima á Englandi þá er breska gengið hærra en dollarinn þessa dagana og því getum við gert enn glæsilegri kostakaup hér í Washington en ella," segir Guðrún um budduvæna ferð sem svo óvænt varð.

„Við erum sérstaklega ánægðar með bandaríska verslunarhætti. Hér er ekkert mál að skila og allar búðir endurgreiða strax inn á kortið. Engar innleggsnótur eða krafa um að skipta í annað. Fólk er kurteist og vingjarnlegt á manninn, og þjónustan stimamjúk. Þá eru Bandaríkjamenn hægari en Íslendingar sem eru alltaf á sprettinum og tempóið því afslappaðra. Það er sum sé meira stress í Bónus en á Black Friday hér í Bandaríkjunum," segir Guðrún og hlær hin hressasta.

„Við erum allar yfir okkur ánægðar með góð kaup og félagsskapurinn er auðvitað skemmtilegur og dýrmætur." ■



BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

SVARTUR FÖSTU-DAGUR

26.-28. nóvember

20% Allar jólavörur • **20%** Lemax jólaþorp
25% Innimálning • **25%** RYOBI rafmagnsverkfæri
25% BOSCH rafmagnsverkfæri • **25%** Regn- og kuldafatnaður • **25%** Áltröppur • **25%** Mottur & dreglar • **25%** Handlaugartæki • **25%** Hitastýrð blöndunartæki • **30%** Leikföng, spil & púsl
30% Búsáhöld *(bökunarvörur, eldhúsáhöld, borðbúnaður, pottar, pönnur og form)*

Skannaðu kóðann og skoðaðu tilboðin á byko.is

Stafræna byltingin er risastökk fram á við

Það var á árunum 2016 og 2017 sem verslun hérlendis tók Black Friday upp á sína arma. Síðan þá hefur ekki verið litið til baka, að sögn Andrésar Magnússonar, framkvæmdastjóra Samtaka verslunar og þjónustu.

starrifreyr@frettabladid.is



Black Friday nýtur mikilla vinsælda víða um heim. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Andrés Magnússon, framkvæmdastjóri Samtaka verslunar og þjónustu (SVÞ), man tímana tvenna í íslenskri verslun og hefur fylgst vel með þeim miklu breytingum sem hafa átt sér stað í umhverfi hennar hérlendis undanfarna áratugi. Hann tók við embætti framkvæmdastjóra SVÞ árið 2008 en hafði áður gegnt stöðu framkvæmdastjóra Félags íslenskra stórkaupmanna um nokkurt skeið.

Black Friday, og um leið stórir verslunardagar á borð við Cyber Monday og Singles' Day, eru meðal þeirra stóru nýjunga sem hann hefur orðið vitni að. „Eins og allir hafa tekið eftir hefur orðið gífurleg breyting á á öllu umhverfi í verslun á undanförnum árum, ekki síst nú allra síðustu árin. Sú breyting sem orðið hefur samhliða hinni stafrænu byltingu sem er að verða í verslun eins og öðrum atvinnugreinum er risastökk og heimsfaraldurinn hefur flýtt þeirri þróun gífurlega. Breytingar sem áður var búist við að gengju í gegn á fimm árum, ganga nú í gegn á einu til tveimur árum. Sjálfsafgreiðsla í verslunum og öll öppin sem eru í boði eru skýrasta dæmið um þetta. Þróun í þessa átt mun tvímælalaust verða enn hraðari á komandi árum."

Ekki litið til baka

Þótt Black Friday hafi fyrir löngu fest sig í sessi Bandaríkjunum eru fáein ár síðan Íslendingar tóku upp þennan sið, ásamt Cyber Monday og Singles' Day. „Það er ekki fyrr en 2016 og 2017 sem verslun hérlendis tekur Black Friday upp á sína arma ef svo má að orði komast og síðan hefur ekki verið litið til baka. Singles' Day og Cyber Monday komu aðeins seinna. Nú eru þessir dagar allir orðnir einir allra stærstu dagar í verslun hér á landi og í fyrra var algert met slegið hvað þetta varðar. Þá fór saman verulegar samkomutakmarkanir og þessir stóru dagar með sínum freistandi tilboðum. Enda fór það svo að 17 prósent af allri veltu í smásölu í nóvember 2020 voru í formi netverslunar, sem er hærra hlutfall en nokkurn tíma hefur sést hér á landi."

Jólaverslun yfir lengra tímabil

Black Friday og aðrir fyrrnefndir dagar hafa eðlilega haft mikil áhrif á hegðun neytenda og þar með verslun innanlands, segir Andrés. „Þessir stóru verslunardagar hafa haft meðal annars þau áhrif að hin hefðbundna jólaverslun dreifist yfir lengra tímabil, þar sem stór hluti af innkaupum fólks fyrir jólin fer fram á þessum dögum. Þá er ég eindregið þeirrar skoðunar að hin hagstæðu innkaup sem fólk getur gert á þessum dögum hafi stórlega dregið úr áhuga á verslunarferðum til útlanda."

> **Eins og allir hafa tekið eftir hefur orðið gífurleg breyting á öllu umhverfi í verslun á undanförnum árum, ekki síst nú allra síðustu árin.**



Andrés Magnússon, framkvæmdastjóri Samtaka verslunar og þjónustu

Að sama skapi eru þessir stóru verslunardagar orðnir fyrirferðarmiklir í nágrannalöndunum og því alls ekki um eitthvert sérislenskt brjálæði að ræða. „Allir þessir dagar eru mjög stórir í nágrannalöndum okkar og leggja verslanir og fyrirtæki almennt mikið upp úr þeim eins og hér á landi."

En ætlar Andrés sjálfur að nýta sér spennandi tilboð næstu daga? „Ég heyri ekki betur en að það séu allir í fjölskyldunni mjög gíraðir fyrir þessa stóru daga. Þannig að það er aldrei að vita hvað ég geri." ■


Náttsloppar: Verð: 13.300 kr.- **TILBOÐ: 10.640 kr.-**

BLACK FRIDAY TILBOÐ
20%
afsláttur!
Ný náttföt, náttkjólar og sloppar frá **LINGADORE** beint á **BLACK FRIDAY TILBOÐ.**


Náttserkur: verð: 10.800 kr.- **TILBOÐ 8.640 kr.-**



Náttföt: Verð: 13.800 kr.- **TILBOÐ: 11.040 kr.-**



Náttkjólar: verð: 10.400 kr.- **TILBOÐ 8.320 kr.-**

20% afsláttur frá föstudegi og út mánudag í verslun og vefverslun **með kóðanum: kósý**

Selena undirfataverslun, Bláu húsunum við Faxafen, sími: 553 7355. - Vefverslun Selena.is

Selena

TRI

CUBE

castelli

TRI VERSLUN
TRI VERKSTÆÐI
TRI VEFVERSLUN



Black Friday

WWW.TRI.IS

ParkTool

STAGES



TRI VERSLUN
Suðurlandsbraut 32, 108 Reykjavík
Sími: 571-8111 Netfang: info@tri.is

Framúrskarandi fyrirtæki 2021

2021 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

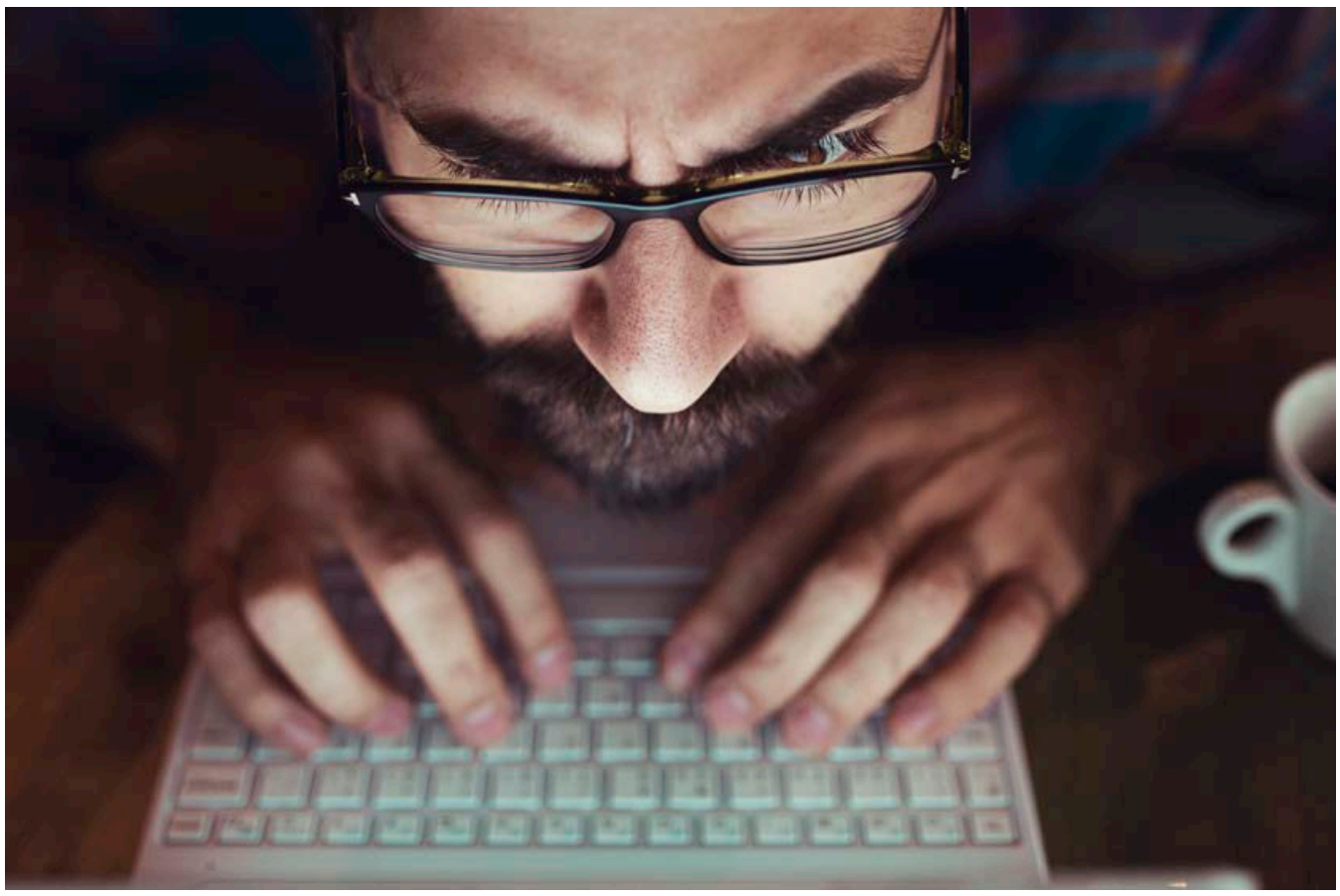
Alla virka daga kl. 10:00 til 18:00
Laugardaga kl. 11:00 til 15:00

Varist svindl í kringum Black Friday



Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr
@frettabladid.is

Netöryggissérfræðingar hafa varað við því að svindlarar reyni í síauknum mæli að nýta Black Friday til að svindla á neytendum. Það hefur orðið gríðarleg aukning á þess háttar svindli og aðferðafræðin breytist hratt.



Fleiri en eitt netöryggisfyrirtæki hefur sent út viðvörun vegna þess að ýmsum gerðum af svindli í tengslum við Black Friday hefur fjölgað hratt að undanförnu. Svindlararnir beina sjónum sínum að hinni hratt stækkandi netverslun og hafa fundið upp á nýjum ráðum til að fá fólk til að falla í gildrur sínar.

Vilja fá fólk til að hringja í sig

Samkvæmt skýrslu frá tölvupóstsöryggisfyrirtækinu Inky eru svindlarar næstum hættir að setja hættulega hlekki og viðhengi við tölvupóstana sína því öryggiskerfi eru orðin svo góð í að stoppa slíka pósta. Í staðinn eru þeir farnir að senda pósta þar sem þeir þykjast vera stórar netverslanir eða greiðsluforrit. Íslendingar kannast líklega margir við svipað svindl, en hér hafa svindlarar sent pósta sem er reynt að láta líta út fyrir að vera frá Póstinum.

Inky segir að þessir tölvupóstar líkist pöntunarstaðfestingu frá netverslun og séu skaðlausir þegar þeir eru opnaðir en þeir innihaldi símanúmer sem fólki er ráðlagt að hringja í ef það telur að því hafi verið send staðfestingin fyrir mistök. Svindlararnir vonast til þess að fólk sem fær póst um að það hafi keypt vörur sem það kannast ekkert við lítist illa á og gruni jafnvel að einhver hafi verið að kaupa vörur í þeirra nafni og flýti sér því að hafa samband. Ef fólk gerir það svarar svindlari sem reynir að fá það til að gefa upp greiðslukortaupplýsingar og aðrar viðkvæmar upplýsingar.

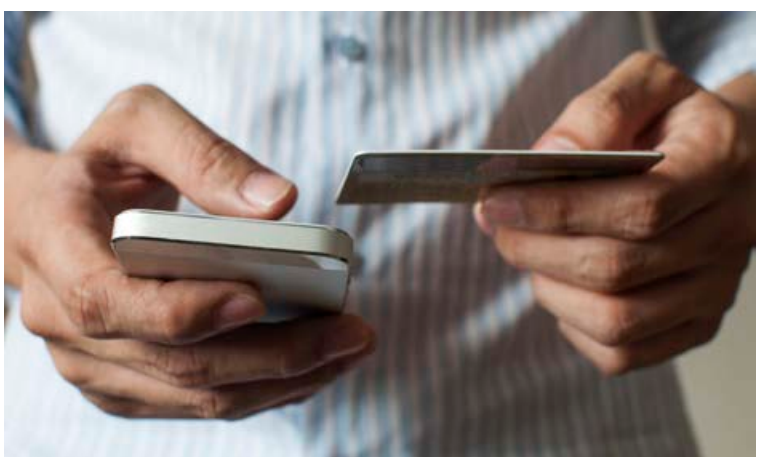
Inky segist hafa séð gríðarlega aukningu á svona póstum á síðustu mánuðum og að fjöldinn hafi aukist eftir því sem Black Friday og Cyber Monday færast nær. Til að forðast að verða fyrir svona svindli mælir Inky með því að skoða netfangið og textann í póstinum vandlega, ef fólk fær tölvupóst af þessu tagi, til að reyna að átta sig á hvort hann sé raunverulegur. Það er líka sniðugt að fara á síðu netverslunarinnar í tölvunni og athuga hvort pantanirnar sjáist þar.

Það borgar sig að fara varlega í netverslun og treysta ekki óvæntum skilaboðum í blindni, því þau gætu verið frá aðilum sem sigla undir fölsku flaggi.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Svindlarar reyna ýmis ráð til að veiða fólk í gildrur sínar. Þeir falsa meðal annars tölvupósta, smáskilaboð og vefsíður til að reyna að gabba fólk.



Svindlarar hafa sent skilaboð sem eru látin líta út fyrir að vera frá vinsælum netverslunum til að plata fólk til að senda þeim viðkvæmar upplýsingar.

Mikið af fölsuðum síðum

Annað netöryggisfyrirtæki, Kaspersky, hefur varað við því að það sé mikið af fölsuðum síðum sem taka við greiðslum yfir netið og fjöldi þeirra hafi meira en tvöfaldast milli september og október á þessu ári. Oftast reyna þessar síður að líkja eftir vefjum vinsælla vefverslana eins og Amazon, eBay eða Alibaba. Kaspersky segir að Black Friday leiki lykilhlutverk í þessari skyndilegu aukningu á svona svindli og að það hafi orðið mikil aukning í fjöldapóstum sem innihalda orðin „Black Friday“ síðustu vikur.

Það er ýmislegt sem Kaspersky mælir með að fólki geri til að tryggja öryggi sitt þegar það verslar á netinu. Eitt gott ráð er að opna aldrei viðhengi eða hlekki í tölvupóstum frá bönkum, greiðsluforritum eða netverslunum, sérstaklega ef sendandinn leggur mikla áherslu á að það sé gert.

Neytendur ættu líka alltaf að skoða vel slóðina og athuga hvort nöfn fyrirtækjanna séu örugglega skrifuð hárrétt, auk þess sem þeir ættu alltaf að skoða umsagnir um vefverslanir og tryggja að þær séu öruggar áður en viðkvæmar upplýsingar eru slegnar þar inn.

> **Fólk er almennt farið að læra að opna ekki viðhengi og hlekki í tölvupóstum frá ókunnugum en margir eru ekki jafn varir um sig þegar kemur að smáskilaboðum.**

Svindl SMS eru vinsæl ný aðferð

Fjöldi sviksamlegra smáskilaboða hefur næstum tvöfaldast frá því í fyrra því að svindlarar leggja svo mikinn kraft í að reyna að svindla á þeim sem ætla að versla á Black Friday og Cyber Monday. Samkvæmt netöryggisfyrirtækinu Proofpoint eru meira en tvenn af hverjum þrennum smáskilaboðum sem eru send um allan heim á einhvern hátt tengd pöntunum eða vörumerkjum. Þar sem neytendur hafa vanist því að eiga samskipti við fyrirtæki í gegnum textaskilaboð hafa svindlarar verið að senda skilaboð þar sem þeir þykjast vera vinsælar verslanir eða póstburðarfyrirtæki og plata fólk til að senda þeim viðkvæmar upplýsingar eða smella á hlekki inn á síður sem eru hannaðar til að stela slíkum upplýsingum.

Fólk er almennt farið að læra að opna ekki viðhengi og hlekki í tölvupóstum frá ókunnugum en margir eru ekki jafn varir um sig þegar kemur að smáskilaboðum. Samkvæmt Proofpoint eru 98% smáskilaboða opnuð og 90% viðtakenda opna þau innan þriggja mínútna. Það er líka átta sinnum algengara að fólk smelli á hlekki í smáskilaboðum en tölvupóstum.

Til að forðast að falla fyrir svona svikum bendir Proofpoint fólki á að fara varlega ef óvænt skilaboð, tilkynningar um sendingar eða tilboð berast. Það ætti líka að fara varlega í að dreifa númerinu sínu og varast að opna hlekki í smáskilaboðum beint. Það er betra að afrita þá og opna þá í vafra í tölvu, þar sem almennt eru betri varnarkerfi til staðar. Það þarf líka að fara mjög varlega í að hlaða niður nýjum hugbúnaði fyrir snjallsíma og ganga úr skugga um að hann sé alltaf frá traustum aðila. ■

SVARTUR FÖSTUDAGUR
Í HEILA VIKU!
Spennandi tilboð í verslun Iðnvéla 22.-28. nóvember 2021



STAFRÆNN MÁNUDAGUR
TILBOÐ Í VEFVERSLUN IÐNVÉLA
29. NÓVEMBER 2021

IÐNVÉLAR

Iðnvélar ehf | Smiðjuvegi 44-46 | 200 Kópavogur | s: 414-2700 | sala@idnvelar.is | www.idnvelar.is

BLACK FRIDAY HELGI í CURVY

20-50% afsláttur

Dagana 26-29 nóvember

Þú getur skoðað úrvalið og pantað í netverslun www.curvy.is

Opið í verslun Curvy við Grensásveg alla virka daga frá kl. 11-18 og laugardaga frá kl. 11-16



























Curvy

Fellsmúli 26 v/Grensásveg * 108 RVK * Sími 581-1552 * www.curvy.is



AUTHORIZED RETAIL
STORE REYKJAVÍK

VIÐURKENNDUR SÖLUAÐILI
DJI Reykjavik er eini viðurkenndi sölu- og dreifingaraðili DJI vara á Íslandi.
Við bjóðum DJI vörur á svipuðu verði og erlendis.

UM DJI
DJI er stærsti drónaframleiðandi heimsins í dag með um 70% markaðshlutdeild.
DJI er þekkt fyrir gæði og góða þjónustu.

KÍKTU VIÐ
Við þekkjum DJI vörur eins og handarbökin á okkur. Kíktu í heimsókn
til okkar ef þig vantar aðstoð eða ráðgjöf.

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR



SJÁÐU ÖLL TILBOÐIN Á HEIMASÍÐU OKKAR

djireykjavik.is

TILBOÐIN GILDA TIL MIÐNÆTTIS 29. NÓVEMBER

dji | REYKJAVÍK

AUTHORIZED RETAIL STORE

Lækjargata 2a, 101 Reykjavík djireykjavik.is sími 519 4747

Engir afslættir en gefa fötin

Norskur kjólarisi hefur ákveðið að sleppa öllum Black Friday-tilboðum en gefur þess í stað nokkur hundruð flíkur til Fretex, deildar innan norska Hjálpræðishersins sem rekur verslanir með notuð föt.

elin@frettabladid.is



Norskur kjólarisi gefur fatnað til Hjálpræðishersins í stað þess að veita Black Friday-tilboð. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Norska fatamerkið byTimo er mjög vel þekkt í heimalandinu. Í Noregi eins og í öðrum löndum er Black Friday farinn að festa sig í sessi sem risastór söludagur. Talið er að Norðmenn muni eyða sem svarar 16,5 milljörðum norskra króna í verslunum meðan á tilboðstímanum stendur, að því er greint er frá á e24, viðskiptasíðum norska miðilsins VG.

ByTimo var stofnað árið 2004 af Tine Mollatt. Fyrirtækið er með verslanir í Noregi, London og í Bandaríkjunum. Fatnaður ByTimo er seldur í meira en 200 verslunum víða um heim.

ByTimo hefur ákveðið að taka ekki þátt í Black Friday að þessu sinni heldur gefa föt sem annars hefðu farið á útsölu til Fretex. „Við höfum getað valið að vera með tilboðsdag en viljum frekar stuðla að einhverju jákvæðu sem felst í því að gefa þeim sem á þurfa að halda," segir markaðsstjóri ByTimo, Elisa Mollatti, í samtali við e24.

Textílfræðingurinn Ingun Grimstad Klepp er ekki hrifin af þessu framtaki og bendir á að á hverjum einasta degi fái Fretex 50 tonn af vefnaðarvöru. „Um 90 prósent eru seld úr landi, meðal annars vegna þess að meira safnast upp af fötum en hægt er að selja. Mikið af þeim fatnaði sem seldur er í verslunum með notuð föt er ónotaður. Framleiðslan er miklu meiri en eftirspurnin. Það þarf að draga úr framleiðslu og sölu á fatnaði. Sömuleiðis ætti fólk að kaupa minna af fötum og framleiðendur ættu að sjá til þess að auðvelt sé að fá lagfæringar á fatnaði sé þörf á því," bendir hún á.

> **Um 90 prósent eru seld úr landi, meðal annars vegna þess að meira safnast upp af fötum en hægt er að selja. Mikið af þeim fatnaði sem seldur er í verslunum með notuð föt er ónotaður.**

Birgitte Glette, sem er yfirmaður hjá Fretex í Osló, er hins vegar himinlifandi að fá ónotuð föt frá ByTimo en alls hefur fatamerkið gefið 350 flíkur. „Þetta eru tekjur fyrir starf Hjálpræðishersins. Ég vona að fólk velji fremur að styðja okkur en stuðla að frekari ofneyslu," segir hún.

Markaðsstjóri ByTimo segir að fyrirtækið sé á móti ofneyslu og þeim söluþrýstingi sem fylgir Black Friday. Hún segir fyrirtækið ekki standa fyrir ofneyslu heldur selji það að mestu framleiðsluna. „Við framleiðum eftir pöntunum frá verslunum og eftirspurn. Eins og í öllum atvinnugreinum verða alltaf einhver afföll sem lítið er við að gera."

Hinn þekkti norski útivistarfataframleiðandi, Bergans, hvetur til sjálfbærni og að fólk láti gera við eldri flíkur á Black Friday. Þeir gefa góðan afslátt í dag á viðgerðum á fatnaði þeirra. „Þetta snýst um að fólk fari yfir þær flíkur sem það á í skápunum og athugi hvort þær þarfnist viðgerðar. Við seljum vörur sem eiga að endast lengi og auðvelt er að lagfæra ef þess þarf," segir samskiptastjóri fyrirtækisins. Bergans hefur boðið viðgerðir á eigin vörum í 100 ár. Í fyrra á þessum degi fengu þeir norskan tískuskóla, Esmod, til að hefja söfnun á textílafgöngum til að vinna með. ■

Staðreyndir

- Um allan heim er vörubílsfarmur af fatnaði brenndur á hverri sekúndu.
- Fataiðnaðurinn stendur fyrir um 10 prósentum af heildarkolefnislosun heimsins. Það er meira en flugvélar og skip samanlagt.
- Losun frá fataiðnaði mun aukast um 50 prósent árið 2030, ef ekki verður gripið til róttækra aðgerða.



GG·SPORT

svartur föstudagur

...og langur laugardagur

20% afsláttur

af flestum vörum



Opnunartími í dag kl. 10:30 – 18

Opnunartími laugardags kl. 11 – 18

Vefverslun okkar er opin allan sólarhringinn

Smiðjuvegur 8, 200 Kóp. Græn Gata | 571 1020 | www.ggsport.is

MOUNTAIN EQUIPMENT icebreaker KEEN OSPREY PeakPerformance sherpa

Veita foreldrum innblástur í uppeldinu



Elín Albertsdóttir
elin
@frettabladid.is

Leiksamfélagið á Instagram samanstendur af hópi mæðra sem hafa brennandi áhuga á samveru fjölskyldunnar ásamt leik og námi barna. Fjölmargir fylgja Leiksamfélaginu og hópurinn stækkar ört.

Það er margt skemmtilegt að gerast á samfélagsmiðlum þegar eftir því er leitað. Níu mæður hafa til dæmis sett upp leiksamfélag fyrir foreldra þar sem þeir fá ýmsar hugmyndir um skemmtilegar samverustundir.

„Við leggjum okkur fram við að koma með einfaldar hugmyndir og nýta efnivið sem flestir eiga nú þegar," segir Hlín Magnúsdóttir Njarðvík sem er ein af aðstandendum Leiksamfélagsins. Hún segir að það hafi verið Pálína Ósk Hraundal sem fyrst hafi komið með hugmyndina. „Pálína spurði hvort við værum tilbúnar að gera eitthvað skemmtilegt saman á Instagram til að sýna frá okkar daglega lífi. Við erum allar með Instagramreikning og nýtum hann einmitt til fræðslu og að vera upplýsandi," segir Hlín.

„Verkefnið byrjaði sem þemavikur þar sem við settum fram eitthvert ákveðið viðfangsefni. Við gerðum slíkan þemamánuði tvisvar sinnum og fundum allar að okkur langaði í meira, það er ótrúlegur kraftur í þessum hópi og við ákváðum því að skella okkur út í Leiksamfélagið af fullum krafti. Við erum níu mæður og búum vítt og breitt um heiminn. Okkar helsta áhersla er nærandi samvera með börnum, í hvaða formi sem hún getur verið. Útivera, nám, leikur, málörvun, náttúran, föndur og bakstur. Okkur langar að veita öðrum innblástur – hver á sinn hátt," upplýsir hún.

Fyrir jólin ætla þær að vera með jóladagatal sem byrjar 1. desember. „Á hverjum degi í desember ætlum við að skiptast á að sýna frá skemmtilegum og nærandi samverustundum í aðdraganda jólanna. Þar sem við erum allar ólíkar þá fá fylgjendur gott tækifæri til að skyggnast inn í daglegt líf, kynnast okkur enn betur og vonandi fá góðar hugmyndir. Við erum með tæplega 1.800 fylgjendur og vonumst til að þeim fjölgi á næstunni," segir Hlín og bætir við að aðgangurinn sé ókeypis, verkefnið sé hugsjón hjá þeim öllum.

„Það er auðvitað nokkur vinna á bak við þetta en við spáum ekki mikið í það. Við erum allar metnaðarfullar og viljum vanda til verka. Þetta er gríðarlega skemmtileg vinna sem gefur okkur mikið. Okkar draumsýn er í raun að hafa jákvæð áhrif á fjölskyldu og barnasamfélagið, veita innblástur og vera hvetjandi. Við höfum fengið góða gesti með okkur í lið á Instagram og vonandi heldur samfélagið áfram að vaxa og dafna." ■



Ratleikur finnst flestum skemmtilegur.



Hlín Magnúsdóttir Njarðvík er ein þeirra mæðra sem standa á bak við Leiksamfélagið á Instagram.
MYNDIR/AÐSENDAR



Hverjir standa á bak við verkefnið?

- Hlín Magnúsdóttir – málþroski, nám og að læra í gegnum leikinn
- Pálína Ósk Hraundal – fjölskyldustundir og útivist
- Alma Rut Ásgeirsdóttir – fjölskyldustundir, föndur og leikur
- Sigrún Yrja Klörudóttir – leikur barna
- Sólveig María Svavarsdóttir – heimakennsla og hæglæti
- Guðný Valborg Guðmundsdóttir – hæglæti, sjálfbærni og náttúran
- Sabína Steinunn Halldórsdóttir – hreyfifærni í náttúrunni
- Hrefna Pálsdóttir – föndur, skynjun og útivera.
- Halldóra Kristín Bjarnadóttir – fjölskyldustundir, útivera, föndur og bakstur.

Í desember ætlum við að skiptast á að sýna frá skemmtilegum og nærandi samverustundum.



Jólaföndur með fjölskyldunni.



Krökkum finnst skemmtilegt að fleyta steinum.



Það má alltaf drullumalla.



Samvera úti í náttúrunni.



Að lita mynd, til dæmis handa ömmu og afa, er alltaf gaman.









HLÝJAR JÓLAGJAFIR

20% afsláttur af öllum vörum* með kóðanum ''BLACK''
26. - 28. nóvember
*nema af yfirhöfnum













FELDUR

VERKSTÆÐI

Verslun | Snorrabraut 56, 105 Reykjavík | 588 0488 | Vefverslun á Feldur.is

Fullkomin saga af mönnum sem elta drauma sína



Sjöfn Þórðardóttir
sjofn
@frettabladid.is

Jómfrúin fagnar 25 ára afmæli í ár og í tilefni þess ákvað Jakob Einar Jakobsson, eigandi og veitingamaður, að gefa út bók um sögu staðarins og svipta hulunni af nokkrum vinsælustu réttunum í gegnum árin.

„Jómfrúin á hug minn allan núna eins og oftast nær. Jólin byrjuðu hjá okkur fimmtudaginn 11. nóvember síðastliðinn og það er alltaf töluverð en skemmtileg vinna í kringum undirbúning jólamatseðils," segir Jakob sem heldur mikið upp á þennan árstíma í veitingarekstrinum.

„Ákvörðun um bókina var tekin í hálfgerðu bríaríi á Jómfrúnni 23. desember í fyrra þegar vinkonur okkar í Sölku bókaútgáfu voru hjá okkur einu sinni sem oftar. Hugmyndin um bók hefur oft verið rædd en þarna færðist ákafi í okkur, svo mikill að þær stöllur Dögg og Anna Lea skottuðust á skrifstofuna og náðu í útgáfusamning. Góðir hlutir gerast hratt og við krotuðum undir strax. Þær héldu svo svipunni að mér og höfðu í kurteislegum hótunum við mig, Óla bróður og Ómar kokk ef við vorum eitthvað að flaska á skilafrestum eða að skæla undan álagi."



Jómfrúin er 25 ára á þessu ári. Mig langaði að sýna henni tilhlýðilega virðingu, segir Jakob Einar Jakobsson. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Sagan um tilurð Jómfrúarinnar

Jakob heldur sérstaklega upp á einn kafla bókarinnar. „Sagan um tilurð Jómfrúarinnar. Ég er svo stoltur af pöbbum mínum að hafa fengið svona frábæra hugmynd árið 1996, fóstrað hana svo vel og undirbyggt og að lokum framkvæmt. Þetta er eiginlega hin fullkomna saga af mönnum sem elta draumana sína og gefast aldrei upp."

Hvernig er að gefa út bók á aðventunni og vera með í jólabókaflóðinu?

„Spennandi, maður er aðeins að læra inn á nýjan bransa. Bókin er fremur tímalaus og getur vonandi átt langan líftíma, alveg eins og Jómfrúin sjálf."

Jakob segist ekki hafa lært smurbrauðsgerðina líkt og faðir hans gerði, enda sé hans svið í raun meira viðskiptalega eðlis. „Því miður lærði ég ekki smurbrauðsgerðina líkt og faðir minn gerði, mitt svið liggur meira þegar kemur að viðskiptum. Ég er bara einhver viðskiptatútta eins og annar hver maður á þessu skeri. En ég hef ótrúlega gaman af þessu og sem betur fer gengur Jómfrúin nógu vel til þess að maður geti haft mun hæfara fólk en mig sjálfan í helstu stöðum. Sjálfur er ég þó ágætur í að hafa yfirsýnina, móta stefnuna og fylgja málum eftir, auk þess sem ég hleyp eins og hýena á vaktinni. Of mikið segja sumir nákomnir mér. Ég er lélegur hlustandi."



Glæsilegur jólaplatti á Jómfrúnni sem er alltaf mjög vinsæll á aðventunni.

Mikið jólabarn

Jakob segist vera mikið jólabarn og elska jólin enn meira eftir að hann varð faðir. „Ég datt aðeins úr stuði á tímabili en þegar maður á börn, ég á eina níu ára og aðra sem verður hálfs árs þegar jólin koma, þá er svo gaman að fá að upplifa jól barnanna, alla eftirvæntinguna, spennuna sem og spennufallið og þakklætið.

Jólin eru þó ekki full af jólaboðum og lítið um fastar hefðir hjá fjölskyldunni. Vinnan tekur sinn toll á aðventunni. Eftir lokun á Jómfrúnni á Þorláksmessukvöld er alltaf smá gill og vinaknús hjá okkur staffinu, aðfangadagur fer oftast í að undirbúa jólamatinn og jóladagur í spil og bókalestur – svo er „back to work" á annan dag jóla."

Jakob segir að hann og heitkona hans haldi ekki mikið í hefðir og siði í tengslum við jólin. „Hangikjöt á jóladag er eina fasta hefðin. Við höfum stundum farið til Jafa og Gafa (afi Jakob og afi Guðmundur) í sveitina til þeirra í Ölfusi, en annars erum við bara heima hjá okkur að njóta.

Bræður mínir hafa oftast verið í mat hjá okkur hjónaleysunum á aðfangadagskvöld og við höfum opnað pakkana saman, en stundum fara þeir vestur í Önundarfjörð á uppeldisstað okkar Jómfrúarbræðranna þar sem foreldrar okkar búa. Það er alger sælureitur og ljúft að njóta. En keyrslan er löng þangað eftir atganginn á Jómfrúnni."

Hluti af forréttinum á aðfangadagskvöld

Eru þið mikið með danskt smurbrauð þegar heim kemur?

„Stutta svarið er nei, en stundum slysast hráefni frá Jómfrúnni með heim og er hluti af forréttinum á aðfangadagskvöld."

Áttu þér þínar uppáhalds jóla-smákökur eða -konfekt?

„Ég elska sörurnar sem heitkona mín, Sólveig, gerir. Þær hafa aldrei klikkað. Svo er konfektið frá norsku Freyju sem heitir Kong Olav besta súkkulaðið sem til er. Það er svo royal að borða norskt konfekt um jólin.

Ég get ekki sagt að jólin snúist um mat og bakstur á mínu heimili. Við hjónaleysin skiptum með okkur verkum, eldri dóttir mín er rosalegur föndrari og elskar að skreyta fyrir jólin og ég reyni að taka það með henni. Sólveig sér svo um baksturinn, við erum kannski að vinna með þrjár, fjórar sortir, og það dugar vel." ■

Black FRIDAY TILBOÐSHELGI 26.-29. NÓVEMBER

Yfir 150 vörur á allt að 50% afslætti

Skoðaðu vefverslanir okkar og gerðu góð kaup!

honnunarlausnir.is
lykillausnir.is
verkfaeralausnir.is

Meðal annars: FROST Wishbone fatastandar, DCW lampar, MasterLock lyklabox, Hazet verkfæravagnar, Stabila laser, Smedbo baðherbergisvörur, d line baðherbergisvörur og hurðarhandföng, FROST Herðatré, Fenix vasa- og höfuðljós, Anglepoise lampar, Yale verðmætaskápar og margt fleira.

VÉLAR & VERKFÆRI

Tilboðin gilda til miðnættis 29. nóvember | Pantanir eru sóttar á lagerinn okkar ef ekki er óskað eftir heimsendingu vefsala@vv.is | Skútuvogi 1c

NÚ ER ÞAÐ
RAUTT

25.-29. NÓV.

20-60%
AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM VÖRUM Í VERSLUN
HALLARMÚLA OG NETVERSLUN

TÆKIFÆRI TIL AÐ
GERA FRÁBÆR KAUP!



FJALLA KOFINN

Hallarmúli 2 I s: 510 9505 I fjallakofinn.is

Kauplausi dagurinn

„Buy Nothing Day“, eða kauplausi dagurinn, er alþjóðlegur hátíðisdagur stofnaður til að andmæla neyslumenningunni.

jme@frettabladid.is

Listamaðurinn Ted Dave, frá Vancouver, er maðurinn á bak við kauplausa daginn.

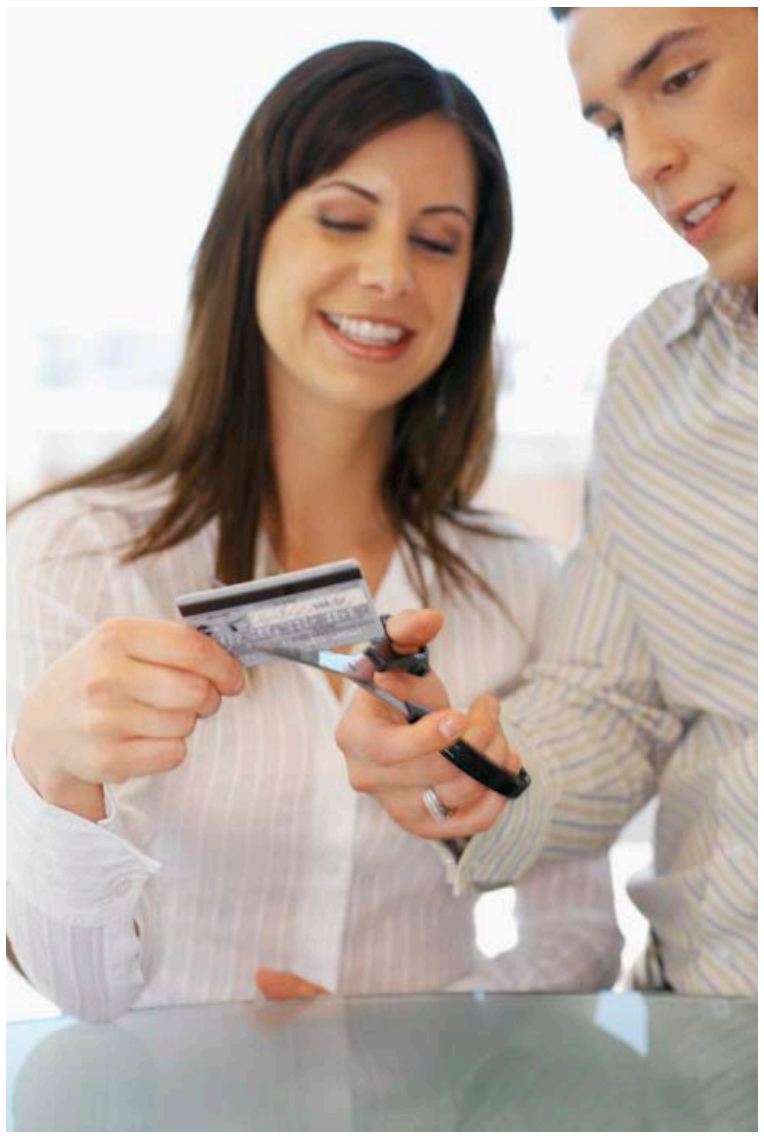
Fyrsti kauplausi dagurinn var skipulagður í Kanada í september 1992. Var markmiðið að fá fólk til að íhuga ofneysluvandann sem hrjáir nútímasamfélagið á háu stigi. Fimm árum síðar var dagurinn færður á föstudaginn eftir þakkargjörðarhátíðina í Bandaríkjunum, sem kallast öðru nafni svartur föstudagur og er einn stærsti verslunardagur í heimi.

Kauplausi dagurinn er auglýstur árlega af kanadíska Adbusters-fyrirtækinu. Árið 2000 gerðist það að auglýsingar Adbusters fyrir kauplausa daginn voru bannaðar á öllum helstu sjónvarpsstöðvum Bandaríkjanna fyrir utan sjónvarpsstöðina CNN.

Kauplausar hefðir

Á kauplausa deginum hittist fólk og mótmælir neyslumenningu samtímans með ýmsum skapandi leiðum. Meðal annars er „kreditkortaklippið“ vinsæll viðburður. Þar stendur fólk fyrir utan verslunarmiðstöðvar með skæri og skilti sem auglýsir hjálp handa fólki sem vill binda enda á skuldahalann. Þá er fólki boðið að láta bókstaflega klippa kreditkortið sitt með skærum.

Önnur vinsæl mótmælaaðferð er að hópur mótmælenda ráfi um tómeygður fyrir utan verslunarmiðstöðvar líkt og uppvakningar. Þegar fólk forvitnast um hvað um sé að vera, þá tekur einn sig til og útskýrir kauplausa daginn og boðskap hans.



Það eru líklega ekki allir jafnhamingjusamir og þetta myndarlega par þegar þeir klippa á kreditkortið til að binda enda á skuldahalann. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Ert þú tómhuga uppvakningur í mollinu? FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Kauplaus jakkaskipti er sérstök mótmælahefð í Bandaríkjunum þar sem jökkum er safnað í nóvember frá hverjum þeim sem vilja gefa þá í söfnunina. Jökkunum er dreift á ýmsa staði í hverju ríki fyrir sig. Föstudaginn eftir þakkargjörðina, kemur fólk saman og í stað þess að munda kreditkortin á svörtum föstudegi býður það fram krafta sína við að útdeila jökkum. Þá er fólki boðið að skipta út sínum eigin jakka fyrir annan, eða einfaldlega næla sér í frían jakka úr söfnuninni. Jakkasöfnunin á uppruna sinn í Providence á Rhode Island og álíka jakkaskiptahefðir hafa myndast í Kentucky, Utah og í Oregon.

Önnur hefð sem hefur myndast í kringum þennan dag er að fólk fagnar deginum með því að fara í gönguferð í náttúrunni í stað þess að kaupa sér hluti á afslætti.

Kaupum ekkert á Íslandi

Á Íslandi var Kaupum ekkert-dagurinn fyrst haldinn þann 24. nóvember árið 2000, en þá var það hópur af listamönnum sem tók sig saman og skipulagði dagskrá fyrir daginn í Reykjavík.

Árið 2006 hvatti Landvernd Íslendinga til þess að taka þátt í Kaupum ekkert-deginum með því að kaupa ekkert á síðasta laugardegi nóvembermánaðar það ár, þann 25. nóvember. Þá segir í auglýsingunni: „Á þessu ári, árinu 2006, hefur umræða um gróðurhúsaáhrif og hlýnun jarðar náð mikilli útbreiðslu og náð eyrum bæði fjölmiðla, stjórnmálamanna og alls þorra manna. Kaupum ekkert-dagurinn er tilvalin leið til að undirstrika og benda á raunverulegar lausnir á vandanum sem hefur skapast einmitt vegna óhóflegrar neyslu.“ Landvernd minnti þá enn fremur á mikilvægi vistvæns jólahalds og óefnislegra jólagjafa.

Kauplaus jól

Í stíl við kauplausa daginn er nú þegar til fyrirbæri sem kallast kauplaus jól, eða Buy Nothing Christmas. Kauplausa jólahefðin hófst óformlega þegar Ellie Clark og fjölskylda hennar ákváðu árið 1968 að afneita jólahátíðinni opinberlega. Kauplaus jól urðu að opinberu fyrirbæri árið 2001 þegar lítill hópur kanadískra mennóníta bjó til vefsíðu og gaf hreyfingunni nafnið. Adbusters-fyrirtækið hefur í nútímanum unnið að því að yfirfæra kauplausa daginn á alla jólahátíðina og hefur endurnefnt aðgerðina Occupy Xmas. ■





© Inter IKEA Systems B.V. 2021

Slakaðu á!

Það er sama góða verðið á vörunum okkar í dag og á morgun og hinn og hinn og hinn og ...

Verslun opin 11-20 alla daga
Skoðaðu alla afgreiðslutíma á IKEA.is



Múgur og margmenni er í verslunum vestanhafs á Black Friday.

Vissir þú þetta um Black Friday?

■ Að bandarískir verslunarmenn ákváðu að nota heitið Black Friday á jákvæðan hátt seint á 9. áratugnum? Það var ekki síst vegna þess að í lok nóvember var upprunninn sá tími árs að þeir gátu sýnt fram á söluhagnað.

■ Að í Bandaríkjunum og víðar er Svartur föstudagur talinn hagstæðasti dagur ársins til að kaupa sjónvarp, skartgripi, tölvur og heimilistæki?

■ Að Black Friday er annasamasti dagur pípulagningamanna vestanhafs þar sem álag á vaska, niðurföll og klósett verður gríðarlegt vegna mikilla matarkaupa og tíðra klósettferða alltof margra gesta á stuttum tíma og óvenju langs vinnutíma verslunarfólks?

■ Að það færist í aukana að verslunareigendur hefji Black Friday-daga í vikunni fyrir stóra daginn og hafa þá jafnvel lokað á Svörtum föstudegi? Þá hvetja þeir starfsfólk sitt til að verja tímanum með fjölskyldu og vinum í stað þess að hanga í búðum. ■



Göngum hægt um kaupgleðinnar dyr og verslum af skynsemi.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Þrjú ráð fyrir Myrka markaðshelgi

Gerðu lista yfir það sem þú vilt kaupa, áður en þú heldur inn í frumskóg internetsins eða ganga verslunarmiðstöðvarinnar. Það getur verið æði freistandi að draga hluti sem þig vantar ekki í körfuna einfaldlega vegna þess að þeir eru á svo hrikalega góðum afslætti. Þannig endum við með loftsteikingarpott í bílskúrnum sem hefur verið notaður einu sinni og aldrei aftur.

Vikurnar fyrir afsláttahelgina er alls ekki svo vitlaust að skoða verslanir og það sem þær eru að bjóða, og gera lista yfir það sem þig langar til að kaupa. Þegar kemur svo að afsláttahelginni miklu þá skaltu bera saman verðið á vörunni.

Mörg fyrirtæki hafa gerst sek um að hækka verð á vörum stuttu fyrir tilboðsdaga til þess að gefa það sem virkar eins og ótrúlega háar fjárhæðir í afslátt.

Settu þér mörk þegar kemur að fjárútlátum sem þú ert tilbúin/nn að eyða þennan tiltekna dag. Það er fátt einfaldara en að spreða peningum þegar maður byrjar á því og því meira sem maður eyðir, því auðveldara verður að eyða meira. ■

Stór föstudagur í verslun

elin@frettabladid.is

Svartur föstudagur á nafn sitt að rekja til Bandaríkjanna. Þakkargjörðardagurinn er ávallt síðasti fimmtudagur í nóvember en daginn eftir, Black Friday, rennur upp sölumesti dagur verslana sem merkir upphafið að jólaverslun. Frá árinu 2005 hefur þessi dagur verið sá allra söluhæsti í Bandaríkjunum á ári hverju.

Þakkargjörðarhátíðin er mikil ferðahátíð þar sem fjölskyldur koma saman og halda hátíð og borða kalkún. Sagt er að svartur föstudagur eigi uppruna sinn í Fíladelfíu allt aftur til ársins 1961 þegar lögreglan notaði þetta nafn til að lýsa mikilli umferð gangandi og akandi vegfarenda daginn eftir þakkargjörð.

Enn eldri saga er frá árinu 1869 þegar tveir fjárfestar, Jay Gould og Jim Fisk, hækkuðu verð á gulli og úr varð hrun á hlutabréfamarkaði. Bændur urðu fyrir 50% lækkun á hveiti- og maísuppskeru í kjölfarið. Þetta var svartur föstudagur og nafnið festist í sessi.



Black Friday teygir sig nú yfir alla vikuna í mörgum löndum.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Kaupmenn vildu síðar breyta nafninu í „stóra föstudaginn“ en það náði aldrei í gegn. Black Friday hefur dreift sér um heiminn og er í sumum tilvikum orðinn heil vika. ■

SVARTUR FÖSTUDAGUR
ÚT NÓVEMBER
10% AF ÖLLUM VÖRUM
30-50% AF VÖLDUM VÖRUM
25% AF VANDYCK & BRINKHOUSE MJÚKVÖRU
50% AF ÖLLU Í OUTLET VERSLUN
Svefn & heilsa
Allt fyrir góðan svefn og betri heilsu

BALDURSNES 6 - AKUREYRI

VERSLUN & OUTLET - LISTHÚSIÐ - REYKJAVÍK
LISTHÚSINU LAUGARDAL s. 581 2233
BALDURSNESI 6, AKUREYRI s. 461 1150
OPIÐ virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga frá kl. 12-16
UMBOÐSAÐILAR Húsgagnaval, Höfn í Hornafirði og Bara snilld, Egilsstöðum | svefnogheilsa.is
UM FJÓRÐUNGUR LANDSMANNA SEFUR Á DÝNU FRÁ SVEFN & HEILSU*
*Samkvæmt könnun frá Gallup.

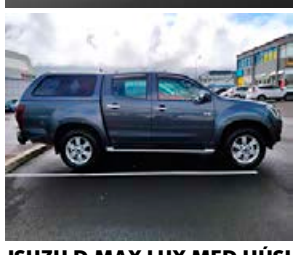

2017_
2021
Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri
Viðskiptablaðið
keldan
2016
2021
Framúrskarandi fyrirtæki
AÐVENTU
TILBOÐ
FÖSTUDAG - MÁNUDAGS
20%
AFSLÁTTUR
PARKET-FLÍSAR-HURÐIR
40% AF
FYLGIVÖRUM
Birgisson®
Ármúli 8 I 108 Reykjavík I Sími 516 0600 I www.birgisson.is

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

AÐALKAUP
Bílasala



ISUZU D-MAX LUX MEÐ HÚSI.
Árgerð 10/2017, ekinn 115þ.km. leður, krókur, bakkmyndavél, pallhús o.fl! Dísel, sjálfskiptur og afskaplega duglegur. Topp þjónustusaga! Verð 5.977.000. Rnr.120567. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3C.



VÁ - PLUG IN HYBRID !
MERCEDES-BENZ GLE 500 E 4MATIC. Árgerð 2017, ekinn 72þ. km, rafmagn/bensín, sjálfskiptur 7 gírar. Þvílíkur bíll! Vel búinn, ótrúlegur kraftur og gullfallegt útlit. Sjón er sögu ríkari! Verð 7.477.000. Rnr.120566. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3C.

Aðalkaup - Bílasala
Skeifan 3C, 108 Reykjavík
Sími: 888 3715
adalkaup@adalkaup.is
http://adalkaup.is

Bílar óskast

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

Þjónusta

Málarar

REGNBOGALITIR EHF
Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Löggiltur málarameistari. Löggiltir málarar. Vönduð vinna, vanir menn. www.regnbogalitir.is malarar@simnet.is. Sími 8919890

Búslóðaflutningar

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

Nudd

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

Rafvirkjun

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

Húsaviðhald

FAGLIST
ALLT ALMENNT HÚSAVIÐHALD OG JARÐVINNA
SMÍÐAVINNA · MÚRVINNA · MÁLNINGARVINNA
DRENLAGNIR · HELLULAGNIR
ÞJÓNUSTUM EINSTAKLINGA, HÚSFÉLÖG OG FYRIRTÆKI
faglist@faglist.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

Keypt & Selt

Til sölu

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



Kassagítarar á tilboði
Gítarar og hljómborð í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut

Heilsa

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

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





Tilkynningar

Úrbætur vegna umhverfistjóns

Fyrirmæli um úrbætur vegna umhverfistjóns á Hofsósi

Umhverfisstofnun hefur birt á heimasíðu sinni, fyrirmæli um úrbætur vegna umhverfistjóns af völdum bensínleka úr olíutanki N1 á Hofsósi, í samræmi við málsmeðferð 15. gr. laga nr. 55/2012 um umhverfisábyrgð.

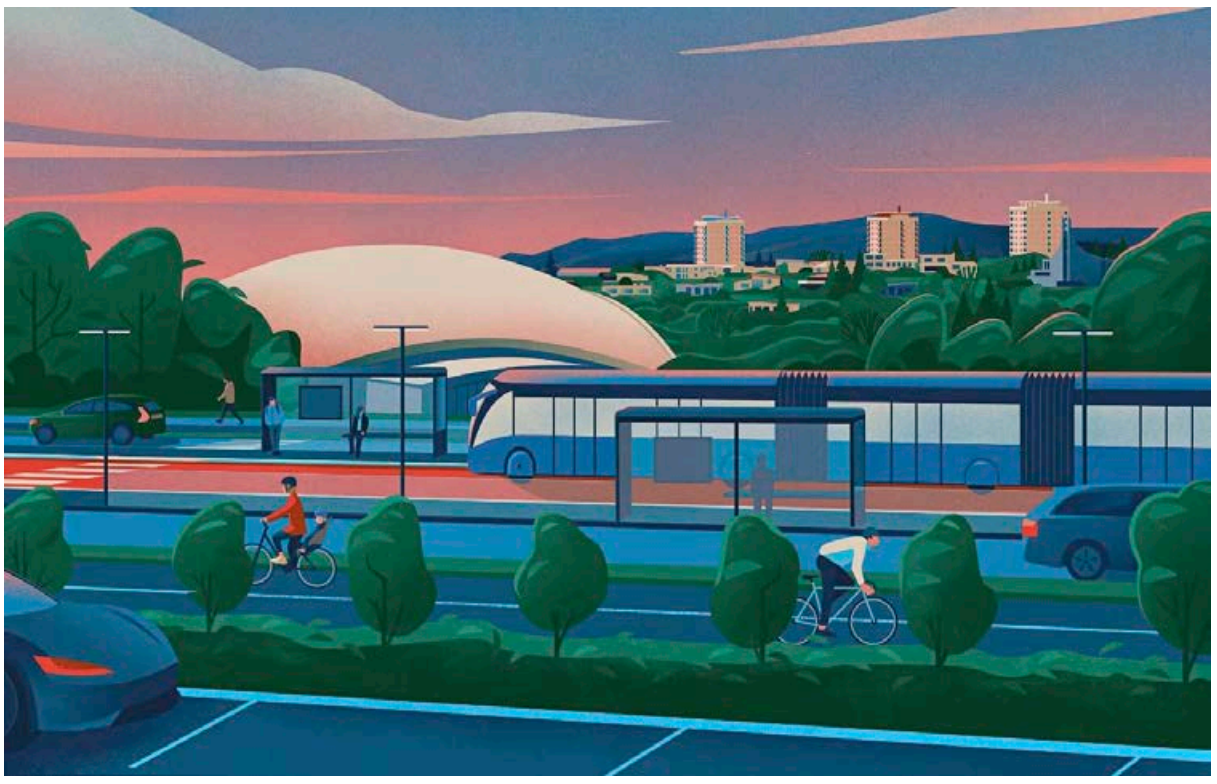
Ákvörðun Umhverfisstofnunar um útgáfu fyrirmæla skv. 15. gr. laga nr. 55/2012 er kæranleg til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála innan átta vikna frá tilkynningu um ákvörðun.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu Umhverfisstofnunar, www.ust.is



Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Borgarlínan
Kynning á skipulagslýsingu fyrir Suðurlandsbraut - Laugaveg



Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 10. nóvember 2021 var lög fram skipulagslýsing umhverfis- og skipulagssviðs, skipulagsfulltrúa dags. 10. nóvember 2021 vegna borgarlínu sem er í samræmi við samþykkt borgarráðs Reykjavíkur, dags. 18. nóvember 2021.
Skipulagssvæðis afmarkast af austurenda Suðurlandsbrautar við leikskólann Steinahlíð og Katrínartúni í vestri. Meginmarkmið með nýju deiliskipulagi er að tryggja greiðfærni borgarlínunnar og auka rými fyrir fjölbreytta ferðamáta.

Skipulagslýsingin verður aðgengileg á; ***http://reykjavik.is/skipulag-i-kynningu***

Íbúar og hagsmunaaðilar eru hvattir til að kynna sér lýsinguna. **Ábendingum og athugasemdum skal skilað skriflega til skipulagsfulltrúa Borgartúni 12–14, 105 Reykjavík eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 15. desember 2021. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti**.

Reykjavík 26. nóvember 2021
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

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

SVARTUR
FÖSTUDAGUR
Í REKKKJUNNI

STILLANLEGT HEILSURÚM

50%
AFSLÁTTU



30%
AFSLÁTTUR AF STILLANLEGUM RÚMUM Í ALLAN DAG

5 FYRSTU
VIÐSKIPTAVINIRNIR
SEM KAUPA MIAMI
STILLANLEGT HEILSURÚM
FÁ ÞAÐ MEÐ 50% AFSLÆTTI.

KOMDU NÚNA OG GERÐU FRÁBÆR KAUP

Rekkjan Heilsurúm | Ármúla 44 108 Reykjavík | 588-1955 | rekkjan@rekkjan.is | rekkjan.is

rekkjan
HEILSURÚM



Tilviljun réði því að Sigmundur Már Herbertsson varð dómari.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

» og læri hver af öðrum. „Í þessu starfi eignast maður góða vini í gegnum samstarf og utan vallar tölum við mikið um dómgæslu og styðjum hver annan. Það undirbýr mann vel fyrir leiki.“

Undirbýr sig andlega

Sigmundur er hafsjór af fróðleik í tengslum við störf sín sem dómari, hann býr að mikilli reynslu og hefur til að mynda verið valinn körfuknattleiksdómari ársins hér á landi í fjórtán skipti.

Hvað er að hans mati það helsta sem dómarar verða að huga að í sínum undirbúningi fyrir leiki?

„Ég vil nú meina að það sé mjög mikilvægt að vera í góðu formi í þessu starfi og að líkamlegt ástand sé í lagi. Það sem ég hef lært og reynt að gera í gegnum árin er að undirbúa mig andlega fyrir leiki. Þó það sé kannski að baki erfiður dagur hjá þér í vinnunni eða bara í þínu daglega lífi, þá verður þú að halda því fyrir utan völlinn. Það er mikilvægt að skilja þessa hluti eftir utan vallar og láta þá ekki hafa áhrif á leikinn.“

Þá segir Sigmundur það einnig mikilvægt að huga að svefninum og sjálfur reynir hann að leggja sig í nokkrar mínútur á leikdegi. „Ef ég dreg lærdóm minn saman frá þessum tíma mínum sem ég hef verið dómari þá myndi ég segja að svefn, næring og andlegur undirbúningur sé rosalega mikilvægt.“

Vill ekki gleyma mistökum

Það er eitt sem við komumst víst ekki hjá á okkar æviskeiði og það er að gera mistök. Við gerum öll mistök á lífsleiðinni, þau gera okkur mannleg. Við tökum oftar en ekki meira eftir mistökum sem birtast okkur í íþróttum, annaðhvort hjá leikmönnum eða dómurum. Sigmundur hefur gert mistök á sínum ferli sem körfuknattleiksdómari og segist vilja draga lærdóm af þeim en ekki gleyma þeim.

„Mér er minnisstætt orðatiltæki sem varð eitt sinn á vegi mínum. Orðatiltækið var á þá leið að þú gerir mistök, lærir af þeim og gleymir þeim. Ég hef gert mistök, ég hef lært af þeim en ég vil samt ekki gleyma þeim, þá sér í lagi stórum mistökum sem maður hefur gert. Ég minni stundum sjálfan mig á mistök þegar ég er að dæma leiki, ég vil hafa þau bak við eyrað svo ég geri þau ekki aftur. Þetta á kannski sérstaklega við undir lok leikja. Það hefur verið rannsakað og sýnt fram á að einbeiting dómara fer oft niður á við sökum þreytu undir lok leikja og á slíkum stundum vil ég muna mistök sem ég hef gert til þess að halda mér á tánum.“

Sjálfur reynir Sigmundur að horfa á hvern leik sem hann hefur dæmt samdægurs áður en hann fer að sofa. „Eftir hvern einasta leik hjá mér er ég með atriði úr leiknum sem mig langar að skoða aftur. Stundum veit maður af mistökum sem maður gerði, stundum er maður í vafa, þannig að það er mjög gott að geta farið heim og fengið úr þessum hlutum skorið.“

> Ég er dómari hvar sem ég kem eða í öðrum aðstæðum í mínu daglega lífi.

Mörg framfaraskref tekin

Sigmundur Már hefur verið körfuknattleiksdómari frá árinu 1994 og síðan þá hafa verið tekin mörg framfaraskref í tengslum við dómgæslu körfuknattleiks hér á landi. Til að mynda hefur verið farið úr tveggja og yfir í þriggja manna dómarakerfi í leikjum efstu deildar karla og kvenna.

„Körfuknattleikssamband Íslands er einnig í samstarfi við ungverskan dómaravef þar sem okkur er skylt að taka próf á tíu daga fresti. Bæði hvað varðar reglur sem við störfum eftir en einnig eru lagðar fyrir okkur klippur úr leikjum þar sem við eigum að meta atvik og kjósa réttu leiðina. Þetta er mjög gott aðhald fyrir okkur og samræmir starf okkar þegar komið er inn á völlinn.“

Sigmundur segir eitt aðalvandamál íslenska körfuboltasamfélagsins vera skort á dómurum. Hann vill sjá fleiri koma inn í það starf, bæði karla og konur.

En ef Sigmundur fengi vald til þess að breyta eða bæta hverju sem er í tengslum við störf dómara hér á landi, hvaða yrði fyrir valinu?

„Ein af þeim breytingum sem ég vildi sjá er sú að koma á laggirnar eftirlitsmannakerfi. Í því kerfi kæmu aðilar á leiki og segðu okkur hvað betur mætti fara. Þeir þyrftu ekki að vera á öllum leikjum en gætu komið með reglulegu millibili. Svona eftrlit myndi bæta okkar starf til muna myndi ég halda.“

Hjátrúarfullur maður

Aðspurður hvort hann sé hjátrúarfullur maður fyrir leiki segir Sigmundur svo vera. Hann gerir sömu hlutina fyrir hvern leik sem hann dæmir. „Til dæmis reima ég alltaf skóna áður en ég fer og heilsa ritaraborðinu rétt fyrir leik. Svo er annað sem ég geri. Ég horfi alltaf aðeins upp í rjáfur á þeim húsum sem ég dæmi í áður en ég tek dómarakastið fyrir leik og hugsa um leið til þeirra sem ég sakna og eru horfnir á braut, til að mynda foreldra minna.“

Þeir eru yfir tvö þúsund leikirnir sem Sigmundur hefur dæmt á sínum ferli sem körfuknattleiksdómari. Hann segir ástina á íþróttinni helstu ástæðu þess að hann hefur dæmt svo lengi.

„Ég byrjaði að æfa körfubolta í kringum tíu ára aldurinn og síðan þá hef ég ekki slitið mig frá íþróttinni. Hjá mér hefur þetta orðið að lífsstíl og eftir að ég varð dómari horfi ég allt öðruvísi á leikinn,“ segir Sigmundur sem segist alltaf vera að læra nýja hluti í tengslum við starf sitt. „Ég er enn þá að sjá og upplifa nýja hluti í þessu starfi. Það er það sem heldur manni gangandi í þessari íþrótt. Ég er náttúrlega mjög hlutdrægur en mér finnst þessi íþrótt bera af öðrum íþróttum. Ástin sem ég ber til hennar er mjög mikil.“

Er dómari hvar sem hann kemur

Sigmundur er fyrirmynd annarra dómara hér á landi og flottur fulltrúi íþróttarinnar. Hvaða ráð myndi hann gefa körfuknattleiksdómurum framtíðarinnar?

„Númer eitt er að vera faglegur í öllu því sem þú tekur þér fyrir hendur. Hvort sem það er innan eða utan vallar. Þetta er svo lítið samfélag hjá okkur hérna á Íslandi, ég er dómari hvar sem ég kem eða í öðrum aðstæðum í mínu daglega lífi. Við verðum bara að vera faglegir í öllum aðstæðum og sérstaklega í þeim verkefnum sem við tökum að okkur. Það skiptir engu máli hvort þú ert að dæma oddaleik í úrslitum í efstu deild eða í sjöunda flokki ungmenna, þú verður að nálgast verkefnin af sömu virðingu.“

> Ég hef gert mistök, ég hef lært af þeim en ég vil samt ekki gleyma þeim. Þá sér í lagi stórum mistökum sem maður hefur gert.

Stuðningurinn ómetanlegur

Það að vera körfuknattleiksdómari á Íslandi getur falið í sér mörg ferðalög og mikinn tíma frá fjölskyldunni. Það er alveg á hreinu, að mati Sigmundar, að hann hefði ekki getað starfað öll þessi ár við dómgæslu án þess að hafa notið stuðnings fjölskyldu sinnar.

„Ég hef fengið alveg ótrúlegan stuðning bæði frá eiginkonu minni og sonum okkar. Þessi vinna hefur í för með sér mikla fjarveru frá heimilinu og þá sérstaklega þegar maður hefur verið að dæma erlendis. Það er í raun ómetanlegt hversu góðan stuðning ég hef fengið frá fjölskyldu minni.

Til dæmis var yngri strákurinn minn að fermast og ég átti að dæma oddaleik í undanúrslitum hjá Haukum og Keflavík sama dag. Ég lagði þetta fyrir drenginn minn sem gaf mér leyfi til þess að dæma leikinn og ég þurfti að sleppa eftirréttinum í veislunni. Þetta hefði kannski ekki gengið upp á öllum bæjum, en það er ómetanlegt eins og ég segi að finna fyrir slíkum stuðningi,“ segir Sigmundur Már Herbertsson, leikjahæsti körfuknattleiksdómari Íslands. ■

BLACK FRIDAY

22. NÓVEMBER - 2. DESEMBER

ALLT AÐ **50%** AFSLÁTTUR



30%

CLEVELAND TUNGUSÓFI, EINNIG FÁANLEGUR MEÐ TUNGU HÆGRA MEGIN
ÁÐUR 119.900,-
NÚ 83.930,-

EINNIG TIL SVARTUR



50%

JOIN
BORÐSTOFUSTÓLL
ÁÐUR 39.995,-
NÚ 19.995,-



50%

COMBINO STÓLL
ÁÐUR 69.995-,
NÚ 34.995,-



LAKE
BORÐSTOFUBORÐ
100X200CM
ÁÐUR 119.900,-
NÚ 83.930,-

SKOÐAÐU ÖLL TILBOÐIN Á **ILVA.IS**

FRÍ HEIMSENDING
Þegar keyptar eru smávörur fyrir 9.900 kr. eða meira.

ILVA

ILVA Korputorgi
Lau. og sun. 12-18
Virkir dagar 11-18.30

ILVA Akureyri
Lau. 10-17 Sun. 13-17
Virkir dagar 11-18

Markmiðið frá unga aldri varð að veruleika

Jóhann Berg Guðmundsson hefur leikið í sex ár í stærstu og erfiðustu deild í heimi, ensku úrvalsdeildinni. Hann er ákaflega stoltur af því. Hann hefur á tíma sínum hjá Burnley upplifað gleði og sorg en kann í dag betur að meta þá stöðu sem hann er í.

hoddi@frettabladid.is

FÓTBOLTI Landsliðsmaðurinn í knattspyrnu Jóhann Berg Guðmundsson lék sinn 150. leik fyrir enska úrvalsdeildarfélagið Burnley um liðna helgi. Jóhann er á sínu sjötta tímabili í þessari stærstu íþróttadeild í heimi og hefur þannig fengið að upplifa drauminn sem flestir ungir knattspyrnumenn ganga með í maganum.

Burnley er lítið félag þegar það er mátað við þau stærstu á Englandi en með dugnaði og eljusemi hefur Sean Dyche, stjóra liðsins, og leikmönnum tekist að gera félagið gildandi í deildinni sem flesta dreymir um að spila í.

„Þetta er búinn að vera skemmtilegur tími og það hefur mikið gengið á," segir Jóhann Berg í samtali við Fréttablaðið þegar hann er beðinn um að rifja upp leikina 150. „Liðinu hefur gengið mjög vel þegar þú horfir í það að Burnley er lítill klúbbur. Okkur hefur tekist að komast í Evrópudeildina eftir að hafa endað í sjöunda sæti árið 2018. Þetta hefur verið gríðarlega skemmtilegur tími þó ég hafi glímt við mín meiðsli sem hafa sett strik í reikninginn. Ég hef þó spilað fullt af leikjum."

Tímabilið 2019-2020 var einstaklega erfitt fyrir Jóhann þar sem þrálát meiðsli gerðu honum lífið leitt og spilaði Jóhann aðeins 13 leiki. Annars hefur þessi knái kantmaður gert það gott.

„Það var erfitt ár, ég meiðist illa með landsliðinu þegar ég meiðist aftan í læri. Það voru mjög alvarleg meiðsli sem tók langan tíma að vinna sig upp úr. Þegar maður kom til baka þá komu bakslög sem erfitt var að takast á við. Svo eru líka tímabil sem ég hef spilað mikið af leikjum," segir Jóhann sem var að klára æfingu og að labba út af æfingarsvæðinu, Barnfield, þegar blaðamaður náði tali af honum.



FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Fólkið lifir fyrir fótbolta

Burnley er lítið samfélag sem telur aðeins rúmlega 70 þúsund íbúa, rúmlega 20 þúsund af þeim mæta á hvern einasta leik liðsins í ensku úrvalsdeildinni. „Fólkið lifir fyrir fótboltann. Það vinnur virka daga frá níu til fimm og fer svo á völlinn á laugardögum. Það gefur bænum gríðarlega mikið að eiga lið í ensku úrvalsdeildinni. Þetta eru forréttindi, það er gaman að sjá hvað þetta gefur samfélaginu mikið. Við höfum reynt að gefa samfélaginu mikið til baka en það hefur verið erfitt undanfarið út af Covid."

Draumur flestra krakka sem æfa fótbolta er að spila í stærstu deild í heimi. Jóhann segist hafa lært að meta það meira í hvaða stöðu hann er í eftir því sem árin líða. „Þetta eru algjör forréttindi. Maður þarf oft að minna sig á í hvaða stöðu maður er. Þegar maður er að tuða og væla yfir einhverjum hlutum þá þarf maður að minna sig á í hvaða stöðu maður er.

Ég er að spila í erfiðustu og bestu deild í Evrópu að mínu mati. Hver einasti leikur er gríðarlega erfiður, hver einasta mínúta er erfið og sérstaklega fyrir lið eins og Burnley. En þegar það gengur vel, þá er þetta skemmtilegast í heimi.

Maður tók þessu kannski sem sjálfsögðum hlut en í dag veit ég að það er ekkert sjálfsagt að vera í þessari deild svona lengi. Maður þarf að minna sig á þetta, ég hef lagt mikið á mig og þetta hefur tekið mikið á. Það er gaman að sjá að allt sem maður gerði fyrir þennan tíma skilaði sér. Markmiðið sem ungur drengur var alltaf að komast á þennan stað sem ég er á í dag og ég er stoltur af því að það tókst."

Eru að finna taktinn

Burnley hefur í síðustu leikjum verið að finna taktinn og fengið fimm stig í þremur síðustu leikjum. Liðið er þó áfram í fallsæti aðeins tveimur stigum frá öruggu sæti. „Mér finnst við ekki hafa spilað illa á þessu tímabili. Við höfum þó verið að hleypa inn fleiri mörkum en vanalega. Yfirleitt þegar við komust yfir þá höfum unnið þá leiki. Það hefur ekki verið að ganga í ár og við þurfum að laga það. Við erum að finna gott jafnvægi í liðinu, erum að skora meira en við þurfum að bæta varnarleikinn." ■

Jóhann Berg Guðmundsson

- **Aldur:** 31 árs
- **Uppeldisklúbbur:** Breiðablik
- **Félög í atvinnumennsku:** AZ Alkmaar, Charlton Burnley
- **Landsleikir:** 81

Uppáhaldsleikir

„Sigur á útivelli gegn Liverpool, þegar ég skoraði á heimavelli gegn Manchester City. Það var skemmtilegt augnablik gegn ótrúlegu fótboltaliði. Fyrsti leikurinn á Old Trafford gegn Manchester United, það var stórt fyrir stuðningsmann Manchester United. Að spila þar er alltaf eitthvað sérstakt."

> Fyrsti leikurinn á Old Trafford gegn Manchester United, það var stórt fyrir stuðningsmann Manchester United.

Tölfræði

2021/2022
- 13 leikir
- 0 mörk
- 1 stoðsending

2020/2021
- 26 leikir
- 2 mörk
- 0 stoðsendingar

2019/2020
- 13 leikir
- 1 mark
- 1 stoðsending

2018/2019
- 36 leikir
- 3 mörk
- 7 stoðsendingar

2017/2018
- 38 leikir
- 2 mörk
- 8 stoðsendingar

2016/2017
- 24 leikir
- 1 mark
- 3 stoðsendingar

Samtals
- 150 leikir
- 9 mörk
- 20 stoðsendingar

Svartur föstudagur

Opnum kl. 08:00 í dag

Húsgögn, rúm, hægindastólar og stillanleg rúm á 30% afslætti í allan dag.

30%

AFSLÁTTUR



Komdu strax í dag og gerðu frábær kaup

Húsgögn | Rúm | Hægindastólar | Stillanleg rúm

Öll tilboðin er að finna á vefverslun okkar vogue.is

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

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

TÍMAMÓT
FRÉTTABLAÐIÐ
26. nóvember 2021 FÖSTUDAGUR

Merkisatburðir

399 Sirikíus páfi deyr.
783 Adosinda, drottningu Asturias, er haldið í gíslingu í klaustri til að koma í veg fyrir að ætt hennar taki konungsstólinn aftur af valdaræningjanum Mauregatus.
1594 Tilskipun er gefin út um að Grallarinn, messusöngbók Guðbrands Þorlákssonar Hólabiskups, skuli notuð í báðum biskupsdæmum.
1778 James Cook verður fyrsti Evrópumaðurinn til að heimsækja Maui.
1789 Fyrsti opinberi þakkargjörðarhátíðardagurinn fer fram í Bandaríkjunum eftir tilskipun George Washington forseta.
1825 Háskólanemar stofna Kappa Alpha Society, fyrsta bandaríska háskólabræðralagið, í Union-háskóla í Schenectady í New York.
1917 Bandaríska íshokkídeildin, NHL, er stofnuð.
1918 Svartfellska þingið samþykkir innlimun í Serbíu.
1922 Howard Carter og Carnarvon lávarður verða fyrstu mennirnir í rúm 3.000 ár til að ganga inn í grafhýsi Tútankamons faraós.



1942 Kvikmyndin **Casablanca** er frumsýnd í New York.
1981 Dagblaðið og Vísir sameinast og verða DV.
1981 Skemmtistaðurinn Broadway við Álfabakka opnaður.
1993 Leikritið Skilaboðaskjóðan frumsýnt í Þjóðleikhúsinu.



2000 Katherine Harris, þá innanríkisráðherra Flórída, lýsir **George W. Bush** sigurvegara forsetakosninga í ríkinu.
2003 Síðasta flug Concorde-flugvélarinnar.



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

Ingvar Daníel Eiríksson

mjólkurbílstjóri,

lést á Dvalarheimilinu Lundi á Hellu, sunnudaginn 21. nóvember.
Útförin fer fram frá Selfosskirkju, miðvikudaginn 1. desember kl. 14.00.

Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu geta einungis nánustu aðstandendur verið viðstaddir.
Streymt verður frá útförinni á www.selfosskirkja.is.

Eygló Jóna Gunnarsdóttir
Eiríkur Ágúst Ingvarsson **Ásthildur Óskarsdóttir**
Jón Helgi Ingvarsson **Ásthildur B. Sigþórsdóttir**
Lísa Björg Ingvarsdóttir **Sveinn Valtýr Sveinsson**
barnabörn og barnabarnabörn.



Elsku besta mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

Ellen Marie Sveins

Hrafnistu, Hafnarfirði,

lést á Landspítalanum Fossvogi, miðvikudaginn 17. nóvember.
Útför fer fram frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði mánudaginn 29. nóvember kl. 13.00.

Gestir eru beðnir um að framvísa niðurstöðu um neikvætt Covid-hraðpróf við innganginn, sem tekið er á viðurkenndum stöðum og er ekki eldra en 48 klst. gamalt.
Útförin verður einnig í streymi á slóðinni:
https://youtu.be/UHR-uC-bX8U

Þorbjörg Rósa
Guðrún Ásta og Guðmundur
Sveindís Anna og Arnar
ömmubörn og langömmubörn.

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á **timamot@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055 .



Friðþór segir að í dag hafi byggð teygt sig yfir nánast öll þau svæði sem voru undir hernum á sínum tíma. MYND/AÐSEND

Áttatíu ára slóðir Churchill

Um helgina rekur Churchill klúbburinn ferðir forsætisráðherrans á Íslandi frá heimsókn hans til landsins 1941.

arnartomas@frettabladid.is

Churchill klúbburinn á Íslandi hefur verið starfræktur frá 2008 og er hugsaður sem fræðsluvettvangur um ævi og störf Winston Churchill. Á laugardag stendur klúbburinn fyrir fræðsluferð þar sem umsvif breska hernámsliðsins og síðar bandarískra setuliðsins verða í forgrunni. Þá verður einnig farið á þær slóðir þar sem Churchill fór um þann dagpart sem hann hafði viðdvöl á stríðsárunum.

„Það er núna áttatíu ára afmælisár heimsóknar Churchill til Íslands," segir Friðþór Eydal, fyrrverandi blaðafulltrúi Varnarliðsins, sem verður með leiðsögn í ferðinni. „Af því tilefni hef ég verið með leiðsögn fyrir hóp á vegum klúbbsins, bæði austur í Kaldaðarnes þar sem flugvöllurinn var og upp í Hvalfjörð, sem ég hef ritað bók um."

Um helgina er fyrirhugað að fara um höfuðborgarsvæðið, Nauthólsvík, Reykjavíkurflugvöll, Valhúsahæð og upp í Mosfellssveit þar sem Friðþór mun fræða gesti um hvað herliðið var að gera og í hvaða tilgangi.

Aðspurður um hvort einhver kennileiti séu á leiðinni sem fólk átti sig kannski ekki á að séu stríðsminjar, segir Friðþór að ekki sé mikið um það lengur.

> **Reykjavíkurflugvöllur er í raun stærstu stríðsminjarnar og minnisvarði um þennan tíma á höfuðborgarsvæðinu.**

„Það er ekki mikið um það í byggð í dag, því hún hefur teygt sig yfir nánast öll þessi svæði sem voru undir hernum á þessum tíma," segir hann. „En Reykjavíkurflugvöllur er í raun stærstu stríðsminjarnar og minnisvarði um þennan tíma á höfuðborgarsvæðinu."

Þá segir Friðþór að á ýmsum stöðum í kringum borgina megi finna ýmis mannvirki, eins og til dæmis í Öskjuhlíðinni, og braggana við Nauthólsvík, en ferðin mun einmitt enda í Bragganum í Nauthólsvík.

„Þar ætlum við að segja sögu Hótel



Winston Churchill á sér víða áhugamenn.

Winston sem þar reis í lok stríðsins og var flugvallarhótel í nokkur ár, sem bragginn frægi var hluti af," segir Friðþór. Þar verður einnig fyrirlestur um bókina Vítislogar, heimur í stríði 1939-1945 eftir Max Hastings, sem er nýútkomin í íslenskri þýðingu og lýsir persónulegum afleiðingum styrjaldarinnar. ■

Jólaþorpið í Hafnarfirði opnað í dag

arnartomas@frettabladid.is

Jólaþorpið á Thorsplani í Hafnarfirði verður opnað í dag og verður opið allar helgar á aðventunni. Þorpið var fyrst opnað árið 2003 og hefur síðan þá orðið fastur liður í jóladagskrá margra. Í ár verða ljósin á jólatrénu tendruð að viðstöddum fámennum hópi leikskólabarna vegna takmarkana.

„Það kom ekkert annað til greina en að opna," segir Andri Ómarsson verkefnastjóri viðburða hjá Hafnarfjarðarbæ. „Þetta er orðinn ómissandi hluti af aðventunni fyrir svo marga."



Jólaþorpið var fyrst opnað 2003.

Í ár verða um tuttugu sölubásar opnir í þorpinu auk þess sem fastagestir eins og Grýla og jólasveinarnir munu líta við. Andri segir þó að jólakjötið eitt helsta aðdráttarafl þorpsins.

„Það eru margir sem eru að selja sauðfjárafurðir hjá okkur og þegar maður er á vappi í jólaþorpinu þá er mest spurt um það," segir hann. „Svo er alls konar gott matarkyns, bæði kakó, kruðerí og skyndibiti sem er líka vinsælt."

Þorpið verður opið milli klukkan 13.00 og 18.00 allar helgar á aðventu. ■



ormsson

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

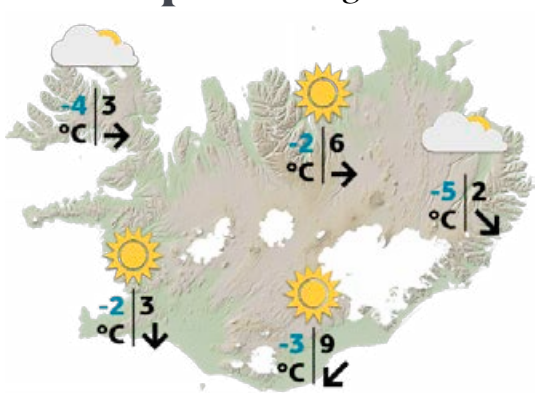
ORMSSON
LÁGMÚLA 8 - 530 2800

Skoðaðu úrvalið okkar á
ORMSSON.IS

*SENDUM UM LAND ALLT

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

Veðurspá Föstudagur



Norðvestan 20-30 m/s undir morgun. Annars mun hægari og léttir víða til, en áfram él norð-austantil. Lægir smám saman seinni partinn. Frost 1 til 10 stig, kaldast inn til landsins. ■



Skák Gunnar Björnsson

Svartur á leik



Magnús Carlsen (2.847) átti leik gegn Ian Nepomniachtchi (2.789) á netmóti fyrr í ár.

51...Ha1! 52. De5 (52. Kxa1 b2+ 53. Kb1 Ba2+ 54. Kxa2 b1D#). **52...Ha2+ 53. Kb1 Hxd2 54. Hxd2 b2 0-1.** Hvítur á enga góð vörn gegn 55...Ba2+. Heimsmeistaraeinvígi þeirra á milli hefst kl. 12.30 í dag í Dúbaí. Að sjálfsögðu verða einvíginu gerð góð skil á skak.is.

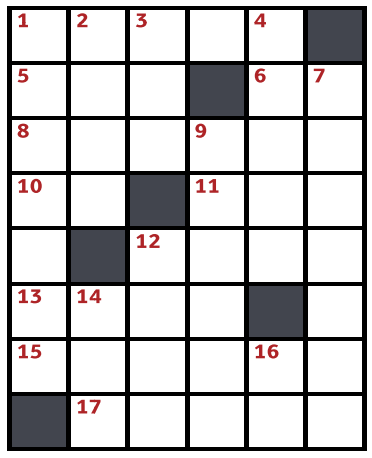
www.skak.is: Heimsmeistaraeinvígið. ■

Krossgáta

LÁRÉTT
1 ról
5 vesæl
6 ákefð
8 taumhald
10 tveir eins
11 löngun
12 hinkraði
13 daunill
15 útskýring
17 samning

LÓÐRÉTT
1 slengjast
2 mokað
3 væl
4 fugl
7 hnokkinn
9 dyntir
12 flet
14 ferð
16 tveir eins

LÁRÉTT: 1 kreik, 5 aum, 6 as, 8 stjórn, 10 tt, 11 þrá, 12 beið, 13 stæk, 15 tálkun, 17 ritun.
LÓÐRÉTT: 1 kastast, 2 rutt, 3 emj, 4 karri, 7 snáðinn, 9 ópekkt, 12 bæli, 14 túr, 16 uu.



Sudoku

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

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

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



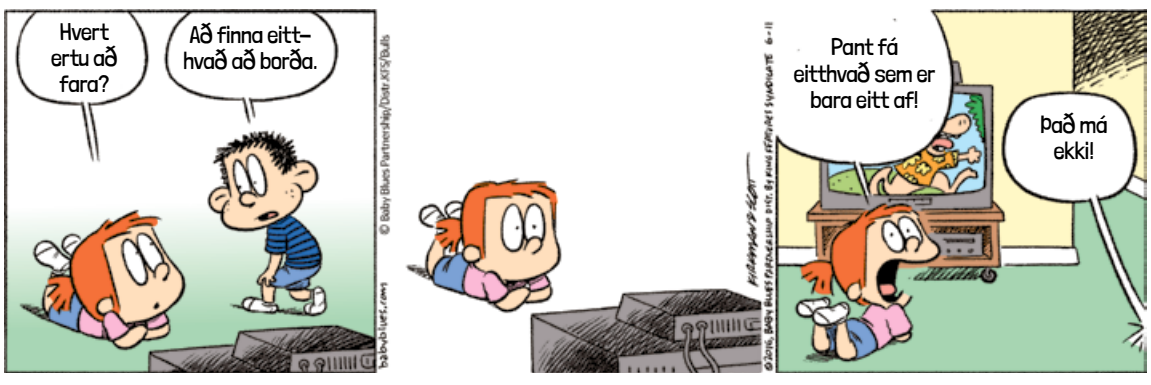
Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



FRÉTTABLAÐIÐ er helgarblaðið



Það er sárt að breyta heiminum

Þórdís Elva Þorvaldsdóttir hefur í fimmtán ár barist gegn kynbundnu ofbeldi með marg-víslegum hætti. Nú hefur hún sett á laggirnar norræn samtök um stafræn réttindi, en hún segir mikilvægt að opna augun fyrir afleiðingum stafræns of-beldis, enda loki það konur inni í ofbeldissamböndum.

Listamenn þurfa að vera smá egóistar



Eivör Pálsdóttir var ekki nema 13 ára gömul þegar hún byrjaði að spila á dansleikjum. Þá þurfti hún að hafa mömmu sína með til að fá inngöngu. Síðan hefur mikið vatn runnið til sjávar og nýverið gaf hún út plötu í miðjum heimsfaraldri og hélt 100 þúsund manna tónleika í streymi, án þess að ná að greiða sér almennilega.



Erfiðast að brúna kartöflurnar

Ólafía Hrönn Jónsdóttir og **Þröstur Leó Gunnarsson** sakna þess að skrifa og senda jólakort og skreyta ekki jóla-tréð fyrr en á Þorláksmessu. Þau hafa þekkst í áratugi og leika nú saman í Jólaboðinu í Þjóðleikhúsinu.

Helgarblað Fréttablaðsins, ómissandi hluti af góðri helgi.

Frábært verð!

SVARTUR FÖSTUDAGUR

Frábært verð á flug & hótel til Tenerife og Gran Canaria eða flug eingöngu - fyrstur kemur, fyrstur fær!

Flugsæti
Flug báðar leiðir frá
39.900

Flug & **hótel frá**
49.350

Verð frá kr.
59.950

Flugsæti
Flug önnur leið
19.950

SKOÐAÐU NÁNAR Á HEIMSFERDIR.IS

TAKMARKAÐ SÆTAFRAMBOÐ - TILBOÐ GILDA TIL 29. NÓVEMBER EÐA MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á slíku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.



Þetta verk samanstendur af fötum Steingríms J. Sigfússonar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Samtímalist í allri sinni fjölbreytni



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Sýningin Abrakadabra – Töfrar samtímalistar, stendur yfir í Hafnarhúsinu. Hún er ætluð ungu fólki og öllum þeim sem vilja upplifa og kynnast samtímalist.

kolbrunb@frettabladid.is

Verkin eru öll nýleg úr safneigninni og eru eftir 30 listamenn. Heiti sýningarinnar vísar í gamalt töfraorð og þýðir: „Það sem ég segi verður að veruleika.“

„Hér er verið að sýna hvað samtímalist getur verið í allri sinni fjölbreytni. Þetta er sýning sem kemur sérstaklega til móts við þá sem eru feimnir við samtímalist eða vita ekki hvað hún er, sem og til byrjenda og ungs fólks sem hefur áhuga á að kynna sér samtímalist,“ segir Áslaug Guðrúnardóttir, kynningar- og markaðsstjóri safnsins.

Axel Hallkell Jóhannesson hönnuður hannaði umgjörð sýningarinnar og veggi sem eru hér og þar í sýningarsölunum, með litlum gluggum og hugtökum úr myndlist, eins og: efniskennd – innsetning – staðbundin verk – blönduð tækni.

„Það er mjög gaman að skoða þessa sýningu og velta fyrir sér hlutum eins og: Hvað er skúlptúr? Hvenær hættir málverk að vera málverk og verður skúlptúr? Hver er munurinn á teikningu og málverki eða skúlptúr og innsetningu?“ segir Áslaug.

Föt Steingríms

Hún segir eitt af uppáhaldsverkum sínum á sýningunni vera Gerðið eftir Steingrím Eyfjörð. Verkið var sýnt á Feneyjatvíæringnum árið 2007.



> Þetta er sýning sem kemur sérstaklega til móts við þá sem eru feimnir við samtímalist eða vita ekki hvað hún er, sem og til byrjenda og ungs fólks.

„Það fjallar um huldukind og þar er gerði, jata og dallur fyrir kindina, allt smíðað eftir forskrift huldubónda sem listamaðurinn komst í samband við í gegnum miðil. Gestir vita ekki hvar huldukindin er, hvort er hún inni í gerðinu, einhvers staðar inni í safninu eða úti,“ segir Áslaug.

Hún nefnir einnig hugmyndaríkt listaverk eftir Ólaf Svein Gíslason, Þjóðarsál, sem samanstendur af fötum Steingríms J. Sigfússonar. „Listamaðurinn hafði samband við Steingrím og fékk föt af honum frá því hann var fjármálaráðherra í hruninu, spretti fötunum í sundur og saumaði þau síðan saman þannig að þau urðu ein heild, eitt verk, ein mynd.“

Straumur skólakrakka

Safnið fékk styrk úr Barnamenningarsjóði til að vinna efni á sérstaka Abrakadabra-síðu sem verður á heimasíðu safnsins. „Þar verður orðabók um samtímalist og í framtíðinni verður hægt að senda þar inn spurningar, líkt og gert er á vísindavefnum,“ segir Áslaug. „Einnig er verið að vinna vídeó fyrir síðuna og er það listamaðurinn Krassasig sem á veg og vanda af þeim í samvinnu við ungt fólk.“

Stríður straumur skólakrakka kemur á sýninguna ásamt kennurum sínum. „Þeim finnst hún forvitnileg. Eitt verk er þannig að ef maður flautar þá pípa á mann lyklakippur. Hægt er að klifra upp á verk eftir Katrínu Sigurðardóttur og kíkja ofan í kassa og þá sér maður hulinn heim sem aðeins einn getur notið í einu. Verk eftir Hrafnhildi Arnardóttur/Shoplifter er loðinn hellir sem er eins og snjóhús í laginu og hægt er að fara inn í. Börn elska að komast í námunda við listaverk eins og þessi.“■

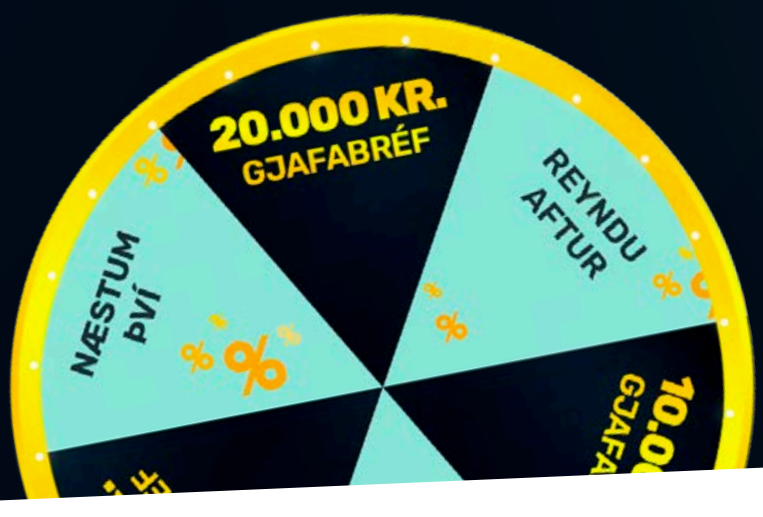
Það er mjög gaman að skoða þessa sýningu, segir Áslaug. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Black Friday Week

Gerðu frábær kaup
á gluggum og hurðum



Gildir aðeins 19. - 26. nóv. 2021



Snúðu til að vinna!

Taktu þátt inná Skanva.is

Engin bið eftir tilboði - þú sérð verðið strax á netinu!

Skanva.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavixl, úrval getur verið mismunandi milli verslana. Gildir ekki af „Lægsta áður verði Húsasmiðjunnar eða tilboðsvörum. Gildir 29. nóvember á meðan birgðir endast.

TAX FREE

Seríur og jólaskraut

Tax Free tilboð jafngildir 19,35% afslætti



30%



Jólastjarna
Fersk og falleg.
1.883kr
~~2.690kr~~

35%



Nilfisk Háþrýstidæla
140 bör, Click & Clean kerfi, 6 m Ultraflex slanga, 5 m rafmagnssnúra, hjól, þyngd 8.7 kg. 5254254
23.495kr
~~35.995kr~~

40%



eta since 1943
Töfrasproti
Twist, tilvalinn í rjómasúpuna, sósur, grauta eða ávaxta- eða grænmetismauk. 400W. 1851302
2.394kr
~~3.990kr~~

LG

30%



Kælir/frystir H203
Kæliskápur með botnfrystingu, orkuflokkur D, loftslagsflokkur SN, N, ST og T, rúmmál ísskáps 277l, rúmmál frystis 107l, 3 ísskápshillur, 3frystihólf, No Frost, með skjá, LED lýsingu, ísskápur með opnum dyrum, ofurkæling, frábær frysting, Multi-AirFlow, rafræn hitastýring, frístilling, vínhilla, 203x59,5x68,2 cm. 1860706
118.993kr
~~169.990kr~~



20%

Bergen
Rafmagnsnuddpottur
4 manna uppblásinn rafmagnsnuddpottur. 180x70 cm, vatnsmagn 700 lítrar, þyngd tómur 37 kg, hitar allt að 40°, 118 stútar, þriggja þrepa nuddstillingar. 8089108
95.990kr
~~119.990kr~~

60%



FERRO
Eldhústæki
Eldhústæki Algeo Square. 7810115
6.990kr
~~17.635kr~~

50%



FERRO
Eldhústæki
Ferro Zumba.
Rautt eða svart.7810100
8.790kr
~~17.635kr~~

40%



FERRO
Eldhúsvaskur granít
1 hólf, 15 ára framleiðsluábyrgð, tveggja ára ábyrgð á botnventli. 78X48 cm. 7810350
24.990kr
~~41.635kr~~



BerlingerHaus
Pottasett
Rose Gold, 3ja stk. 2002848
50%
6.718kr
~~13.435kr~~



BerlingerHaus
Pottasett
Black Rose, 7 stk. 2003071
50%
10.493kr
~~20.985kr~~

40%



BerlingerHaus
Hnífasett I-ROSE
Ryðfrítt stál með Non-stick húðun, á segulstandi, 6 stk. 2002791
3.693kr
~~6.155kr~~

50%



osann
Barnabílstóll
Snúningstóll 360°, 10 hæðastillingar, sætisbreidd: 30 cm, sætisdýpt: 33 cm, bakhæð: 47-70 cm. 3000807
24.635kr
~~37.900kr~~

50%



Matarstell
12 stk. 2009000
3.433kr
~~6.865kr~~



BLACK+DECKER

38%

Borvél, 18 V
Tvær rafhlöður 1.5Ah, hersla 37Nm, 10 fylgihlutir í tösku. 5245576
12.995kr
~~20.995kr~~

40%



STANLEY
Verkfærataska
Stærð: 49x28x31 cm, margir vasar og festingar fyrir verkfæri, hliðarvasi, stálhandfang með gúmmígrip. 5024891
7.195kr
~~11.995kr~~

DEWALT



Borvél, 18V
2 stk., 4.0Ah Li-ion rafhlöður, kolalaus mótor sem veitir notandanum enn lengri vinnutíma á hverri hleðslu, hraði: 0-600/0-2000 sn./mín., 15 stillingar, Led ljós, þyngd 1,6 kg. 5159046
46%
37.990kr
~~69.995kr~~

MÖRG ÞÚSUND VÖRUR ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR

Black+Decker, Hikoki, DeWalt, Worx og Makita rafmagnsverkfæri **-20%** • Fisher leikföng **-35%** • Trampólín **-20%** • LADY málning **-25%**
Flísar **-25%** • Parket **-25-36%** • Matarstell og glös **-30%** • Bökunarvörur **-30%** • Hnífapör **-30%** • Pottar og pönnur **-30%** • Fatnaður **-25%**
Hreinsiefni og hreingerningarvörur **-30%** • Plastbox **-25%** • Haustlaukar **-50%** • Pottaplöntur **-30%** • Stanley loftpressur **-20%**
Millistykki og framlengingarsnúrur **-40%** • Avasco hillurekkar **-20%** • Kapalkefli **-40%**



Skoðaðu
öll tilboðin
66 blaðsíður

HÚSASMIÐJAN

007 daga tilboðsveisla

KOL SVARTUR FÖSTUDAGUR

Gildir alla helgina

meðan birgðir endast



24%



Electrolux

Þvottavél, 1200 sn.

1200 sn., tekur 8 kg, með ullar og silki prógrammi, orkuflokkur E. 1860450

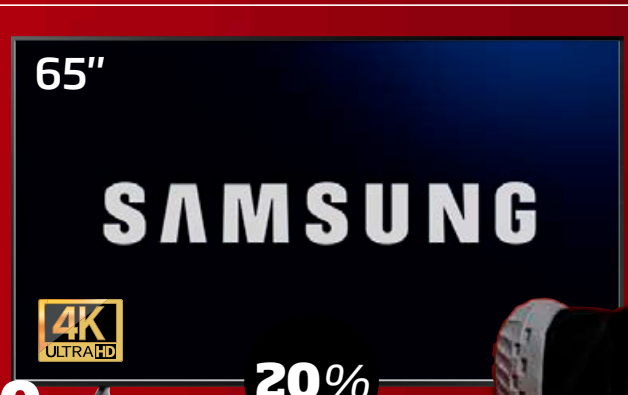
62.990 kr

~~83.490 kr~~

SAMSUNG

Snjallsjónvarp

4K Ultra HD upplausn (3840x2160). Crystal 4K örgjörvi, HDR tækni, Wi-Fi og Bluetooth tengingu, vafra, leikham, USB spilun og mörg forrit (YouTube, Netflix o.fl.). 1860806



20%

149.990 kr

~~187.990 kr~~



TILBOÐIN

GILDA LÍKA Í VEFVERSLUN - HUSA.IS

Blóðugt kusk á hvítflibba

Úr Læknirinn í Englaverksmiðjunni eftir Ásdísi Höllu Bragadóttur



Ásdís Halla Bragadóttir skrifar mikla örlagasögu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Þegar Ásdís Halla Bragadóttir fór að forvitnast um fjölskyldu blóðföður síns sem hún kynntist á fullorðinsárum, var fátt um svör þegar hún spurðist fyrir um einn mann: Dr. Moritz Halldórsson. Af hverju stafaði þessi þögn um íslenskan lækni sem starfaði í Kaupmannahöfn og Vesturheimi?

Hér sviptir Ásdís Halla hulunni af harmleik Moritz Halldórssonar læknis og fjölskylduleyndarmálum sem aldrei áttu að verða afhjúpuð. Að baki liggja miklar rannsóknir og heimildaleit sem teygði sig til fjögurra landa.

Þegar hér er komið sögu er Moritz starfandi sem læknir í Kaupmannahöfn.

Ég átti ekki von á öðru en að þessi þriðjudagur sem hugurinn reikar til yrði með sama sniði og aðrir dagar þetta haust. Ég fékk mér að borða og las blaðið. Í fyrstu vakti ekkert sérstakt á forsíðunni athygli mína nema auglýsing fyrir lagerhreinsun á sól- og regnhlífum þar sem hægt var að fá góðar hlífar á helmings afslætti en þegar ég var í þann mund að fletta yfir á síðu tvö rak mig í rogastans.

Neðst á forsíðunni hægra megin var frétt með sláandi fyrirsögn:

Morgenbladet Þriðjudagur, 25. september 1890.

MORÐ Á FÓSTURBÖRNUM

Í gærmorgun fannst kona hengd í einu af trjánum við Smedelinien. Hún var flutt í skyndi á sjúkrahús en var þá þegar orðin stíf og köld. Var þá farið með hana á lögreglustöðina á Store Kongensgade og þaðan yfir í líkhúsið þar sem hún er nú.

Konan sem fannst er á bilinu 30–40 ára. Fljótlega voru borin kennsl á hana og er talið að hún sé Emma Rasmussen. Hún var eftirlýst af lögreglunni eftir að upp komu alvarlegar ásakanir í hennar garð, en þær upplýsingar sem liggja fyrir um málið eru eftirfarandi:

Frú Emma Rasmussen, sem býr á fyrstu hæð á Elbagade, hafði leyfi lögreglunnar til að vera með smábörn í fóstri gegn mánaðarlegu gjaldi, en greitt var fyrirfram í eitt skipti fyrir öll. Þar að auki var hún með gistingu fyrir barnshafandi konur.

Hjartað sló hraðar. Ég las upphaf fréttarinnar aftur. Gat verið að þetta væri frú Rasmussen á Elbagade 9? Sú sem ég var hjá nokkrum vikum fyrr? Frá heimili hennar var innan við korters gangur að Smedelinien þar sem hin látna fannst við Kastalann, gamla varnarvirkið þar sem höfuðstöðvar varnarliðs borgarinnar voru.

Ýmislegt í fréttinni benti til þess að þetta væri frú Rasmussen en sú sem ég þekkti hét ekki Emma heldur Anna María og hún var komin vel yfir fertugt. Þetta hlaut að vera önnur kona.

En gat það verið tilviljun að þær bæru sama eftirnafn? Báðar höfðu þær leyfi lögreglunnar til að reka fósturheimili og voru einnig með gistingu fyrir barnshafandi konur. Auk þess var þetta sama gata og sama hæð. Sú sem ég fór í vitjanir til bjó á hæðinni sem á dönsku er kölluð fyrsta hæð, því götuhæðin er alltaf kölluð stuen, og konan í fréttinni bjó einnig á þeirri hæð.

Ég las áfram:

Meðal annars hafði hún tekið að sér í fóstur ungabarn þjónustustúlku og fékk fyrir það alla greiðsluna greidda fyrirfram.



Moritz Halldórsson læknir gekk í gegnum erfiða lífsreynslu. MYND/AÐSEND

Dag nokkurn fór þjónustustúlkan að Elbagade til að kanna hvernig barninu vegnaði. Henni var sagt að barnið hefði það gott, en hún gæti ekki fengið að sjá það því það væri ekki heima. Móðirin kom aftur og aftur en fékk aldrei að sjá barnið sitt. Að lokum var henni sagt að barnið hefði verið sent út á land því það hefði ekki verið við góða heilsu og hefði þurft ferskt loft. Unga móðirin gat hins vegar ekki fengið heimilisfang staðarins þar sem barnið var í vistun.

Þjónustustúlkan fylltist grunsemdum og tilkynnti um málið til lögreglunnar.

Mér sortnaði fyrir augum og ef ég hefði ekki þegar setið við borðstofuborðið hefði ég hnigið niður. Ég var ekki í neinum vafa lengur. Þjónustustúlkan í fréttinni hlaut að vera Anna María Andersen sem bar sama fornafn og frú Rasmussen og sagðist búa á horninu á Knabrostræde og Magstræde. Unga konan með ranghugmyndirnar sem ég var viss um að væri sinnisveik og glímdi við taugaveiklun. Gat verið að lögreglan hefði trúað henni?

Með herkjum hélt ég áfram niður forsíðuna:

En þegar fósturmóðurinni barst til eyrna að lögreglan væri á hælum hennar og að hún ætti að gefa sig fram á lögreglustöðinni yfirgaf hún heimili sitt og kom ekki aftur.

Lík hennar fannst svo við Smedelinien.

Í millitíðinni hóf lögreglan rannsókn í húsinu við Elbagade og í kjallara hússins fannst lík af litlu barni sem borin voru kennsl á sem barn þjónustustúlkunnar.

Þar að auki fannst í kassa, þar sem úrgangur frá húsinu er geymdur, lík annars barns sem hafði verið á fósturheimilinu.

Mér rann kalt vatn á milli skinns og hörunds. Gæsahúðin hrúslaðist upp í höfuðleður. Jesús Kristur!

„Er ekki allt í lagi?“

Jóhanna settist við borðstofuborðið og reyndi að ná athygli minni. „Moritz, hvað er að?“

„Bíddu, ég er að klára að lesa ...“

Í íbúð hinnar látnu fann lögreglan systur hennar sem bjó með henni. Talið var að hún gæti búið yfir mikilvægum upplýsingum og var hún því handtekin og færð á lögreglustöðina.

Ákafar umræður hafa orðið meðal íbúa við götuna og í bæjarhlutanum þar sem glæpurinn var framinn. Íbúar hússins sem Emma Rasmussen bjó í þekktu lítið til hennar, þeir segja að hún hafi látið lítið fyrir sér fara.

Lögreglan leggur mikið upp úr því að komast sem allra fyrst til botns í þessu óhugnanlega máli.

Skjálfhentur tók ég af mér gleraugun og grúfði andlitið í höndunum. „Talaðu við mig, Moritz! Hvað er eiginlega að?“ spurði Jóhanna um leið og hún lagði aðra höndina á öxl mína.

Ég hristi höfuðið og átti erfitt með að koma upp orði.

„Það er frétt hérna á forsíðunni. Hræðileg frétt um dáin börn. Þau voru myrt á fósturheimili ...“

„Almáttugur, hvílíkur hryllingur!“

Ég tók hendurnar frá andlitinu og leit upp á eiginkonu mína.

„... og ég hef komið á þetta fósturheimili ...“

„Hvað segirðu? Þú?!“

„Það eru ekki nema tvær eða þrjár vikur síðan og það er fósturmóðirin sjálf sem ég kannast við sem er grunuð um drápin. Hún fannst dáin í gær eftir að hún hengdi sig við Kastalann.“

Ég sá frú Rasmussen fyrir mér, hangandi í trénu við varnarvirkið. Belgmikil miðjan og örmjóir fætur sem dingluðu undan kjólnum. Augun spenntust upp af ótta, þegar hún fann að hún náði ekki andanum, stóðu nánast á stilkum og munnurinn, með alltof stórum hvítum tönnum, var galopinn. Tréklossarnir lágu á göngustígnum fyrir neðan hana, annar brotinn eftir að hafa dottið af henni.

„Þekktir þú hana í alvöru, þessa konu sem hengdi sig?“

„Dálítið. Ég kom þarna nokkrum sinnum, ekki til að sinna henni heldur börnunum, og ég vona að ...“

Þeirri spurningu laust niður í mig hvort ég hefði haft afskipti af börnunum sem fundust látin. Ég var nokkuð viss um að ég hefði aldrei séð barn Önnu Maríu, örvæntingarfullu þjónustustúlkunnar, en ég hafði ekki hugmynd um hvaða barnslík fannst í kassanum þar sem úrgangurinn var geymdur. ■

SVARTUR FÖSTUDAGUR
Tilboð 22.-27. nóvember
249.900 kr.
Verð áður 339.900 kr.
SX 80588 hægindasófi
Sjá nánar á patti.is
Kíktu í heimsókn!
Bíldshöfða 18 - 110 Reykjavík - sími: 557 9510 - patti.is
Patti HÚSGÖGN

SVARTUR FÖSTUDAGUR



32% AFSLÁTTUR

Sigurverkið
TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 7.299.-



31% AFSLÁTTUR

Fjallamenn
TILBOÐSVERÐ: 8.999.-
Verð áður: 12.999.-



30% AFSLÁTTUR

Kynjadýr í Buckingham Höll
TILBOÐSVERÐ: 3.149.-
Verð áður: 4.499.-



30% AFSLÁTTUR

Sigurður Þórarinsson - Myndasafn (2 bindi)
TILBOÐSVERÐ: 11.899.-
Verð áður: 16.999.-



35% AFSLÁTTUR

Hringljós Xquisit Selfie 14”
TILBOÐSVERÐ: 9.749.-
Verð áður: 14.999.-

ALLAR VÖRUR FRÁ playmobil



20% AFSLÁTTUR

ALLAR VÖRUR FRÁ HAY



10% AFSLÁTTUR

ALLAR ERLENDAR BÆKUR!



25% AFSLÁTTUR



30% AFSLÁTTUR

Píluspjald 43cm með 6 pílum
TILBOÐSVERÐ: 2.449.-
Verð áður: 3.499.-

ALLAR BARNABÆKUR



20% AFSLÁTTUR



25% AFSLÁTTUR

Heyrnartól Samsung Galaxy Buds
TILBOÐSVERÐ: 29.999.-
Verð áður: 39.999.-



20% AFSLÁTTUR

Rafhlaupahjól MI M365
TILBOÐSVERÐ: 49.999.-
Verð áður: 62.999.-



15% AFSLÁTTUR

Nintendo Switch
TILBOÐSVERÐ: 54.999.-
Verð áður: 64.999.-



XBOX ONE

XBox One S 1TB Leikjatölva
Verð: 39.999.-

ÖLL PÚSL



30% AFSLÁTTUR

FRÍ HEIMSENDING*
EF PANTAÐ ER FYRIR 10.000 KR. EÐA MEIRA Á VEFNUM OKKAR.

SVARTUR FÖSTUDAGUR

Þú færð SMS áður en við mætum.
Við gætum fyllsta hreinlætis og fylgjum ráðleggingum um sóttvarnir í öllum okkar afhendingum.
*á ekki við um húsgögn.

Penninn Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 28. nóvember eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



Í bókinni bregður fyrir þeim bræðrum Gunnari Páli og Garðari Ingva Gunnarssonum í kafla um furðuskepnur á Pollinum.
MYND/MINJA SAFNIÐ Á AKUREYRI

Saga Akureyrar í öðruvísi ljósi

Í nýútkominni bók eftir Jón Hjaltason sagnfræðing, Ótrúlegt en satt, bregður höfundur upp óvenjulegu sjónarhorni á sögu Akureyrar.

Lík lendir í hrakningum, Akureyringum er mútað (að minnsta kosti tvívegis), dáinn er í framboði til formanns og hitaveita bæjarbúa verður til fyrir vanþekkingu.

Svona má lengi telja fjölmarga kafla bókarinnar. Hér skal gripið niður þar sem skáldið Davíð Stefánsson fær breytt götunafni og fær hús að gjöf. Árið er 1943, bæjarstjórn Akureyrar hefur samþykkt nafnið Krabbastígur og þar ætlar Davíð að byggja:

„Var svo hafist handa um að byggja hús skáldsins undir stjórn Þorsteins Þorsteinssonar byggingameistara en eftir teikningu Harðar Bjarnasonar arkitekts sem síðar varð Húsameistari ríkisins.

En eitthvað var að plaga skáldið. Honum féll ekki nafn götunnar sem hann ætlaði sér að búa við ævina á enda. Og svo var áhrifamáttur hans mikill að sumarið 1943 var Krabbastígur styttur um helming og nýju götunni, sem þá var í fæðingu, gefið nafnið Bjarkarstígur. Einhverjir vildu heitið err-laust og bentu á að það vísaði til fjölda bjarka, væntanlega í garðinum við Munkaþverárstræti 11 sem frú María og Ólafur Thorarensen bankastjóri höfðu gert að sannkölluðu augnayndi en hlaut nú að víkja fyrir byggingum sunnan Bjarkarstígs.

Rétt er að taka fram að aldrei var staðfest opinberlega að Davíð hefði ráðið nafnbreytingunni en almannarómur, sem sjaldan lýgur, var viss í sinni sök.

Árið eftir eða 1944 flutti Davíð Stefánsson í nýbyggt hús sitt við Bjarkarstíg.

Um þetta leyti var enginn frægari eða umtalaðri á Íslandi en skáldið í Bjarkarstíg. Hann var löngu búinn að slá í gegn sem ljóðskáld og var á góðri leið með að komast á sama upphafna stallinn sem leikritaskáld. Jólin 1941 var Gullna hliðið sett upp í Reykjavík og sýnt við metaðsókn – 66 sýningar á fimm mánuðum og alltaf fyrir fullu húsi – leikritið Vopn guðanna fylgdi í kjölfarið og páskasýning Leikfélags Akureyrar 1944 var Gullna hliðið. Og Akureyringar fögnuðu.

Eftir áramótin, í janúar 1945, varð Davíð fimmtugur og erum við þá að nálgast húsgjöfina sem nefnd er í kaflaheiti – og orkar tvímælis, svo það sé nú viðurkennt, ekki síst ef vinsældir Davíðs um þetta leyti eru hafðar í huga. Að vísu hafa skáldalaun alltaf verið skorin við nögl á Íslandi.

Það sem er þó hæft í fullyrðingunni er að bæjarstjórn Akureyrar ákvað að heiðra Davíð fimmtugan með peningagjöf er nam tuttugu þúsund krónum. Matsverð hússins nýbyggða við Bjarkarstíg 6 nam rúmum þrjátíu þúsund krónum.“

Drottningarbraut, því þetta nafn?

Í júlí 1973 heimsótti Margrét Danadrottning Akureyri og var henni ekið eftir nýrri hraðbraut í bænum. En hvað átti brautin að heita? Um það var deilt: „Vegurinn liggur um Leirurnar, sagði einn, og á því að nefnast Leiruvegur.

Bjartmar Kristjánsson mótmælti: – Leiruvegur er hvorki „fagurt né tilkomumikið“ nafn.

– Nefnum veginn frekar Þórhildarbraut í virðingarskyni við Dani og ekki síst drottningu þeirra, stakk Bjartmar upp á og benti á að eflaust hefðu foreldrar Margrétar gefið henni þetta rammíslenska nafn til að sýna í verki vinarhug sinn til Íslands og íslensku þjóðarinnar.“

Tæpum áratug síðar var hin svokallaða hraðbraut enn nafnlaus.

„Kom þá til kasta bæjarstjórnar – á fundi 19. janúar 1982 – og enn voru skoðanir skiptar.

Tryggvi Gíslason skólameistari lagði til nafnið Kjarnabraut, Helgi M. Bergs bæjarstjóri stakk upp á Vaðlabraut en Sigurður Jóhannesson, sem átti sæti bæði í byggingarnefnd og bæjarstjórn, hélt sig við Fjarðarbraut.

– Það er varhugavert að hygla einum þjóðarleiðtoga með þessum hætti, aðvaraði Sigurður félaga sína í bæjarstjórn og minnti á að Ólafur Noregskonungur hefði heimsótt bæinn sumarið eftir komu Margrétar Þórhildar.

– Hvað má hann hugsa? benti Sigurður á, eða forseti vor, frú Vigdís Finnbogadóttir?

Að lokum kom þó mikill meirihluti bæjarstjórnar sér saman um nafnið. Gatan frá Strandgötu að syðri bæjarmörkum skyldi framvegis heita Drottningarbraut.

Við þessa niðurstöðu sló Tryggvi skólameistari á létta strengi, hann ætlaði senn að bregða sér bæjarleið til Kaupmannahafnar og spurði hvort hann ætti ekki að færa drottningu þessi tíðindi?

Gall þá í flokksbróður Tryggva, kennaranum Sigurði Óla Brynjólfssyni: „Ef þú hefur ekkert annað þangað að gera, þá mátt þú það svo sem.“

Þetta sama ár var lagningu Drottningarbrautar haldið áfram út að Strandgötu og hurfu þá að stórum hluta gömlu hafnarmannvirkin á Torfunefi þegar fyllt var upp í höfnina sem hálfri öld fyrr hafði verið kostað kapps um að dýpka með ærinni fyrirhöfn og kostnaði.

Svona breytast tímarnir.“ ■



Fjölmargar ljósmyndir prýða Ótrúlegt en satt og hafa margar hverjar ekki birst á prenti fyrr.
MYND/RAGNAR SKJÓLDAL



Davíð Stefánsson ljóðskáld.
MYND/AÐSEND

Svartur föstudagur

20%
afsláttur

af öllum snyrtivörum,
leikföngum, fatnaði og skóm

Gildir aðeins í dag 26. nóvember

HAGKAUP

Upp í ljósið og litina

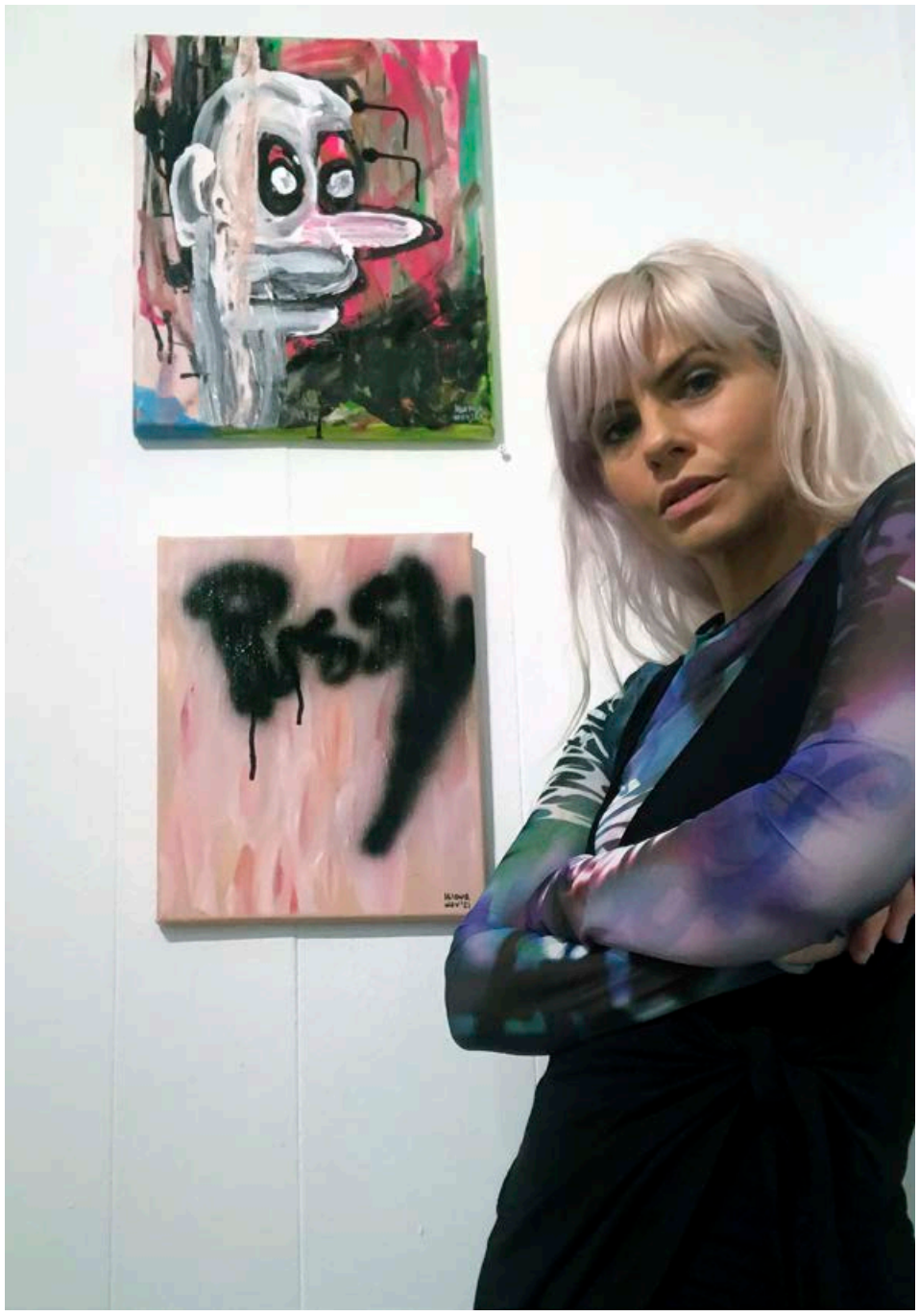


Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb
@frettabladid.is

Hildur Hermannsdóttir heldur fyrstu einkasýningu sína í Gallerí Schaeffers í miðborg Óslóar. Á sýningunni eru málverk, vídeóverk og skúlptúr.

Hildur lærði grafíska hönnun í Listaháskóla Íslands og teikningu í Høyskolen Kristiania í Ósló þar sem hún vann til verðlauna fyrir frábæran árangur. Hún býr í Ósló.

Sýningin heitir Divulge/Afhjúpun/Røpe. Á henni eru fjórtán málverk. „Ég notast aðallega við akrýl sem grunnefni en einnig blek, túss, lakk, sprey og gullfólíu," segir Hildur. „Málverkin eru af alls kyns fígúrum og lýsa mismunandi andlegu ástandi, frá því að vera undirgefin, dæmd og hrædd, yfir í að vera sterk, hugrökk og yfirveguð. Ég sýni einnig sjö myndir, akrýl og leir, sem sýna upphleyptar 3D píkur sem koma út úr striganum. Þarna er líka stórt verk sem er hangandi lak sem ég hef málað og spreyjað með nafni sýningarinnar."



Hildur segir myndlistarsýninguna snúast um síðasta ár. MYND/AÐSEND

Brotinn sími

Einnig er á sýningunni sería af kolateikningum sem ber nafnið Hreinsun/Purification, en það eru fyrstu verkin sem Hildur gerði þegar hún var að undirbúa sýninguna. Hildur sýnir síðan þrjú vídeóverk. „Í vídeóverkunum vinn ég með sjálfa mig og kynferðislega orku. Í verkinu Cream maka ég á mig rjóma og sýni að ég er frjáls skandinavísk kona sem getur gert það sem hún vill. En staðreyndin og írónían er samt að ég er alltaf dæmd fyrir að vera kynvera.

Í vídeóverkinu Slím er svart slím í bakgrunni sem táknar olíu, tjöru, leðjuna í botninum sem maður þarf að fara ofan í og svo upp úr til að frelsa sjálfa sig. Ég sést maka mig í blóði og munnur með rauðum varalit talar. Í því verki eru tilvísanir í þekktar bíómyndir. Þarna fjalla ég um ofbeldi, kynferðislegt ofbeldi, ástar- og kynlífsfíkn og það að frelsa sjálfa sig og hætta að vera hrædd.

Þriðja vídeóið er hluti af skúlptúrnum sem er á sýningunni og er af mér að endurtaka í sífellu: Fuck you! Verkið heitir Lekandi kynþokki/ Dripping Sexuality. Skúlptúrinn skapaði ég með sprautufroðu og málaði hann síðan bleikan. Ég gerði mót fyrir síma og vídeóið er á brotnum iPhone-síma innan í skúlptúrnum. Þetta verk er mín mee too-tjáning. Svo er síminn brotinn. Sími af því við erum öll í símanum. Brotinn sími – brotin sjálfsmynd."

> Svo er síminn brotinn. Sími af því við erum öll í símanum. Brotinn sími – brotin sjálfsmynd.



Hreinsun er tólf mynda sería af A3 kolateikningum.



Gular fígúrur.

Að fylgja hjartanu

Hildur segist vera að vinna með sjálfa sig á þessari sýningu. „Frá árinu 2018 til 2020 var ég á hraðri andlegri niðurleið. Mér þykir mikilvægt að tala um þessa hluti opinberlega. Það er nógu erfitt að vera andlega veik, en það er helmingi verra þegar maður þarf samtímis að skammast sín fyrir það. Eftir að hafa náð svokölluðum andlegum botni hef ég unnið mikið í sjálfri mér, með hjálp fagaðila, sálfræðinga, geðlækna, lyfja og alls kyns samtaka. Ég er á betri stað í dag andlega séð en ég hef nokkurn tímann verið.

Þessi myndlistarsýning snýst um þetta síðasta ár. Hún snýst um að koma sér upp úr hinu svartasta þunglyndi, upp í ljósið og litina ... að heila sjálfa sig. Að þora og fylgja hjartanu. Hætta að vera hrædd og ganga ekki inn í óttann," segir Hildur. ■



Hin vinsæla sýning um Ástu Sigurðar er komin á Stóra sviðið í Þjóðleikhúsinu. MYND/AÐSEND

Ásta á Stóra sviðið

kolbrunb@frettabladid.is

Sýningin Ásta, eftir Ólaf Egil Egilsson, hefur nú gengið fyrir fullu húsi í Kassanum frá því frumsýnt var í haust. Vegna mikillar eftirspurnar hefur nú verið ákveðið að færa sýninguna á Stóra sviðið. Þegar er orðið uppselt á tvær sýningar á Stóra sviðinu, en aukasýningum hefur nú verið bætt við.

Í þessu nýja verki er svipmyndum af Ástu og skáldskap hennar fléttað saman. Matthildur Hafliðadóttir söngkona og hljómsveit Guðmundar Óskars Guðmundssonar flytja frumsamin lög við ljóð Ástu og endurskapa tíðarandann í tónum. ■

Svefngarður í sjávarmáli

BÆKUR

Svefngarðurinn
Aðalsteinn Emil Aðalsteinsson
Útgefandi: Dimma
Fjöldi síðna: 180

Kristján Jóhann Jónsson

Svefngarður Aðalsteins Emils er smásagnasafn. Bókinni er skipt í átta sögur. Fyrsta sagan hefst á aprílmorgni 1901, í þremur sagnanna er tímasetning í undirtitli, 1941, í einni er talað um frétt frá 2020, einn undirkafli hefur ártalið 2021.

Sögurnar eru nokkrum sinnum tengdar, en textinn dregur þau tengsl stundum í efa. Í sjávarmáli þorps þar sem flestar sögurnar virðast eiga sér stað, er sandrif þar sem margvíslegur reki skolast á land. Þar er hús á mörkum tveggja heima, stendur á landi, en er bundið niður með skipsakkerum.

Þetta sandrif kallast „Svefngarðurinn". Þar rekur ýmislegt góss að landi og í því felast kannski tengslin við bókartitilinn. Í bókinni er líka ýmislegt góss sem rekið hefur á fjörur höfundar.

Það er að sjálfsögðu alvanalegt í nútímaskáldskap að draga hulu yfir stað og tíma og ekkert við það að athuga. Það er yfirleitt gert til þess að lokast ekki inni í margskrifuðum eða sögðum sögum, en horfa frekar vítt yfir veröldina.



Texti Aðalsteins Emils er oft myndrænn og sterkur, leitar svolítið inn í hryllingssöguna. Það þarf að grafa „hræið af pabba". Sjórinn er „iðandi í dauðum sjávargróðri. Stæka rotnunarlykt leggur yfir allt". Málfar hefði batnað við betri yfirlestur. Menn „rogast" til dæmis ekki með hesta í taumi niður af fjöllum.

En hverju hefur skolað á fjörur höfundarins? Árið 1901 kemur ljósmyndari í lítið þorp. Hann heillast af því að mynda lík, með aðstandendum eða án þeirra. Í stuttri sögu segir frá Eyjólfi sem málar myndir en hrapar í gjá, sér þá heiminn á hvolfi en nær aldrei að túlka þá sýn í málverki. Bókin hefst þannig á sögum tveggja myndasmiða og allar sögurnar eru frekar stakar myndir en hlekkir í frásögn, þó að þær vísi stundum hver inn í aðra eða minni hver á aðra. Í annarri sögu heyrum við af stúlku sem er lofuð íslenskum spjátrungi, nær sér í ameríska friðil en hann springur í loft upp. Í sögunni „Endurfundir" hefur maður misst konu og þrjú börn. Hann kennir sér um og þjáist, en syndirnar virðast ekki sambærilegar við refsinguna. Ein saga er af bræðrum. Í skriðuhlaupi kemur kista föður þeirra upp úr kafinu og það þarf að grafa karlskrattann aftur. Faðirinn hefur verið leiðindakurfur og er holað niður í ónýtum kálgarði hjá gömlum frænda.

Faðirinn stytti sér aldur áður en hann var grafinn í fyrra skiptið og sjálfsvíg er einnig í sögunni Hvörf. Þar er sektartilfinning ráðandi eins og í Endurfundum. Borgir undir vatni er örstutt, súrrealísk saga, þar sem veruleiki og skáldskapur flæða saman, en lokasagan, Svefngarðurinn, fjallar ekki um dauðaþrá, sjálfsvíg, framhjáhöld, sekt og innibyrgða reiði. Þar bregst að vísu gæfan, græðgin er banvæn og váboðarnir rotnir og illa lyktandi, en þar er gamall maður sem hlúir að stúlkubarni og kallast þannig á við ekkjuna sem lífgar drenginn í fyrstu sögunni. ■

> Texti Aðalsteins Emils er oft myndrænn og sterkur, leitar svolítið inn í hryllingssöguna.

NIÐURSTAÐA: Áhugaverðar sögur með skýrum mannlífsmyndum. Útgefandinn hefði mátt styðja betur við höfund sinn í ritstjórn og yfirlestri.

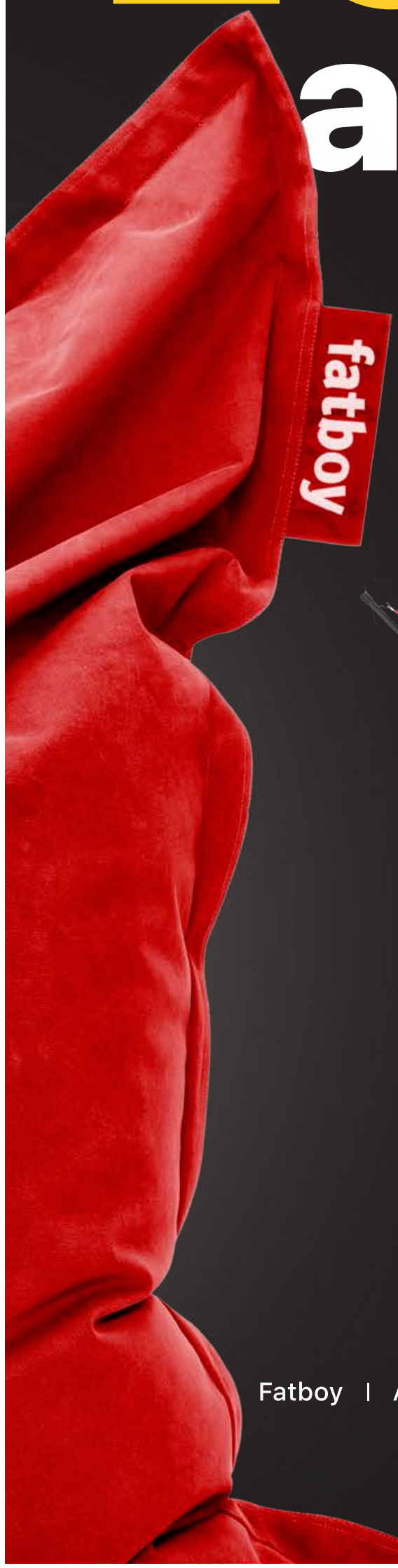
Svartur föstudagur

20-50%

afsláttur

(nema af því sem er með meiri afslætti)

fatboy®





-50%

RockCoco
Verð 46.100 kr.
Verð áður 92.200 kr.



-50%

Transloetje
Verð 7.400 kr.
Verð áður 14.800 kr.



-20%

Headdemock
Verð 67.920 kr.
Verð áður 84.900 kr.



-20%

Original Púðinn
Verð 31.840 kr.
Verð áður 39.800 kr.



-50%

Baboesjka
Verð 13.950 kr.
Verð áður 27.900 kr.



-50%

Edison the Petit
Verð 5.950 kr.
Verð áður 11.900 kr.

Fatboy | Ármúla 44 | 108 Reykjavík | 588 1955 | Fatboy.is



Eva Rún Snorradóttir, listrænn stjórnandi Lókal, segist hafa fundið fyrir ákveðinni þörf í íslensku sviðslistasenunni fyrir vettvang þar sem hægt væri að sýna verk í vinnslu.
FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Takmarkanir geta verið listrænt spennandi



Þorvaldur S. Helgason
tsh@frettabladid.is

Sviðslistahátíðin Lókal hefst í dag, föstudag. Listrænn stjórnandi hátíðarinnar segir skipuleggjendur hafa mætt miklum áskorunum vegna heimsfaraldursins, en telur samkomutakmarkanir þó geta verið spennandi á listrænan hátt.

Sviðslistahátíðin Lókal hefst í dag og af því tilefni sló Fréttablaðið á þráðinn til Evu Rúnar Snorradóttur, listræns stjórnanda hátíðarinnar.

„Við ætluðum að byrja á fimmtudeginum og mér finnst svolítið gaman að segja að opnunarsýningin sem átti að vera á fimmtudeginum, sýningin hennar Sigríðar Eirar, verður í janúar. Við erum náttúrlega búin að þurfa að vera í stöðugu flæði með heimsfaraldrinum," segir Eva og bætir við að þau muni hefja leika í dag með tveimur sýningum í Tjarnarbíói.

Lókal er löngu orðin fastur liður í sviðslistasenunni hér landi, en hátíðin var stofnuð 2008 af Bjarna Jónssyni, Ragnheiði Skúladóttur og Guðrúnu Jóhönnu Guðmundsdóttur. Á hátíðinni hefur alla tíð verið lögð áhersla á alþjóðlegt samstarf, en síðustu ár hefur verið lögð sífellt meiri áhersla á hið skapandi ferli.

„Við fundum ákveðna þörf fyrir það í íslensku sviðslistasenunni, að það vantaði vettvang þar sem þú gætir sýnt verk sem er enn þá í mótun og opnað ákveðið rannsóknarferli og líka verið vettvangur fyrir annars konar framleiðslu. Eitthvað sem er ekki einungis verk í vinnslu, heldur líka stuttar tilraunir, opnar rannsóknir og óvænt stefnumót," segir Eva Rún.

> Við erum vettvangur fyrir framúrstefnuleiklist og mér finnst allar þessar takmarkanir vera bara mjög spennandi í sjálfu sér.
>
> Eva Rún Snorradóttir



Úr sýningunni A Thousand Ways eftir sviðslistahópinn 600 Highwaymen. MYND/AÐSEND

Vettvangur fyrir framúrstefnu

Á hátíðinni í ár verður boðið upp á handritasmiðju, auk þess sem í fyrsta sinn verður gefin út bók á vegum Lókal um sviðslistir.

„Á þessari hátíð erum við með dálitla áherslu á handrit. Við erum með handritasmiðju í samstarfi við Reykjavík Bókmenntaborg UNESCO og Borgarbókasafnið, þar sem Friðgeir Einarsson og Kristín Eiríksdóttir eru leiðbeinendur. Svo erum við að gefa út rit í fyrsta skipti sem heitir Syrpa – sýnisrit sviðshandrita. Það eru fjórtán sviðslistahópar sem eiga efni í ritinu og Miðstöð íslenskra bókmennta styrkir það," segir Eva Rún.

Hún segir því fylgja miklar áskoranir að halda sviðslistahátíð á tímum heimsfaraldurs, en hátíðinni í fyrra var frestað vegna samkomutakmarkana.

„En á sama tíma er þetta svolítið spennandi fyrir Lókal, því við erum vettvangur fyrir framúrstefnuleiklist og mér finnst allar þessar takmarkanir vera bara mjög spennandi í sjálfu sér. Við höfum þurft að fresta þremur viðburðum, þar á meðal einni erlendri sýningu. En við erum vettvangur fyrir sýningar þar sem eru fáir gestir. Á einni sýningunni eru bara sex í einu. Þannig að það þarf líka að muna að þessar takmarkanir geta verið mjög listrænt spennandi."

Bara tveir áhorfendur í einu

Er eitthvað sérstakt sem stendur upp úr á Lókal í ár?

„Ég myndi vilja nefna sérstaklega Símaverið, sem er beint innblásið af faraldrinum. Það varð til í fyrra þegar við þurftum að fresta hátíðinni. Ásta Fanney, Birnir Jón og Margrét Bjarnadóttir voru í viku vinnusmiðju á síðasta ári og núna verður hægt að hringja í símaver Lókal og hlusta á verkin þeirra í gegnum síma.

Svo langar mig að minnast á erlendu sýninguna okkar sem var líka sköpuð í Covid. Þetta er heimsþekktur hópur sem starfar í New York sem heitir 600 Highwaymen og þar eru bara tveir áhorfendur í einu sem sitja á leiksviði og fara í gegnum ákveðið ferli. Þetta er svona óvænt stefnumót ókunnugra."

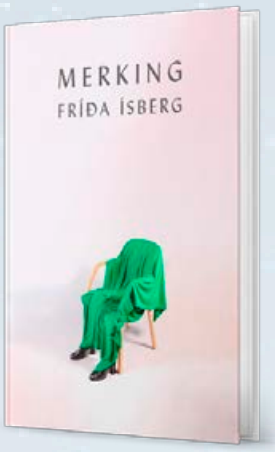
Eva Rún segir þá sýningu vera alveg einstaklega Covid-væna og raunar er öll hátíðin það. Áhorfendur þurfa einungis að mæta í hraðpróf fyrir þær tvær sýningar sem fara fram í Tjarnarbíói í dag, en allir hinir viðburðirnir eru það smáir í sniðum að ekki er þörf á slíku. Hátíðin stendur yfir til 6. desember og nánari upplýsingar má finna á lokal.is. ■

Bókaðu gleðileg jól



Sigurverkið
Íslenskur úrsmiður situr í höll Danakonungs og gerir upp forna glæsiklukku. Kvöld eitt rekst sjálfur einvaldurinn, Kristján sjöundi, inn til hans. Þeir taka tal saman og svo fer að úrsmiðurinn rekur fyrir hátignninni dapurlega sögu föður síns og fóstru.

4.999 kr.



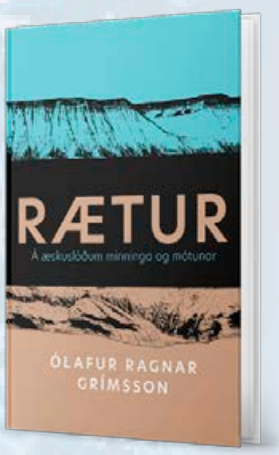
Merking
Skáldsagan *Merking* er margradda verk sem fjallar um afstöðu og pólaríseringu, fordóma og samkennd. Þjóðin er klofin í afstöðu sinni til samkenndarprófsins, byltingarkenndrar tækni sem spáð getur fyrir um andfélagslega hegðun; annar helmingurinn vill öruggara samfélag, hinn vill réttlátt samfélag.

5.299 kr.



Náhvít jörð
Á hvítum vetrarmorgni finnst yfirgefinn flutningagámur í Rauðhólum við Reykjavík. Þegar hann er opnaður blasir hryllingurinn við: fimm lífvana konur sem augljóslega hafa verið fluttar í þessum gámi yfir hafið. Hvernig getur svona lagað gerst og hverjir standa að baki þessari óhæfu?

5.299 kr.



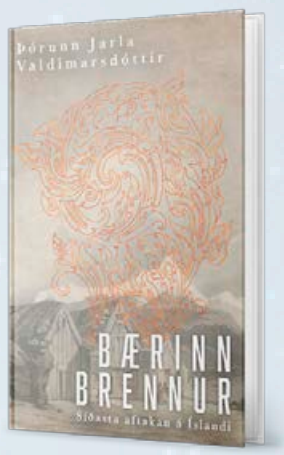
Rætur – á æskuslóð minninga
Rætur birtir nýjar hliðar á forseta sem flestir telja sig þekkja vel. Meitluð mynd, sannfærandi, hreinskilin og opinská. Hér leitar Ólafur Ragnar Grímsson upprunans og svara við fjölmörgum spurningum. Óvænt bók sem lengi verður lesin.

5.299 kr.



Sextíu kíló af kjaftshöggum
Sjálfstætt framhald verðlaunaskáldsögunnar *Sextíu kíló af sólskini*. Sagan hefst í Segulfirði, árið 1906. Áfram vindur furðuríku ferðalagi Íslendinga út úr myrkum torfgöngum inn í raflýstar stofur. Lesandinn er hrifinn með í dans á síldarpalli, í ólgandi takti sem dunar í huganum.

5.299 kr.



Bærinn brennur
Árið 1828 myrti Friðrik bóndasonur í Katadal nágranna sinn, bóndann og lækninn Natan Ketilsson á Illugastöðum í Húnavatnssýslu. Ráðskona Natans, Sigríður, og vinnukona hans, Agnes, lögðu á ráðin með Friðriki. Nákvæmar yfirheyrslur eru hér raktar en þær varpa nýju ljósi á málið.

5.299 kr.



Sprakkar
Konur á ólíkum sviðum þjóðlífsins koma víða við í spjalli um stöðu kynjanna, atvinnulífið, móðurhlutverkið og ótalmargt fleira. Brugðið er upp litríkri mynd af íslensku nútímasamfélagi, kostum þess og göllum, og rýnt í það sem enn er óunnið í jafnréttismálum.

5.299 kr.



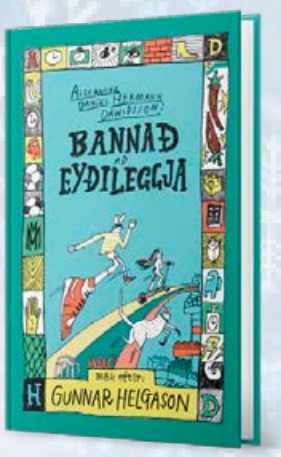
Systu megin
Systa býr ein í kjallarakompu við bágar aðstæður en hún ræður sér sjálf. Hún hefur losað sig að mestu undan ægivaldi Mömmu eins og Brósi, bróðir hennar og bandamaður. Þau hafa tekist á við harðan heim en valið hvort sína leið, Brósi innan samfélagsins, Systa utan þess.

5.299 kr.



Þín eigin ráðgáta
Þín eigin ráðgáta er öðruvísi en aðrar bækur. Hér ert þú söguhetjan og stjórnar ferðinni. Einn daginn vaknarðu og ekkert er eins og áður. Allir símar eru ónýtir. Samfélagsmiðlar eru hættir að virka. Tölvuleikir hafa þurrkast út. Hvað í ósköpunum gerðist?

3.899 kr.



ADHD: Bannað að eyðileggja
Alexander Daníel Hermann Dawidsson er með ADHD en það er allt í lagi – nema þegar lífið tekur upp á því að fara á hvolf. *Bannað að eyðileggja* er spennandi saga um Alexander og Sóleyju bekkjarsystur hans og litríku fjölskyldurnar þeirra.

3.999 kr.



Jólainnkaupin

hafa aldrei verið eins leikandi létt. Þú færð jólabækurnar á netto.is

Með því að nýta þér netverslun Nettó sparar þú þér tíma í jólaamstrinu. Nýttu tímann frekar í að lesa góða bók.

Úrval bóka er mismikið eftir verslunum.

nettó

Lægra verð – léttari innkaup

Föstudagur



Hringbraut

18.30 Fréttavaktin Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 433.is (e) er frétta- og viðtalsþáttur um íþróttirnar heima og erlendis.
19.30 Matur og heimili (e) Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
20.00 Bíóbærinn Fjallað um væntanlegar kvikmyndir og þáttaraðir ásamt almennu bíóspjalli.
20.30 Fréttavaktin Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
21.00 433.is (e) er frétta- og viðtalsþáttur um íþróttirnar heima og erlendis.

RÚV Sjónvarp

13.00 Heimaleikfimi
13.10 Kastljós
13.25 Menningin
13.30 Útsvar 2007-2008 Reykjavík - Fljótsdalshérað.
14.20 Hljómsveit kvöldsins Todmobile.
14.45 Með okkar augum
15.10 Kvöldstund með listamanni 1986-1993 Hannes Pétursson skáld.
16.10 Poirot. Agatha Christie's Poirot
17.00 Eldað með Niklas Ekstedt
17.30 Heimilistónajól Skemmtiþættir fyrir alla fjölskylduna þar sem stöllurnar í Heimilistónum, þær Elva, Katla, Lolla og Vigdís, bjóða áhorfendum í heimsókn til sín í Heimilistónahúsið á aðventunni.
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Sögur af apakóngi
18.25 Maturinn minn
18.35 Húllumhæ
18.50 Lag dagsins Prins Póló og Hjálmar - Grillið inn.
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Jólin koma (1 af 4) Gestir Jóns í þættinum eru Lovísa Elísabet Sigrúnardóttir, betur þekkt sem Lay Low, og Stefán Hilmarsson.
20.05 Kappsmál Keppendur kvöldsins eru þau Óttar Proppé, Elísabet Herdísar Brynjarsdóttir, Steiney Skúladóttir og Skúli Gautason.
21.10 Vikan með Gísla Marteini Gísli Marteinn tekur á móti góðum gestum á föstudagskvöldum í vetur og fer með þeim yfir helstu atburði vikunnar.
22.05 Barnaby ræður gátuna - Causton-ljónin. Midsomer Murders. The Lions of Causton Bresk sakamálamynd, byggð á sögu eftir Caroline Graham, þar sem Barnaby lögreglufulltrúi rannsakar dauðsfall í ruðningsklúbbi.
23.35 DNA. DNA
00.15 Dagskrárlok

Stöð 2 Golf

09.25 LPGA Tour Útsending frá ANA Inspiration.
13.30 LET Tour Bein útsending frá Andalucia Costa del Sol Open de Espana Femenino.
16.30 European Tour 2021 - Highlights
16.55 LPGA Tour Útsending frá ANA Inspiration.
18.55 PGA Tour. The Cut
19.20 DP World Tour Útsending frá Joburg Open á Evrópumótaröðinni 2022.

Sjónvarp Símans

12.30 Dr. Phil
13.15 The Late Late Show
14.00 Bachelor in Paradise
16.50 The King of Queens
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 Dr. Phil
18.20 The Late Late Show
19.05 Jarðarförin mín
19.40 Intelligence
20.10 The Bachelorette
21.40 Bad Moms
23.25 My Sister's Keeper
01.10 Masterminds Gamanmynd frá 2016.
02.45 A Single Shot
04.35 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 Í ljósi sögunnar
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Óskastundin
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.03 Hádegið. Fyrri og seinni hluti
12.20 Hádegisfréttir
12.42 Hádegið
13.00 Dánarfregnir
13.02 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Skyndibitinn Borg kvenna á 14. öld.
15.00 Fréttir
15.03 Sögur af landi
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Vinill vikunnar
17.00 Fréttir
17.03 Lestarklefinn
18.00 Spegillinn
18.30 Brot úr Morgunvaktinni
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Flugur Hljómar og Thor's Hammer.
19.45 Lofthelgin
20.35 Mannlegi þátturinn
21.40 Kvöldsagan. Í verum, seinna bindi (13 af 32)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestarklefinn

Stöð 2 Bíó

11.05 Thunder Road
12.35 Swimming for Gold
14.05 Yesterday
16.00 Thunder Road
17.30 Swimming for Gold
19.00 Yesterday
21.00 Snatch Sprenghlægileg glæpa- og spennumynd þar sem Jason Statham, Brad Pitt og Benicio Del Toro eru á meðal einvalaliðs leikara.
22.40 The Invisible Man Þegar ofbeldisfullur, fyrrverandi eiginmaður Ceciliu fremur sjálfsmorð og arfleiðir hana að umtalsverðum fjármunum, grunar hana að dauði hans hafi verið settur á svið.
00.40 American Psycho Kómískur, glæpa- og spennutryllir. Patrick Bateman vinnur á Wall Street í New York í fyrirtæki föður síns, en á kvöldin er hann kaldrifjaður morðingi, siðblint skrímsli, sem hatar heiminn.
02.20 Snatch

Stöð 2

07.55 Heimsókn
08.20 The Mentalist
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 Gossip Girl
10.05 Supernanny
10.45 Curb Your Enthusiasm
11.25 Flipping Exes
12.05 Friends
12.35 Nágrannar
12.55 The Great Christmas Light Fight
13.35 The Great British Bake Off
14.30 Eldhúsið hans Eyþórs
14.55 Grand Designs. Australia
15.16 30. Real Time With Bill Maher
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
18.55 Stóra sviðið Fjölskylduþáttur þar sem skemmtun og afþreying eru í aðalhlutverki. Steinunn Ólína leggur fyrir þá Auðun Blöndal og Steinda Jr., fyndnar og fjölbreyttar áskoranir.
19.40 One Night With Adele
21.10 The Never Ending Story Myndin segir frá Bastian Balthasar Búx, sem á ekki sjö dagana sæla, þar sem hrekkjusvín í skólanum leggja hann í einelti. Dag einn tekst honum að flýja kvalara sína inn í bókabúð og í framhaldinu kemst hann yfir bók eina, sem inniheldur Söguna endalausu.
22.45 Deadpool
00.30 Anon
02.10 The Mentalist
02.55 Shark Tank
03.35 Curb Your Enthusiasm Larry David snýr aftur í óborganlegum gamanþáttum og hann hefur svo sannarlega engu gleymt.
04.10 Friends
04.35 The Great British Bake Off

Stöð 2 Sport

06.45 Subway körfuboltakvöld kvenna
07.40 Valur - Skallagrímur Útsending frá leik í Subway deild kvenna.
09.25 Grindavík - Breiðablik
11.05 Haukar - Tarbes GB
12.45 Tilþrifin
13.30 Valur - Skallagrímur
15.10 Grindavík - Breiðablik
16.50 Subway körfuboltakvöld kvenna
17.50 Fjölnir - Sindri Bein útsending frá leik í 1. deild karla í körfubolta.
19.50 Subway körfuboltakvöld kvenna
20.45 Haukar - Tarbes GB
22.25 Fjölnir - Sindri

Stöð 2 Sport 2

06.55 Rangers - Sparta Prag
08.35 Leverkusen - Celtic
10.15 Lokomotiv Moskva - Lazio
11.55 Leicester - Legia
13.35 Lincoln Red Imps - FC Kaupmannahöfn
15.15 Bodö/Glimt - CSKA Sofia
16.55 NFL Gameday
17.25 The Fifth Quarter
17.40 Derby - Bournemouth
19.20 Football League Show
19.55 WBA - Nottingham Forest Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
22.20 Leicester - Legia
00.00 WBA - Nottingham Forest

SVARTIR DAGAR
OFURTILBOÐ

FÖSTUDAG TIL MÁNUDAGS



HYPERVOLT
Skuggalega gott tilboð,
30.000 kr. afsláttur
Þessi er ekkert að klappa húðinni heldur vinnur djúpt inn í vöðvana.
Verð nú 34.990, áður 64.990.
(Takmarkað magn)



COMPRESSPORT
Tæknilegir Trail hlaupabolir
40% afsláttur
3D hönnun á sniði og aðhaldi.
Fullkomnir fyrir keppni og æfingar.



BROOKS LEVITATE
Hlaupaskór
40% afsláttur
Fjaðrandi skór fyrir hraðari hlaup.
Frábær í ræktina og til daglegra nota.

20 - 50% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM Í VERSLUN
GÖNGUGREINING Á AÐEINS 1.990 EF BÓKAÐ ER Á STAÐNUM

FRÍ HEIMSENDING
á faeturtoga.is

FÆTUR TOGA
LEIÐIN TIL ÁRANGURS

OPNUNARTÍMAR
Föstudag 10-21
Laugardag 11-18
Sunnudag 12-17*
Mánudag 10-18
*einungis Kringlunni

Kringlan 3. hæð - Höfðabakki 3 - Faeturtoga.is - Sími 55 77 100

Lykilspurningin

Hver er uppáhalds Íslendingasagan þín og af hverju?

Naut Njálu á Njálsgötu



Rósa Kristinsdóttir *einn stofnenda Fortuna Invest*

„Af mörgum framúrskarandi sögum verð ég að segja Njála. Þar vegur líklega þyngst kvenskörungurinn óútreiknanlegi Hallgerður Langbrók," segir Rósa Kristinsdóttir, einn stofnenda Fortuna Invest – fræðsluvettvangs um fjármál, sem hefur vakið gríðarlega athygli með umdeildri Instagramfærslu um Gísla sögu Súrssonar.

„Hún svaraði heldur betur fyrir sig þegar hún upplifði óásættanlega framkomu frá eiginmönnum sínum, framkomu sem ætla má að mörgum hafi þótt eðlileg í þá daga og reyndar víða talsvert lengur.

Þótt ég hafi að vísu ekki tekið allar hennar athafnir til fyrirmyndar í eigin lífi, og sem betur fer ekki verið tilefni til, birtist hún sem sterk kvenpersóna sem tók pláss og lét ekki allt yfir sig ganga.

Mér finnst ekki ólíklegt að hún hafi veitt fjölda kvenna innblástur. Brennu-Njálssaga öll veitti mér raunar svo mikinn innblástur að ég tók málið alla leið og flutti á Njálsgötu haustið 2017. Þar bjó ég í fjögur ár í góðu yfirlæti með bókina í hillunni." ■

Hvað er að frétta?



Haraldur Ari Stefánsson

Haraldur Ari Stefánsson leikari, fermikinn í spennuþáttaröðinni Ófærð 3 þessar vikurnar. Þar fer okkar maður með hlutverk mótorhjólakappa í seríunni, sem gerist fyrir austan og norðan að venju.

„Það er fátt annað sem kemst að þessa dagana en biðin eftir barni sem ætlaði að láta sjá sig fyrir nokkrum dögum," segir Haraldur. Hann bíður spenntur ásamt kærustunni sinni, Kristjönu Sæunni Ólafsdóttur, eftir að fá lítinn sólargeisla í skammdegisdrungann og næðinginn í aðdraganda aðventunnar. ■

Sólborg berst áfram gegn fávitum



Oddur Ævar Gunnarsson
odduraevar
@frettabladid.is

Baráttukonan Sólborg Guðbrandsdóttir segist hvergi nærri hætt baráttu sinni gegn kynferðisofbeldi og fávitum hvers konar og heggur nú í sama knérunn með bókinni Aðeins færri fávitar, sjálfstæðu framhaldi Fávita, sem var víða tekið fagnandi og fegins hendi í fyrra.

odduraevar@frettabladid.is

Sólborg Guðbrandsdóttir vakti landsathygli fyrir fimm árum þegar hún stofnaði Instagram-síðuna Fávitar, þar sem markmiðið var að varpa ljósi á ósæmilegar skeytasendingar ókunnugra karlmanna til kvenna á samfélagsmiðlum.

Sólborg segir margt hafa breyst á þessum árum. „Almennt séð finnst mér umræðan og vitundarvakningin um kynferðisofbeldi og ofbeldi á netinu vera meiri. Það virðist þó vera mjög langt í land og breytingarnar gerast hægt. Við þurfum að koma kennslunni um kynheilbrigði og heilbrigð samskipti almennilega að í skólakerfinu okkar, og þá er ég viss um að margt muni breytast til hins betra á næstu árum og áratugum."

Kerfisbundið ofbeldi

Sólborg segist sjálf hafa lært margt á þessum árum og skilji nú betur að ofbeldi sé kerfis- og menningarbundið vandamál. „Við þurfum að skoða og reyna að skilja hvað það er sem fær fólk til að beita hvert annað ofbeldi og hvers vegna því fylgja ekki meiri afleiðingar og úrræði.

Ég hef líka lært það að vilji maður sjá breytingar þá verði maður sjálfur að vera breytingin. Þess vegna er ég enn að. Baráttan gegn ofbeldi skiptir gríðarlegu máli fyrir allt samfélagið," segir Sólborg.

Samskipti og sjálfsþekking

Sólborg svarar vangaveltum ungl-



Sólborg lemur áfram á fávitunum í nýrri fræðslubók um samskipti kynjanna. MYNDIR/AÐSENDAR



Sólborg tekur á samskiptum og sjálfsþekkingu í Aðeins færri fávitar.

inga um samskipti kynjanna í nýju Fávitabókinni. „Fyrri bókin var samansafn af kynfræðslutengdum spurningum sem ég hafði fengið sendar til mín á samfélagsmiðlum og á fyrirlestrum.

Þessi bók fjallar að mestu leyti um samskipti og sjálfsþekkingu og í henni svara ég vangaveltum unglinga um samskipti kynjanna: viðreynslu, kynlíf, sambönd og sjálfsöryggi og reyni að leggja áherslu á að efla sjálfsmynd þeirra og öryggi í samskiptum."

Saknar ekki Instagramsins

Sólborg segir að vinnan við Aðeins færri fávita hafi verið bæði

> **Baráttan gegn ofbeldi skiptir gríðarlegu máli fyrir allt samfélagið.**

skemmtileg og krefjandi. „Þetta tók lengri tíma en með þá fyrri. Mér finnst samt ekki lýjandi að fræða. Fræðslan er jákvæða og hvetjandi hliðin á teningnum og hún dregur úr ofbeldi," segir Sólborg og bætir við að hins vegar hafi henni þótt erfitt að halda Instagram-síðunni úti.

„Þar var ég í stöðugum rökræðum við fólk og tók á móti ógrynni sagna af kynferðisofbeldi. Ég lokaði á það eftir fimm ár þegar ég gat hreinlega ekki meira og fann út úr því hvað ég gæti þá gert í staðinn."

Sólborg segir aðspurð að mikill áhugi sé á fræðslu sem þessari, hvort sem hann tengist bókunum hennar eða öðru. „Á hverju ári verða börn að unglingum og þau hafa svipaðar vangaveltur um þessa hluti og þau sem á undan komu.

Við erum aldrei búin að fræða. Heimurinn og samfélagið er stöðugt að þróast og við þurfum að hafa okkur öll við svo okkur takist að fylgja með. Bækurnar eru góð leið til að opna á umræður um þessi málefni heima fyrir og ég er viss um að þær svara mörgum spurningum unga fólksins okkar." ■

Sérfræðingurinn

Mögulega svindl að fara holu í höggi fram hjá reglum

Getur það verið útsjónarsemi frekar en svindl að tengja forrit við tölvukerfið Golfbox til þess að næla sér í hentugan rástíma?

odduraevar@frettabladid.is



Henry Alexander Henrysson *siðfræðingur*

Þegar við tölum um svindl erum við yfirleitt að vísa til þess að einhverjum hafi tekist að fara á svig við reglur til að koma sér í betri stöðu heldur en aðrir, eða til að fá einhver gæði í hendurnar, sem þar af leiðandi skiptast ekki jafnt niður.

Það þarf nú ekki alltaf sérfræðinga til að bera kennsl á það hvort einhver hafi svindlað eða ekki. Börn eru oft bestu aðilarnir til að segja til um svindl, hvort sem það er á leikvellinum eða við jólatréð. Börn eru einnig fljót að koma auga á hvort afsakanir eða útskýringar í kjölfar þess að svindl kemst upp, halda vatni eða ekki.

Ein slík útskýring um hvers vegna ekki sé um svindl að ræða, sem mikið er notuð meðal fullorðinna, er að óheiðarleikinn sé ekkert annað en útsjónarsemi. Viðkomandi finnst þá að þau gæði sem hann kemst í á kostnað annarra, sé í raun ekkert annað en þau sem hann verðskuldar. Það að hann hafi komið sér í betri stöðu í tilteknu máli, byggist í raun ekki á neinu öðru en að hann sé þegar kominn í betri stöðu, í krafti leikni sinnar og hyggjuvits.



Golfsveiflur á svig við reglur geta verið siðferðislega vafasamar,
FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Þótt erfitt sé að gera sér grein fyrir smáatriðum í málinu sem komst nýlega í fréttirnar varðandi rástímana í golfinu, þá virðist það að mörgu leyti sígilt dæmi um það þegar farið er á svig við reglur til að koma sér í betri stöðu. Hver veit nema það megi finna göt í reglunum og að þessi göt hafi verið nýtt?, en svindl snýst ekki einungis um að brjóta reglur. Svindl snýst um það þegar maður gefur sjálfum sér forskot, eftir leiðum sem maður vill ekki innst inni að verði almennt stundaðar. ■

UPP MEÐ FJÖRIÐ!



Red Bull®

RED BULL VEITIR VÆÆÆNGI.



Aldís Amah er bæði einn handritshöfundanna og fer með aðalhlutverkið. MYNDIR/ JULIETTE ROWLAND



Ævar Þór Benediktsson leikur lögreglumanninn Gústa.

Martröð og morð í túristagildru svartra sanda

Glæpaþáttaserían Svörtu sandar segir frá lögreglukonunni Anítu, sem sogast ofan í myrkan hyl fortíðar þegar hún eltist við mögulegan raðmorðingja á æskuslóðum sínum. Stöð 2 byrjar að sýna þættina á jóladag, en Fréttablaðið skyggndist bak við tjöldin þar sem ekki er allt sem sýnist í svartri sandfjörunni.

toti@frettabladid.is

„Ég hef aldrei drepið svona mikið af fólki eins og við gerum í þessari seríu af Svörtu söndum," segir Baldvin Z, sem er leikstjóri glæpaþátt-anna Svörtu sanda, en hann skrifar einnig handritið ásamt aðalleikkonunni Aldísi Amah Hamilton og lögreglumanninum Ragnari Jónssyni.

„Þrátt fyrir það var tökutímabilið eitt það ljúfasta og yndislegasta sem ég hef tekið þátt í. Þegar maður vinnur með svona ótrúlega hæfileikaríku og skemmtilegu fólki sem leggur allt að veði, verður útkoman sturluð," segir Baldvin um þættina sem hefja göngu sína á Stöð 2 á jóladag.

Aldís Amah leikur Anítu, þrítuga lögreglukonu, sem hrekst til starfa á æskuslóðunum eftir að hafa verið neydd til að segja upp starfi sínu í Reykjavík.

Hún hefur ekki komið í þorpið, sem er orðið túristagildra, umkringd svörtum söndum, í fjórtán ár, en eftir að lík ungrar konu finnst á svæðinu, kemst hún að raun um að óumflýjanlegt uppgjör við móður hennar er síður en svo það versta sem býður hennar, þegar eltingaleikur við mögulegan raðmorðingja sogar hana ofan í myrkan hyl fortíðar.

Líkfundurinn virðist í fyrstu ekki tengjast neinu saknæmu, en þegar vinkona hinnar látnu finnst, hrakin og alblóðug í kjölfarið, tekur rannsókn Anítu, lögreglustjórans Ragnars, þorpslæknisins Salomons og lögregluteymisins á staðnum, aðra stefnu.

Á meðan rannsóknin vindur upp á sig endar Aníta í miðju eldheits ástarþríhyrnings og í ljós kemur að lögreglan á staðnum hefur ekki sinnt rannsóknum sem skyldi og málið tengist hugsanlega eldri málum og mögulegum fjöldamorðingja, þannig að fortíðaruppgjör Anítu breytist í martröð.

Stöð 2 sendir fyrsta þáttinn, eins og áður segir, út á jóladag, en annar þáttur fylgir í kjölfarið strax á öðrum degi jóla.

Auk Anítu eru Þór Tulinius, Steinunn Ólína Þorsteinsdóttir, Ævar Þór Benediktsson og Kolbeinn Arnbjörnsson í helstu hlutverkum. ■



Rannsókn morðmálsins vindur fljótt upp á sig og leiðir Aldísi á háskalegar slóðir.



Þór Tulinius er reffilegur sem lögreglustjórinn Ragnar.



Kolbeinn Arnbjörnsson leikur þorpslækninn Salomon sem kemur að rannsókn líkfundarmálsins sem á eftir að ganga mjög nærri Anítu, sem Aldís Amah Hamilton leikur.



Steinunn Ólína Þorsteinsdóttir í hlutverki Elínar, móðurinnar sem Aníta getur ekki komið sér hjá því að gera fortíðina upp við.



Þegar svartir sandarnir umhverfis æskuslóðir Anítu verða vettvangur glæps mögulegs raðmorðingja, snýst fortíðaruppgjör lögreglukonunnar upp í martröð.



Túristagildran við svörtu sandana reynist mun hættulegri en ætla mátti, þegar lík ungrar konu finnst í sandfjörunni.

Bókaðu gleðileg jól



Jólasvínið
Jack á sér uppáhaldsleikfang – lítið tuskusvín. Svínið hefur fylgt honum alla tíð, í gegnum súrt og sætt. Þangað til aðfangadagskvöld eitt að hið hræðilega gerist: svínið týnist. En jólanótt er tími kraftaverkanna, nóttin þegar allir hlutir geta lifnað við – jafnvel leikföng.

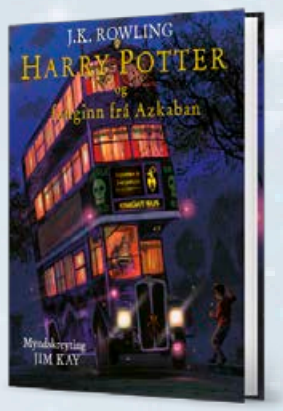
4.299 kr.



Guðni á ferð og flugi
Guðni Ágústsson er annálaður sagnamaður og einn vinsælasti tækifærisræðumaður þjóðarinnar. Í hugum margra er hann enn hinn eini sanni landbúnaðarráðherra Íslands – og um leið ötull talsmaður landsbyggðarinnar.

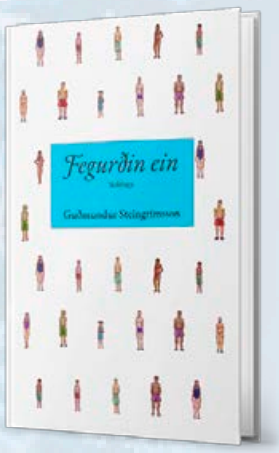
Hér fer Guðni með lesandann í ferðalag um hinar dreifðu byggðir Íslands.

4.999 kr.



Harry Potter og fanginn frá Azkaban – myndskreytt
Hættulegasti fangi allra tíma, Sirius Black, gamall félagi Voldemorts, hefur sloppið úr hinu rammgerða fangelsi Azkaban – og virðist vera að leita uppi Harry Potter. Harry og vinir hans, Ron Weasley og Hermione Granger, mega því búast við hinu versta.

6.799 kr.



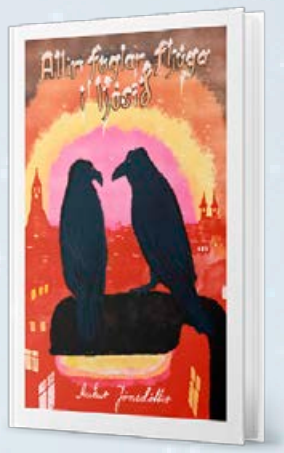
Fegurðin ein
Síðasta sýningin á söngleiknum um Fríðu og Dýrið. Anna dansari er í stuði í lokapartíinu – þar til bæði kærastinn og viðhaldið eru mætt. Hún tekur því fagnandi óvenjulegu verkefni fyrir auglýsingastofu: að fara til Tenerife og finna fallegt fólk.

5.299 kr.



Þú sérð mig ekki
Snæbergsfjölskyldan er efnamikil, voldug og virt í samfélaginu. Allt virðist leika í lyndi, en þegar stórfjölskyldan sameinast í tilefni af afmæli ættföðurins á nýju hóteli á Snæfellsnesi koma brestir í ljós. Rifið er ofan af gömlum sárum og leyndarmál fortíðarinnar leita upp á yfirborðið.

4.999 kr.



Allir fuglar fljúga í ljósið
Björt er ráfari, er í stopulli íhlaupavinnu en aðallega fer hún á milli staða í Reykjavík, fylgist með fólki og skráir hjá sér athuganir sínar. Allt er í föstum skorðum – þar til hún sér Ólöfu Brá … og fær í kjölfarið bréf frá henni.

5.299 kr.



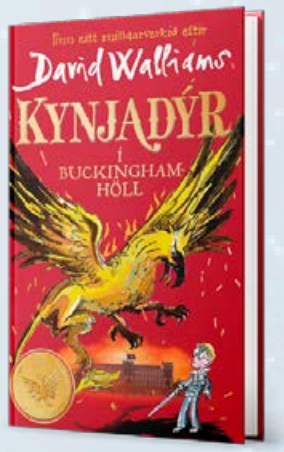
Kolbeinsey
Maður nokkur ákeður að heimsækja æskuvin sinn, sem hefur verið lagður inn á geðdeild. Þeir ná vel saman en hjúkrunarkona sem annast vininn reynir að stía þeim í sundur. Maðurinn er settur í heimsóknarbann og því skipuleggja þeir strok af spítalanum.

5.299 kr.



Vetrarævintýri Gurru
Einu sinni fóru Gurra og Georg með Ömmu og Afa Grís í Vetrarríkið og hittu sykurplómuálfinn! Hverja aðra munu þau hitta á þessu yndislega ferðalagi? Ljúf og skemmtileg bók um hina geysivinsælu Gurru grís.

2.199 kr.



Kynjadýr í Buckhinghamhöll
Alfreð prins, lasburða tólf ára drengur, hefur aldrei kynnst lífinu utan Buckinghamhallar. Ill öfl eru að verki og hann verður að berjast við konung kynjadýranna – sjálfan grýfoninn. Hér er David Walliams í essinu sínu. Þessi bók sat lengi í efsta sæti bóksölulista í Bretlandi.

2.999 kr.



Verstu foreldrar í heimi
Tommi er í þann mund að leysa stærsta mál sinnar kynslóðar. En einhverjir stunda blekkingarleiki. Gabba, svindla, ljúga, snuða. Þess vegna þarf hann að vera á varðbergi gagnvart því eina sem gæti fellt hann: klækjabrögðum!

2.799 kr.



Jólainnkaupin

hafa aldrei verið eins leikandi létt. Þú færð jólabækurnar á netto.is

Með því að nýta þér netverslun Nettó sparar þú þér tíma í jólaamstrinu. Nýttu tímann frekar í að lesa góða bók.

Úrval bóka er mismikið eftir verslunum.

netto

Lægra verð – léttari innkaup

Elísa Gróa Steinþórsdóttir verður fulltrúi Íslands í Miss Universe í Ísrael, þegar keppnin verður haldin í Tel Aviv í sjötugasta sinn. Elísa fer utan um helgina og segist varla hafa stoppað í undirbúningnum. Hún segir Miss Universe fegurðarsamkeppni nútímans.



Elísa nýtti tækifærið í Miss Universe Iceland til þess að ræða geðheilbrigðismál. MYND/AÐSEND

Ætlar ekki að vera nein Barbie-dúkka í Ísrael



Oddur Ævar Gunnarsson
odduraevar
@frettabladid.is

Fegurðardrottningin Manuela Ósk Harðardóttir hefur um árabil stýrt íslenskum hluta Miss Universe, hvar fyrirsætan Elísa Gróa Steinþórsdóttir bar sigur úr býtum í lok september, þegar hún tók þátt í fjórða skipti.

„Ég er virkilega spennt og það er ótrúlega mikið að gera, enda heilmikil dagskrá. Ég reyni samt að passa upp á heilsuna og taka smá slökun inn á milli," segir Elísa, sem leggur af stað aðfaranótt sunnudagsins, lauflétt og spennt fyrir förinni, sem er meðal annars heitið til Tel Aviv og Eilat við Dauðahafið.

„Ég verð í þrjár vikur úti. Ég er ekki alveg búin að fá nákvæma dagskrá en ég geri ráð fyrir því að það verði dagskrá frá morgni til kvölds alla daga."

Það er verið að leita að ungri konu sem getur talað fyrir sig, sem hefur eitthvað að segja og getur verið hvatning fyrir ungt fólk og alla.

Skilur tortryggnina

Þegar Elísa er spurð út í fegurðarsamkeppnir almennt og þá nokkuð útbreiddu skoðun að þær séu barn síns tíma, segist hún skilja það viðhorf: „Það er ótrúlega skiljanlegt að margir á Íslandi séu á þeirri skoðun. Mér skilst einmitt að fyrir minn tíma hafi þetta verið þannig að þú þurftir að vera í ákveðinni fatastærð og stelpurnar voru vigtaðar og svoleiðis," segir Elísa og bendir á að þetta hafi breyst.

„Þetta er ekki þannig í dag, sem betur fer. Það er árið 2021 og í stærstu keppni í heimi, Miss Universe, er verið að leita að góðri fyrirmynd. Það er verið að leita að ungri konu sem getur talað fyrir sig, sem hefur eitthvað að segja og getur verið hvatning fyrir ungt fólk og alla."

Elísa segir að því miður sé til aragrúi af fegurðarsamkeppnum úti í heimi þar sem enn er lögð áhersla á ranga hluti. „Það eru til mörg hundruð keppnir og þetta er mjög mismunandi. Ég hef til dæmis farið á minni keppni í Kína og ég er ekki til í að mæla með henni," segir Elísa. „Því miður eru enn til keppnir úti í heimi sem eru með þetta hugarfar að það sé bara verið að leita að einhverri Barbie-dúkku."

Horfði með mömmu sinni

Í Miss Universe er lögð áhersla á að ræða mál sem skipta raunverulegu máli að sögn Elísu. Þannig ræddi Elísa meðal annars um geðheilbrigðismál í Miss Universe Iceland. „Ég er virkilega þakklát fyrir þennan vettvang og það var gífurlega mikil áhersla á það í keppninni að maður hefði eitthvað að segja."

Elísa segist hafa haft áhuga á slíkum keppnum frá því hún var lítil. „Ég og mamma elskum kjóla og glimmer og glamúr og okkur fannst svo gaman að horfa á keppnirnar til að sjá kjólana," segir Elísa sem segist ætla að reyna að taka bara með sér fjórar ferðatöskur út. Þær verði þó líklegast fimm.

„Þannig kviknaði áhuginn og svo þegar Miss Universe Iceland hóf göngu sína þá bara varð ég að prófa," segir Elísa, sem gafst aldrei upp og fór á endanum með sigur af hólmi. „Og keppnin er náttúrulega eins og Ólympíuleikarnir í þessum bransa." ■



Elísa hafði tekið þátt þrisvar áður þegar hún var krýnd.


Elísa segir markmið keppninnar að finna fyrirmynd.


Elísa hefur fylgst með keppninni í mörg ár.



BLACK FRIDAY HELGI
26.11 - 28.11

OPIÐ TIL MIÐNÆTTIS
FÖSTUDAGINN 26.11



25% afsláttur
af *öllum vörum

*ekki afsláttur af ANDA

CINTAMANI

Við þekkjum tilfinninguna

Austurhrauni 3, 210 Garðabæ.

Opið virka daga 10 til 18 - Laugardaga 10 til 16 - Sunnudaga 12 til 16

Tyllidögum fjölgað með menningarnámi

arnartomas@frettabladid.is

Veldisvöxtur graskerasölu í matvöruverslunum á undanförnum árum sýnir svart á hvítu að hrekkjavakan er komin til að vera á Íslandi. Þótt fjallkonan gráti sjálfsagt að börn láti sér ekki nægja hinn alíslenska öskudag, er staðreyndin sú að auk þess að höfða einnig til fullorðinna, er hrekkjavakan einfaldlega miklu skemmtilegri dagur.

Rétt eins og í hefðbundinni matargerð landans, þar sem ólykt er ein af rótgrónum hefðum okkar, þá eru þær fleiri sem sprottnar eru úr misskemmtilegum tímum Íslandssögunnar. Bíður einhver í ofvæni eftir sjómannadeginum eða fullveldisdeginum ár hvert?

Þessir leiðinlegu hátíðadagar hafa skolað landanum á erlendar fjörur í leit að skemmtilegri hefðum, á borð við Valentínusardag og títtnefnda hrekkjavöku. Eina leiðin til að anna eftirspurn eftir skemmtilegri hátíðadögum er nefnilega fólgin í því sem Íslendingar gera best – að skella sér í víking og ræna menningu annarra þjóða. ■



Indversk litagleði í anda Holi gæti, ef vel er að gáð, smellpassað í íslenska grámygluna. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Íslendingar hafa með Gleðigöngunni löngu sýnt og sannað að þeir geta auðveldlega staðið undir alvöru kjötkveðjuhátíð.

Kjötkveðjuhátíðin

BRASILÍA Góð aðsókn Íslendinga á Hinsegin daga er annað hvort gott dæmi um aukið umburðarlyndi okkar sem þjóðar, eða þá hvað við elskum skrúðgöngur. Ef spurt er um flottustu skrúðgöngu heims er svarið venjulega kjötkveðjuhátíðin í Ríó sem er stútfull af sambadansi, búningum og háværri tónlist. Við getum stillt henni upp í lok janúar til að kveðja þorramatinn.

Þakkargjörðin

BANDARÍKIN Íslendingar hafa allt of lengi horft á Bandaríkjamenn fara með bæn yfir fylltum kalkún í nóvember og við getum ábyggilega fundið eitthvað sem við getum verið þakklát fyrir. Til dæmis að hafa lifað móðuharðindin af. Það er algjör óþarfi að kafa of djúpt ofan í söguna að baki bandarísku þakkargjörðinni – er ekki ábyggilega bara verið að fagna því að pílagrímarnir og indjánarnir hafi verið svona góðir vinir?



Borðbæn og kalkúnn eru ómissandi á þakkargjörð Bandaríkjamanna.

Holi

INDLAND Við erum þegar komin með annan fótinn inn á indversku litahátíðina Holi nú þegar Litahlaupið er orðið jafnvinsælt og raun ber vitni. Það er samt algjörlega ótækt að það þurfi að leggja á sig ómarkvisst víðavangshlaup til þess að fá yfir sig skammt af litapúðri – það er miklu nær að heimfæra bara þennan aldagamla sið Hindúa.

Dagur hinna dauðu

MEXÍKÓ Það væri nú aldeilis hugguleget að geta fengið afsökun til að dútla við svona fínar hauskúpur og mála sig í framan oftar en bara á hrekkjavöku. Svo er þetta víst svona dagur þegar maður minnist þeirra látnu og vottar þeim virðingu sína, eða eitthvað.

Kínverska nýárið

KÍNA Talandi um skrúðgöngur. Af hverju hefur kínverski drekabúningurinn aldrei haslað sér völl hér á Íslandi? Það er löngu kominn tími til að við fögnum því sem sameinar kínverska menningu við norræna goðafræði: Langir drekar.



Er ekki skemmtilegra að mála hauskúpur en sauma saman vambir?



Það er löngu tímabært að drekinn í skjaldarmerkinu fá sinn hátíðisdag.



Klæðskeraveldið í kjallaranum

arnartomas@frettabladid.is

Í dag fagnar Herrafataverslun Kormáks & Skjaldar 25 ára afmæli. Verslunin er í dag hálfgert flaggskip í herratísku landans, en þeir félagarnir hafa í gegnum árin átt stóran hlut í að mynda þá klæðahefð karla sem ríkir á Íslandi í dag.

„Það er eiginlega bara ógeðslega gaman að mæta í vinnuna," segir Kormákur Geirharðsson trymbill og annar eigandi verslunarinnar. „Það hefur aldrei verið svona mikið að gera hjá okkur og svona mikið af skemmtilegum verkefnum á borðinu hjá okkur."

Kormákur og Skjöldur opnuðu árið 1996 í Kjörgarði við Hverfisgötu og segir Kormákur að staðsetningin hafi fengið marga til að hrista hausinn.

„Fólk spurði bara hvaða rugl það væri að grafa sig svona ofan í jörðina," segir hann. „Við vildum alltaf leyfa þessu að þroskast þarna niðri. Leigan var þægileg og við vorum ekki að taka of mikla áhættu."

Síðan þá hefur búðin þroskast eins og gott viskí og segir Kormákur að þeir hafi fundið DNA-ið í búðinni. „Við framleiðum rosa mikið sjálfir og hættum ekki að fá hugmyndir. Í dag erum við bara stoltir tuttugu og fimm!" ■



Kormákur og Skjöldur hafa ærna ástæðu til þess að fagna í dag. MYND/AÐSEND

> Það er eiginlega bara ógeðslega gaman að mæta í vinnuna.
>
> Kormákur

SVARTUR FÖSSARI

BLACK FRIDAY

7%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM
KEYPTUM ÓSKASKRÍNUM

KÓÐI: oskaskrin1

10%
AFSLÁTTUR EF KEYPT
ERU TVÖ EÐA FLEIRI

KÓÐI: oskaskrin2







Suðurlandsbraut 30 | 577 5600 | info@oskaskrin.is | oskaskrin.is

Óskaskrín

Plöntuostagerð er enn á fæðingardeildinni



Lovísa Arnardóttir
lovisaa@frettabladid.is

Erlendur Eiríksson, matreiðslumeistari, vinnur nú að því að búa til vegan osta úr hágæða íslensku hráefni, úr hveragufu í Hveragerði. Hann segir að Íslendingar eigi að leggja áherslu á að taka forystu í matvælaframleiðslu úr plöntum, því það sé framtíðin.

„Það er ein kveikjan að þessu, hvað vegan ostar eru vondir," segir Erlendur Eiríksson, matreiðslumeistari, leikari og lögfræðingur, sem vinnur nú að því, í samstarfi við konuna sína, Fjólu Einarsdóttur og vin sinn, Ingólf Þór Tómasson, að búa til vegan osta á Íslandi úr hágæða íslensku hráefni.

Á Karolina Fund stendur yfir söfnun, en þau stefna að því að kaupa sitt eigið húsnæði til að hýsa framleiðsluna fyrir fyrirtækið, sem kallast LiveFood.

Hann segir að það hafi nokkrir hlutir orðið til þess að hann hætti sjálfur að neyta dýraafurða. Fyrst hafi það verið læknisheimsókn þar sem læknirinn tilkynnti honum að ef hann myndi ekki breyta um lífsstíl myndi hann vera kominn á kólesterólminnkandi lyf eftir nokkur ár, sem hann yrði á til æviloka

„Ég var ekkert feitur, bara kokkur, og þetta skiptist mjög jafnt yfir líkamann," segir Erlendur hlæjandi og að honum hafi fundist læknirinn fulldramatískur, en hafi þó á sama tíma þótt erfitt að ganga heim úr vinnunni, verið yfir 100 kíló og verið almennt þungur á sér.

„Ég vissi alveg hvernig ég ætti að breyta þessu, og það var með mataræði."



Erlendur er leikari, lögfræðingur, matreiðslumeistari og nú einnig ostagerðarmaður. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Erlendur lofar því að ostarnir séu bragðgóðir.



Erlendur leggur mikla áherslu á að framleiðsla LiveFood sé úr íslensku hráefni og að hún fari fram í Hveragerði. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Varð vegan á Spáni

Annað sem hafði áhrif var þegar hann starfaði áður hjá Skyrgerðinni og þar kynntist hann tveimur grænkerum sem höfðu þá, árið 2017, verið vegan í um sex ár.

„Á veitingastöðum er það alltaf vesenisfaktor þegar kemur fólk með sérfæði eins og grænmetisætur eða vegan, þannig að ég setti matseðilinn þannig upp að réttirnir væru vegan að uppistöðu, en svo væri hægt að byggja þá upp með öðru," segir Erlendur.

Hann fór þó að taka eftir því að grænkerarnir voru oft að borða það sama og fór að vinna að því að búa til vegan rétti fyrir þá.

Það þriðja hafi verið þegar hann heimsótti systur sína til Spánar en börnin hennar höfðu þá snúið sér til lífsstíls grænkerans og hann upplifði það að maturinn þeirra var iðulega betri en það sem hann borðaði.

„Ég kom heim frá Spáni og ákvað að verða vegan. Ég var yfirkokkur á steikhúsi og fólk hélt auðvitað að ég væri orðinn eitthvað geðveikur. En ég hugsaði bara með mér að ef ég gæti ekki gert eitthvað gott úr þessu „meðlæti" þá væri ég ekki alvöru matreiðslumeistari," segir Erlendur, en að það sem hann hafi kviðið mest fyrir að kveðja hafi verið majónesið, smjörið og ostarnir.

Ostarnir síðasta vígið

Hann segir að fljótt hafi hann komist að því að smjörið væri auðvelt að kveðja og að majónesið væri jafnvel betra vegan, en að ostarnir hafi þá setið eftir.

„Þetta var alltaf eins og eitthvað plast sem sat eftir í gómnum," segir Erlendur og að næsta rökrétta skref fyrir hann hafi verið að panta gommu af matreiðslubókum, þar sem farið er yfir vegan ostagerð.

„Vandamálið var að ég vissi ekki hvort ég væri að búa til tímasprengju eða mat. Hráefnisinnihaldið var svo rosalegt og það var ekkert til af þessu á Íslandi. Ég pantaði alls konar efni, en líkaminn lét ekkert plata sig að þetta væri ostur."



Fáir vegan ostar rifna vel og bráðna. MYND/AÐSEND



Bráðinn vegan ostur er draumur. MYND/AÐSEND

Hann lét þó ekki þar við sitja, heldur bókaði sig á ostagerðarnámskeið í Þýskalandi með Þorkeli Garðarssyni matreiðslumeistara, sem var meistarinn hans á Lækjarbrekku.

„Við fórum í tvær vikur til Berlínar til að læra og sjá hvort þetta væri eitthvað af viti. Ég mætti í fyrsta tímann og vonaði innst inni að þetta væri gott á bragðið," segir Erlendur.

Hann segir að fyrsta smakk hafi ekki valdið vonbrigðum. „Ég hugsaði bara halelúja" og að fyrsta hugsun hafi auðvitað verið að koma þessu á markað á Íslandi.

Innihaldið íslenskt

Hann kom heim og hóf ostagerðina en það sat alltaf í honum hversu fjarlæg og dýr innihaldsefnin voru og að hann hafi langað að færa framleiðsluna nær og hafa innihaldið íslenskt.

„Ég lagðist í meiri rannsóknarvinnu og tilraunir og fann eldgamlar aðferðir sem nýttu kartöflur í framleiðslu. Það átti að vera sojamjólk sem ekki er mikið af hér, en ég skipti henni út fyrir haframjólk úr íslenskum höfrum," segir Erlendur, og að þá hafi vantað aðferðina til að búa ostana til, og þá hafi honum dottið í hug að nýta hveragufuna.

„Ég bý í Hveragerði og þarna vorum við komin með eitthvað rosalega spennandi. Íslenskt hráefni, sjálfbærni í hveragufunni og fyrstu tilraunir, sýndu að ég gat bætt ostinn og rifið hann og hann var bara þokkalega góður," segir Erlendur.

Hann segir að honum hafi verið boðið að koma að framleiða ostana í blönduðum eldhúsum, en hann hafi ekki viljað að á fyrstu íslensku vegan ostunum stæði að þeir gætu innihaldið snefil af dýraafurðum.

„Þess vegna höfum við verið í maraþoni síðustu fjögur ár að reyna að finna húsnæði til að gera þetta," segir Erlendur.

Hann segir að síðustu ár hafi þau fengið styrki hér og þar til að halda sér gangandi og að það hafi skipt þau miklu máli, ekki aðeins fyrir peningana, heldur líka fyrir viðurkenninguna. Þau hafi sem dæmi komist inn í Startup Orkídeu þar sem þau lærðu mikið.

„Ég hef lagt mikla áherslu á að gera þetta í Hveragerði, svo að við getum sagt að við séum að gera þetta á sjálfbæran máta með hveragufunni," segir Erlendur.

Hann segir að verandi á Íslandi þá stefni hann aldrei á mikla fjöldaframleiðslu, en að það sem eigi að leggja áherslu á við framleiðslu á Íslandi sé hugvitið.

„Við getum alltaf keppt í hugvitinu á Íslandi og eigum að vera í fremsta vagninum að koma plöntufæði og framleiðslu í þróun hér á Íslandi. Því við getum það. Það gerir það enginn einn, en við getum gert það saman."

Erlendur segir að um sé að ræða markað sem er aðeins í starthólunum og þetta sé tækifæri til að komast inn á undan öllum öðrum.

„Ég hef gert margt annað og er lærður leikari og ferðaðist með Vesturporti með Rómeó og Júlíu á West End. Þannig ég veit að það er allt hægt."

Hann segir að það megi ekki gleyma því að ostagerð sé um sex þúsund ára gömul og að það hafi orðið rosaleg þróun á ostum á þeim tíma.

„En plöntuostagerð er enn á fæðingardeildinni og það er ekki búið að útskrifa okkur enn. Það eru enn margir þættir sem þarf að huga að."

Eins verði að taka til greina að þær vegan vörur sem séu staðgenglar, eins og Oatly haframjólk og Beyond Meat borgarar, eru vörur sem hafa verið þróaðar yfir langan tíma og með mjög miklu fjármagni í rannsóknarstarfi.

„En við segjum auðvitað bara að við séum Íslendingar og „þetta reddast"," segir Erlendur og hlær.

Hægt er að styrkja söfnunina á Karolina Fund. ■

> Vandamálið var að ég vissi ekki hvort ég væri að búa til tímasprengju eða mat. Hráefnisinnihaldið var svo rosalegt og það var ekkert til af þessu á Íslandi.

> Ég kom heim frá Spáni og ákvað að verða vegan. Ég var yfirkokkur á steikhúsi og fólk hélt auðvitað að ég væri orðinn eitthvað geðveikur.

Boozt.com

FASHION KIDS SPORT HOME BEAUTY

NÝ TILBOÐ
Á HVERJUM
DEGI

BLACK FRIDAY

ALLT AÐ 70%



ALLAR PIZZUR AF MATSEÐLI Á 1.690 KR. EF ÞÚ SÆKIR



Hanna Dís Whitehead starfar í Austur-Skaftafellssýslu. MYND/AÐSEND

Stráum stungið í jólaketti

Jólakettir úr stráum koma til með að prýða glugga Rammagerðarinnar á Skólavörðustíg fram að jólum. Jólakötturinn er að þessu sinni hannaður af Hönnu Dís Whitehead, á vinnustofu hennar í Nesjum á Hornafirði.

arib@frettabladid.is

Þetta er annað árið í röð sem jólakötturinn kemur í Rammagerðina. Stefnt er að því að á hverju ári fái nýr íslenskur hönnuður verkið og það verði eins konar safngripur í anda Georg Jensen-jólaóróanna, nema í öllu takmarkaðra upplagi, en Hanna kláraði þrítugasta og síðasta köttinn á þriðjudag.

„Jólakötturinn í fyrra var svo frábær því hann var búinn til úr endurunnum efnum og mig langaði að halda áfram að búa hann til úr einhverju sem væri skaðlaust," segir Hanna.

„Ég fékk verkefnið í sumar og síðan þá var ég búin að vera að horfa á norrænt jólaskraut. Við þekkjum öll IKEA-geitina, en það er til svo miklu meira sem er búið til úr stráum.

Ekki bara á Norðurlöndunum heldur er líka hefð fyrir því um alla Evrópu að nota strá, þannig að mig langaði að prófa að takast á við þann efnivið," segir Hanna, sem hefur lagt töluverða vinnu í kettina.



Feldurinn á jólakettinum er úr íslenskri ull. Engir tveir eru eins. MYND/SUNNA BEN

Hafrar í sól eins og gull

„Ég var svo heppin að ég fékk bændur hérna á svæðinu til að vinna með mér. Ég fór að skoða mismunandi strátegundir, var að skoða bygg, hamp og melgresi, en endaði á því að fá hafra á bænum Akurnesi hérna í Nesjum í október. Gljáinn á hafrastráunum er sérstaklega fallegur og þegar sólin skín á hreinsað strá er það eins og gull."

Hanna notar 94 strá í hvern jólaköttt. „Þetta var mjög skemmtilegt en mjög taugatrekkjandi, því ég þurfti að bíða eftir að efniviðurinn yrði tilbúinn.

Út í óvissuna

Ég þurfti bara að bíða á meðan kornið þroskaðist, áður en það var hægt að gera tilraunir. Ég viðurkenni að ég vissi ekki alveg hvað ég var að fara út í," segir Hanna og hlær.

„Það fór talsverð vinna í að hreinsa stráin. Það þarf að taka utan af þeim og klippa hafrana af hverju einasta strái. Ég bleyti þau síðan og þá verða þau mjúk og hægt að móta þau."

Hanna bætir við að það hafi tekið hana smá tíma að finna rétta formið á jólaköttinn, ekki síst með tilliti til þess að hann gæti örugglega staðið á eigin fótum. Auk þess hafi hún haft það markmið að engir tveir kettir séu nákvæmlega eins.

> Þetta var mjög skemmtilegt en mjög taugatrekkjandi.

„Síðan bind ég stráin saman með línþræði og vef litríkum ullarþræði utan um kettina og þá loksins þurrka ég þá."

Á ekki samleið með kertum

Hanna segir að hún muni klárlega notast við strá aftur í náinni framtíð. „Ég bý uppi í sveit og keyri alla morgna fram hjá svo mögnuðum stráum. Ég var alltaf að hugsa að ég þyrfti að gera eitthvað með þau," segir Hanna, sem stefnir á frekari vörutilraunir með strá á næstunni.

„Það er hægt að skera þau niður og nota eins og þráð. Það var gert í Sviss og bróderað með stráum. Á Íslandi voru þau til dæmis notuð í undirlag undir hnakka, í Skaftafellssýslu voru gerðar körfur úr melgresi. Mig klæjar í fingurna að gera meira með þeim."

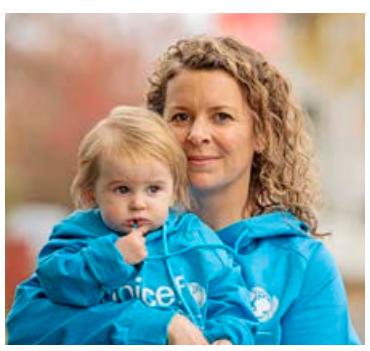
Stráin ættu að endast í langan tíma „Stráin eru sterkari en ég hélt og þurr geta þau enst mjög lengi." Hanna ræður fólki þó frá því að hoppa á jólakettinum. Hann er of viðkvæmur til þess en honum fylgir góður kassi sem hægt er að geyma hann í milli ára „Svo er bara að halda honum frá kertum." ■

Vítamínbætt fössaraverðhækkun

odduraevar@frettabladid.is

„Þetta er tilboð ársins," segir Steinunn Jakobsdóttir, kynningarstjóri UNICEF á Íslandi, en á þeim bænum er boðið upp á 50% verðhækkun á vítamínbættu jarðhnetumauki á vefnum sannargjafir.is í tilefni af svörtum föstudegi. „Við gefum nefnilega engan afslátt af baráttu okkar gegn hungursneyð."

Jarðhnetumaukið gerir að sögn Steinunnar kraftaverk fyrir vannærð börn. „Síðustu ár hefur verið vel tekið í þessar verðhækkanir hjá okkur, enda um að ræða lífsnauðsynlegar gjafir sem fólk getur verslað og þannig gefið helmingi meira," segir hún.



Steinunn með dóttur sína, Ylfu Björk Andradóttur, í fanginu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

„Neyð barna í heiminum í dag er gífurleg út af áhrifum kórónaveirunnar," segir Steinunn. Fæðuóöryggi bitnar verst á einum hópi, ungum börnum. „Af öllum öðrum vörum er svo 0 prósent afsláttur enda gefum við engan afslátt af réttindum barna."

Steinunn bætir við að UNICEF útvegi börnum bóluefni gegn alls konar lífshættulegum sjúkdómum. „Og það verður hægt að gera stórgóð kaup á morgun." ■

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*

A4

Svartur

föstudagur

25-60%

af öllum vörum

Gildir 26. nóvember, gildir einnig í vefverslun

WWW.A4.IS

/A4VERSLANIR

KRINGLUNNI
SKEIFUNNI
AKUREYRI
SMÁRALIND
EGILSSTÖÐUM
HAFNARFIRÐI
SELFOSSI

Tilboðin gilda frá föstudegi til sunnudags

ELKO

Sjáðu öll tilboðin á elko.is

FÖS

-25%
25 stk. í lit



Verð áður: 159.995

119.995

Eða **10.755 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 129.055 kr. - ÁHK 13,4%

ASUS
VivoBook S14 fartölva
AS90NB0RL3M14500 AS90NB0RL4M14490

SVARTUR FÖSSARI

STÆRSTA TILBOÐSVIKA ÁRSINS

FÖS

20.000 KR. AFSLÁTTUR
65 stk.

EINNIG TIL 85 STK AF 128 GB ÚTGÁFUNNI



iPhone 12 mini

Verð áður: 119.995

99.995

Eða **9.030 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 108.355 kr. - ÁHK 14,9%

APPLE
iPhone 12 mini
MGDY3 MGE03 MGE13 MGE23

FÖS

-38%
200 stk.



Verð áður: 7.990

4.995

AEROZ
nuddbyssa
11633054

FÖS

-33%
100 stk.



Verð frá: 99.994

66.666

ROBOROCK
S5 Max ryksuguvélmenni
S5E0200B

FÖS

-50%
200 stk.



Verð áður: 10.995

5.495

NEDIS
AirFryer 2,4 ltr loftsteikingarpottur
KAAF120FBK

FÖS



-30%
25 stk.

Verð áður: 539.995

379.995

Eða **33.180 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 398.155 kr. - ÁHK 8,3%

LG
65” OLED C1 snjallsjónvarp
OLED65C14LB

FÖS

D Orkuflokkur | 1600 Snúningar | 8 kg Hám.þyngd



-30%
40 stk.

Verð áður: 109.995

76.995

AEG
þvottavél
L6FBK865G

FÖS



-36%
50 stk.

Verð frá: 24.990

15.995

SAMSUNG
23,5” tölvuskjár
15878

Tilboðin gilda frá föstudegi til sunnudags

ELKO

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndabrengl

FÖS



81.000 KR. AFSLÁTTUR
Aðeins 20 stk. af hvorum lit

SAMSUNG
Tvöfaldur kæli- og frystiskápur
RS68A8841B1EF RS68A8841S9EF

Verð áður: 269.990
188.995
Eða **16.706 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 200.470 kr. - ÁHK 10,7%

FÖS



-25%
20 stk.

LENOVO
Yoga 7 fartölva m. snertiskjá
LE82BH0086MX

Verð áður: 179.995
134.995
Eða **12.048 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 144.580 kr. - ÁHK 12,5%

FÖS



50.000 KR. AFSLÁTTUR
100 stk.

SAMSUNG
Galaxy S21
SMG991128WHI

Verð áður: 149.995
99.995
Eða **9.030 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 108.355 kr. - ÁHK 14,9%

FÖS



-40%
100 stk.

FLEIRI ÚTGÁFUR Á TILBOÐI

Garmin
Venu Sq Music snjallúr
0100242610 0100242611 0100242612 0100242613

Verð áður: 49.990
29.995

FÖS



-38%
100 stk.

Verð áður: 11.995
7.495

HAPPY PLUGS
Play þráðlaus barnaheyrnartól
HAPPYPLAYBK HAPPYPLAYPK

FÖS



-30%
80 stk. í lit

SAMSUNG
55” QLED snjallsjónvarp
QE55Q68AAUXXC

Verð áður: 189.990
132.990
Eða **11.875 kr.** í 12 mánuði
á 0% vöxtum - Alls 142.505 kr. - ÁHK 12,6%

FÖS



-20%
150 stk.

EINNIG TIL SVÖRT

Verð áður: 48.994
38.995

BOSE
QuietComfort 35 II þráðlaus heyrnartól
7895640020 7895640010

FÖS



-33%
100 stk.

Verð áður: 29.990
19.995

NESPRESSO
Citiz kaffivél
EN167B

ELKO

frettabladid.is

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



Bakþankar



Jóhönnu Vigdísar Guðmundsdóttur

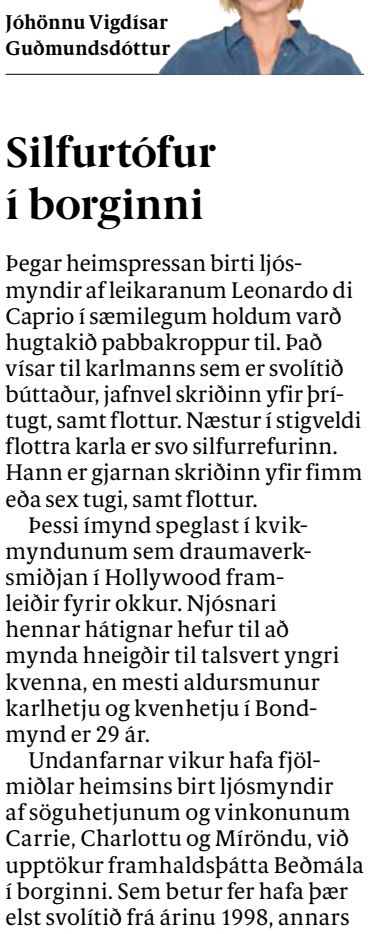
Silfurtófur í borginni

Þegar heimspressan birti ljósmyndir af leikaranum Leonardo di Caprio í sæmilegum holdum varð hugtakið pabbakroppur til. Það vísar til karlmanns sem er svolítið búttaður, jafnvel skriðinn yfir þrítugt, samt flottur. Næstur í stigveldi flottra karla er svo silfurrefurinn. Hann er gjarnan skriðinn yfir fimm eða sex tugi, samt flottur.

Þessi ímynd speglast í kvikmyndunum sem draumaverksmiðjan í Hollywood framleiðir fyrir okkur. Njósnari hennar hátignar hefur til að mynda hneigðir til talsvert yngri kvenna, en mesti aldursmunur karlhetju og kvenhetju í Bondmynd er 29 ár.

Undanfarnar vikur hafa fjölmiðlar heimsins birt ljósmyndir af söguhetjunum og vinkonunum Carrie, Charlottu og Míröndu, við upptökur framhaldsþátta Beðmála í borginni. Sem betur fer hafa þær elst svolítið frá árinu 1998, annars væru þær tæpast á lífi. Fréttir heimspressunnar hafa þó ekki fjallað um mömmukroppa eða silfurtófur. Umfjöllunarefnið er annað hvort hrukkur leikkvenna eða grá rót. Efni sem sannarlega stöðvar prentvélarnar. Aðrar fréttir fjalla um lýtaaðgerðir einnar leikkonunnar, sem þykja svo svakalegar að fréttafólki liggur við andnauð. Skilaboðin eru óljós. Hvort er verra að eldast náttúrulega eða með aðstoð lýtalækna? Það myndi auðvelda konum að beina útlitskomplexunum í réttan farveg að fá þetta á hreint.

Á meðan söguhetjan Herra Stór safnaði í krúttlegan pabbakropp, kannski líka hækkandi kollvik og vaxandi skallablett, urðu skvísurnar í Beðmálunum fimmtugar. Bara si svona. Því ber að fagna. ■





EXTRA

AF VÖLDUM VÖRUM

30% AFSLÁTTUR



CLEVELAND

Hornsófi í dökkgráu áklæði með krómfótum. 308 x 203 x 81 cm. Hnakkapúðar seldir sér.

139.993 kr. ~~199.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR



PINTO

4ra sæta sófi í koníakslituðu eða stone bonded leðuráklæði. 253 x 97 x 85 cm.

199.992 kr. ~~249.990 kr.~~

40% AFSLÁTTUR



PETRI SÓFASETT

2,5 og 3ja sæta sófi. Dökkgrátt velúráklæði. 3ja sæta. 242 x 100 x 78 cm og 2,5 sæta. 210 x 100 x 78 cm.

266.988 kr. ~~444.980 kr.~~

50% AFSLÁTTUR



HYPE

Borðstofustóll. Grænt áklæði, svartir fætur.

18.495 kr. ~~36.990 kr.~~

40% AFSLÁTTUR



CRAY

Borðstofustóll. Sléttflauel, svartur snúningsfótur úr járni.

20.994 kr. ~~34.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



RICHMOND

Skenkur, olíuborin eik og eikarspónn. 150 x 40 x 75 cm.

83.993 kr. ~~119.990 kr.~~

35% AFSLÁTTUR



ALBA

Hægindastóll og skemill. Gult sléttflauel. 75 x 78 x 111 cm.

77.987 kr. ~~119.980 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



ALINA

Skápur. Spónlögð reyklituð eik. 72 x 36 x 145 cm.

97.993 kr. ~~139.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR



ALINA

Borðstofuskenkur. Spónlögð reyklituð eik. 160 x 45 x 72 cm.

118.993 kr. ~~169.990 kr.~~



35% AFSLÁTTUR

RICHMOND

Borðstofuborð. Olíuborinn eikarspónn á borðplötu með fiskibeinamynstri. Ø120 x 75 cm.

64.994 kr. ~~99.990 kr.~~

50% AFSLÁTTUR



MATTEO

Sófaborð. Hnota. Ø110 x 45 cm.

54.995 kr. ~~109.990 kr.~~

www.husgagnahollin.is

HÚSGAGNA HÖLLIN

BLACK FRIDAY EXTRA

AF VÖLDUM VÖRUM



40% AFSLÁTTUR

SIRIUS KIRA
Brúnt tré með snjó.
H35 cm. Verð ~~2.990 kr.~~ Nú 1.794 kr.
H50 cm. Verð ~~3.890 kr.~~ Nú 2.334 kr.
H90 cm. Verð ~~8.790 kr.~~ Nú 5.274 kr.
H120 cm. Verð ~~11.990 kr.~~ Nú 7.194 kr.
H180 cm. Verð ~~16.990 kr.~~ Nú 10.194 kr.



40% AFSLÁTTUR

SIRIUS TRIO WAVE
Ljósaskraut. Glært. H25, 34, 39 cm.
Verð ~~12.990 kr.~~ Nú 7.794 kr.



40% AFSLÁTTUR

SIRIUS TRIO MEGA
Ljósaskraut. Grátt. H41, 47, 58 cm.
Verð ~~24.990 kr.~~ Nú 14.994 kr.



50% AFSLÁTTUR

VIDIVI CAMPELLIO
Glas. 34cl. Verð ~~890 kr.~~ Nú 445 kr.
Glas. 48cl. Verð ~~990 kr.~~ Nú 495 kr.



50% AFSLÁTTUR

DE BUYER JAVA
Saltkvörn. H21 cm.
Verð ~~5.990 kr.~~ Nú 2.995 kr.



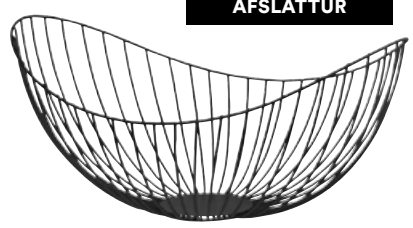
50% AFSLÁTTUR

PTMD HADLEY VÍNGLAS
Gyllt. 34cl. Verð ~~1.990 kr.~~ Nú 995 kr.



30% AFSLÁTTUR

NORDAL DUCIE
Fiskavasi.
H19,5 cm. ~~5.890 kr.~~ Nú 4.123 kr.
H25 cm. ~~7.990 kr.~~ Nú 5.593 kr.



50% AFSLÁTTUR

RIVERDALE ROCCO
Skál. 56x34x24 cm.
Verð ~~8.990 kr.~~ Nú 4.995 kr.



60% AFSLÁTTUR

BROSTE ERICA
130 x 180 cm. Verð ~~13.990 kr.~~
Nú 5.596 kr.



50% AFSLÁTTUR

EIGHTMOOD LAMA
Hvítur vasi. 9,5 x 15 x 30 cm.
Verð ~~4.890 kr.~~ Nú 2.445 kr.



50% AFSLÁTTUR

EIGHTMOOD FLORA
Kertastjaki. Mattur. H10 cm.
Verð ~~3.490 kr.~~ Nú 1.396 kr.



50% AFSLÁTTUR

VIDIVI BARENA
Kökudiskur í þrem stærðum
með loki Ø21/ Ø28/ Ø35 cm.

6.495 kr. ~~12.990 kr.~~
4.995 kr. ~~9.990 kr.~~
3.995 kr. ~~7.990 kr.~~

20% AF VÖRUM FRÁ IITTALA OG BITZ ALLA HELGINA

iittala Bitz







50% AFSLÁTTUR

VIDIVI CHEF N'TABLE
Falleg eldföst glerform í þremur stærðum

3.495 kr. ~~6.990 kr.~~
2.645 kr. ~~5.290 kr.~~
1.995 kr. ~~3.990 kr.~~

50% AF VÖLDUM PÚÐUM



HEDMARK
50x20 cm. Verð ~~4.995 kr.~~ Nú 2.495 kr.
45x45 cm. Verð ~~3.690 kr.~~ Nú 1.895 kr.

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

Reykjavík Bíldshöfði 20
Akureyri Dalsbraut 1
Ísafjörður Skeiði 1

OPIÐ TIL KL. 22
Í ÖLLUM VERSLUNUM Í DAG

HÚSGAGNA HÖLLIN