

Mótsagnir á markaði ástarinnar

Berglind Rós rannsakaði ástir
fráskilinnna framakvenna og
fann þar skekkjur. > 34



Síðustu tvö ár krefjandi

Eivör þurfti að leita nýrra
leiða þegar tekjurnar hrundu
í heimsfaraldri. > 36



borgarlekhus.is

Frumnýning
4.des

Tryggðu þér miða

FRÉTTABLAÐIÐ

234. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR

LAUGARDAGUR 27. NÓVEMBER 2021



Ítrekað sagt að halda kjafti

Baráttan gegn stafrænu ofbeldi
á hug Þórdísa Elvu Þorvalds-
dóttur allan og bendir hún á
að óumbeðnar nektarmyndir
séu eitt form þess. Sjálf fær
hún sinn skammt af haturs-
fullum skilaboðum, en
segir þau ekki snúast um
persónu hennar, heldur
kerfið sem hún ögrar
með starfi sínu. > 28

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mitsubishi Eclipse Cross PHEV

Nýja ljósið í skammdeginu

Tryggðu þér nýjan tengiltvinnbíl fyrir áramót á frábæru
verði frá aðeins 5.490.000 kr. til afhendingar strax.

HEKLA · Laugavegi 170-174 · hekla.is/mitsubishisalur





Þriðja lota bólusetninga gengur vel.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þriðjölusett fólk sleppi við sóttkví

ser@frettabladid.is

COVID-19 Rætt er um það af alvöru innan stjórnkerfisins að slaka á reglum um sóttkví, þannig að þriðjölusett fólk þurfi ekki að fara í sóttkví, komi upp kórónuveirusmit í návist þess. Þetta herma heimildir Fréttablaðsins.

Gangi þetta eftir mun það liðka mjög fyrir atvinnustarfsemi og félagslífi í landinu, en hvort tveggja hefur ítrekað lamast, sökum þess að heilu hóparnir hafa farið í einangrun vegna smits eða smita sem komið hafa upp í afmörkuðu rými.

Samkvæmt upplýsingum blaðsins gengur þriðja bólusetningin vel og á hún að klárast á næstu vikum. Þá er bólusetningarrútan á fullri ferð um höfuðborgarsvæðið, en henni er einkum ætlað að ná til óbólusetta landsmanna. ■

Himinninn skartaði sínu fegursta



Þeir morgunhanar sem áttu leið um sjávarsíðuna í Reykjavík við sólarupprás í morgunsárið í gær, gátu séð fallegan himin sem var eins og glæsilegt málverk. Þó svo að kalt hafi verið í veðri, var stillt og fallett veður og sólin litaði himininn fögrum litum.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Heimilt að taka munnvatnssýni hjá börnum í stað venjulegra hraðprófa

thk@frettabladid.is

COVID-19 Heimilt er að framkvæma hraðpróf á börnum með munnvatnssýni, í stað hefðbundinna hraðprófa, til þess að fá aðgang að hvers kyns viðburðum.

Lára Sóley Jóhannsdóttir, framkvæmdastjóri Símfóníuhljómsveitar Íslands, vakti athygli á þessum möguleika í gær.

Magnús Geir Þórðarson þjóðleikhússtjóri fagnar tíðindunum, en segir synd að upplýsingar sem þessar séu ekki fyrir allra augum. „Þetta hefur hvergi komið fram opinberlega. Maður þarf að lesa langt inn í reglugerðir til að sjá að þetta sé heimilt. Ef farið er á heilsgæsluna á Suðurlandsbraut og beðið um þetta, þá er boðið upp á þetta.“

„Við erum búin að vera að pressa



Lára Sóley Jóhannsdóttir, framkvæmdastjóri Símfóníunnar

á að afkastagetan sé aukin og opnunartíminn lengdur til þess að bæta þjónustuna gagnvart gestunum.“

Nú er loks búið að heimila gestum að framvísa neikvæðum PCR-prófum og vottorðum um Covid sýkingu á síðustu 180 dögum. Með því verði hraðprófin óþörf. Magnús segir þetta vera mikið fagnaðarefni. ■

Nánar á frettabladid.is

Auð rými á Laugavegi flest þar sem bílaumferð er leyfð

Nokkur verslunarrými við Laugaveg standa auð. Fæst eru í göngugötuhluta. Borgarstjóri segir þau svæði draga til sín fólk. Borgarfulltrúi telur fasteignaverð ráða mestu.

ninarichter@frettabladid.is

SKIPULAGSMÁL Göngugötusvæði Reykjavíkurborgar hafa verið til umræðu undanfarið. Ljósmyndari Fréttablaðsins fór á stúfana og myndaði autt verslunar- og veitingahúsnæði við Laugavegin.

Af myndunum má greina að þessa stundina standa fleiri auð rými við bílaumferðarluta götunnar.

Vigdís Hauksdóttir borgarfulltrúi segist ekki hafa skýringar á þessari stöðu, en telur að þetta sé ekki spurning um umferð bíla eða gangandi vegfarenda, heldur þætti á borð við húsnæðisverð.

„Þetta veltur á eftirspurn og framboði og hvað leiguverðið er, per fermeter. Ég vil að Laugavegurinn blómstri allur,“ segir Vigdís.

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri segir göngugötusvæðin hafa dregið til sín fólk og íða af lífi.

„Verslun og veitingastarfsemi hefur átt á brattann að sækja vegna kórónaveirufaraldursins um allan heim. Miðborg Reykjavíkur hefur ekki farið varhluta af því, ekki síst sú þjónusta og verslun sem beinist að ferðamönnum,“ segir Dagur. Laugavegurinn hafi hins vegar sýnt styrk sinn og endurnýjunarkraft.

„Lundabúðir hafa í sumum tilvikum vikið fyrir útivistarbúðum, hönnunar- og fataverslanir með frábærri hönnun íslenskra og erlendra hönnuða eru orðnar meira áberandi en áður,“ segir Dagur og nefnir einnig opnun veitingastaða, sem hann telur magnað við þessar aðstæður.

„Ég vil þó ekki gera of mikið úr því að meira sé autt af rýmum þar



Eitt af auðu verslunarrýmum við Laugaveg.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Ég vil að Laugavegurinn blómstri allur.



Vigdís Hauksdóttir

sem bílar keyra. Það getur verið tilviljun,“ segir borgarstjórinn og leggur áherslu á umbreytingarskeið sem hann segir vera í verslun og í miðborginni.

„Ég mæli með því að fólk geri sér



Ég vil þó ekki gera of mikið úr því að meira sé autt af rýmum þar sem bílar keyra.



Dagur B. Eggertsson

ferð og njóti þess sem miðborgin hefur upp á að bjóða á adventunni og í aðdraganda jóla,“ segir Dagur.

Fleiri myndir úr gönguferð ljósmyndara blaðsins má sjá á vef Fréttablaðsins, frettabladid.is ■

SVARTUR FÖSTUDAGUR

30%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM ALLA HELGINA

KÓDI Í VEFVERSLUN:
SVARTUR

Lin
DESIGN
LINDESIGN.IS



blómaval HÚSASMÍÐJAN

JÓLIN FYRIR ÞIG

TAX FREE

Seríur og jólas kraut

Skreytingarefni • Kerti • Servíettur • Jólaskraut • Jólaljós
Jólaseríur • Jólappappír • Jólasyttur

Tax Free tilboð jafngildir 19,35% afslætti

Opið í Skútuvoði
til 20:00
Alla daga til jóla

Opið sunnudag
um land allt
Sjá nánar á husa.is



33%

Aðventuljós
7 ljósa, hvítt, rautt
eða svart. 14500401-3

1.990kr
~~2.990kr~~



30%

Jólastjarna
Fersk og falleg.
10327510

1.883kr
~~2.690kr~~



Þirt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

Annríki hjá Sjúkratryggingum vegna tannréttingastyrkja

bth@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Mikið er leitað til Sjúkratrygginga Íslands vegna mála sem tengjast háum tannréttingakostnaði barna. „Já, það er mikið leitað til okkar,“ segir Ingibjörg K. Þorsteinsdóttir, sviðsstjóri tryggingasviðs hjá Sjúkratryggingum.

Kostnaður getur hlaupið á milljónum fyrir foreldra barna sem þurfa tannréttingar á sama tíma og styrkur frá Sjúkratryggingum hefur ekki

hækkað í áratugi og dekkar aðeins örlítið brot kostnaðar í mörgum tilvikum. 150.000 króna styrkur sem nú er greiddur ætti að vera 340.000 krónur miðað við vísitöluhækkanir.

„Ég verð að vísa á ráðuneytið, þetta er bundið í reglugerð og þessi grein sem varðar þessa styrki hefur ekki breyst í mörg ár. Þetta er ekkert sem við hér höfum stjórn á,“ segir Ingibjörg.

Spurð um misrétti í þessum efnum, að styrkurinn hafi ekki



Styrkir vegna tannréttinga barna eru oft dropi í hafið. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

hækkað á sama tíma og verð þjónustu hafi hækkað og megi því færa rök fyrir að tannréttingar barna hafi ekki verið dýrari fyrir heimili um áratuga skeið, segir Ingibjörg.

„Ég held að það sé ekki rétt að ég tjái mig um mína skoðun persónulega.“

Ein ástæða þess að lagfæringar á tannréttingakerfinu hafa ekki orðið sem skyldi, eru að mati tannserfræðinga sem Fréttablaðið hefur rætt við, að samskiptum tannlækna,

ráðuneytis og Sjúkratrygginga Íslands hafi verið ábótavant.

„Nei, þetta get ég staðfest, ég veit ekki betur en að samskiptin hafi verið jákvæð, við höfum verið með samsráðsnefnd og hún hefur gengið mjög vel,“ segir Ingibjörg. „En þetta eru háar fjárhæðir sem geta farið í tannréttingar. Styrkurinn er stundum dropi í hafið,“ bætir hún við.

Ekkert viðbragð barst frá heilbrigðisráðuneytinu í gær þrátt fyrir fyrirspurn blaðsins. ■



62 prósent Íslendinga versluðu á netinu síðustu þrjá mánuði.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Þeir sem kaupa á netinu kaupa oft

kristinnhaukur@frettabladid.is

VIÐSKIPTI Íslendingar eru ekki á meðal þeirra Evrópuþjóða sem versla mest á netinu. Þeir sem nota netið til að versla gera það þó í miklu magni. Þetta kemur fram hjá Eurostat, tölfræðistofnun Evrópu.

62 prósent Íslendinga hafa keypt vörur á netinu undanfarna þrjá mánuði, langt undir hlutfallinu í Skandinavíu og Þýskalandi. Bretar tróna á toppnum með 83 prósent.

Af þessum 62 prósentum höfðu 25 keypt í tíu skipti eða oftar, sem er langhæsta hlutfallið á ESB- og EES-svæðinu. ■

Blóðþorraveira fannst í eldisfiski

kristinnhaukur@frettabladid.is

DÝRAVERND Veira sem valdið getur sjúkdómnum blóðþorra hefur fundist í eldislaxi í Reyðarfirði, í sjókví Laxa fiskeldis. Er þetta í fyrsta sinn sem veiran finnst hér á landi.

Uppgötvæðist veiran við krufningu í kjölfar óútskýrðra affalla í einni kvínni. Verður allur lax í kvínni aflifaður og úrganginum fargað með tryggum hætti. ■

Ráðherrum ríkisstjórnar fjölga í tólf og Framsókn bætir við sig ráðherra

Ný ríkisstjórn verður kynnt á morgun. Katrín Jakobsdóttir verður áfram forsætisráðherra og mun að óbreyttu sitja í því embætti út kjörtímabilið.

adalheidur@frettabladid.is

STJÓRNMÁL Ráðherrum Framsóknarflokksins fjölga um einn í nýrri ríkisstjórn Framsóknarflokks, Sjálfstæðisflokks og Vinstri grænna, sem kynnt verður á morgun. Sjálfstæðisflokkurinn og Vinstri græn halda sínum fjölda ráðuneyta. Ráðherrar nýrrar ríkisstjórnar verða því tólf og fjölga um einn frá því sem nú er. Þetta herma heimildir Fréttablaðsins.

Sjálfstæðisflokkur mun fara með fimm ráðuneyti, Framsókn fjögur og Vinstri græn með þrjú. Katrín Jakobsdóttir mun áfram gegna embætti forsætisráðherra, að óbreyttu út kjörtímabilið. Embætti forseta Alþingis verður skipað þingmanni úr röðum Sjálfstæðisflokksins. Líklega Birgi Ármannssyni.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins verða töluverðar breytingar innan Stjórnarráðsins samhliða kynningu á stjórnarsáttmála nýrrar ríkisstjórnar. Ekki aðeins verða til ný ráðuneyti, heldur verða málaflokkar einnig fluttir milli ráðuneyta.

Eins og Fréttablaðið hefur áður fjallað um hefur nýtt innviðaráðuneyti verið á teiknaborðinu frá því fyrir kosningar, en með því yrðu húsnæðis- og skipulagsmál færð inn í sama ráðuneyti og fer með samgöngumál og málefni sveitarstjórna. Einnig hefur komið til



Stjórnarmyndunarviðræðurnar hafa staðið óvenjulengi eða í tvo mánuði.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

greina að inn í sama ráðuneyti fari veigamiklir málaflokkar á sviði orkumála og iðnaðar.

Meðal annarra málaflokka sem rætt hefur verið um að færa milli ráðuneyta eru skógrækt, landgræðsla og landnýting. Einnig hefur komið mjög til umræðu að hreyfa við málaflokkum sem nú heyra undir mennta- og menningar- málaráðuneyti. Þá má einnig búast við tilfærslum á málaflokkum milli þeirra ráðuneyta sem fara með atvinnumál, á sviði iðnaðar, ferðamála, landbúnaðar, sjávarútvegs og nýsköpunar. Málaflokkar sem heyrta hafa undir fjármála- og efnahagsráðuneytið hafa líka verið á hreyfingu í viðræðunum og jafnvel rætt um nýtt viðskiptaráðuneyti.

Nýr stjórnarsáttmáli flokkanna



Katrín Jakobsdóttir verður áfram forsætisráðherra.

verður kynntur innan þeirra í dag, eftir því sem lög flokkanna kveða á um. Flokksráð Vinstri grænna fundar klukkan tvö og flokksráð Sjálfstæðisflokksins kemur saman í Valhöll klukkan þrjú. Miðstjórn Framsóknarflokksins fundar einnig klukkan þrjú, á fjarfundi.

Leggi flokkarnir blessun sína yfir stjórnarsáttmála og skiptingu

ráðuneyta milli flokkanna, verður boðað til þingflokksfunda í fyrramálið þar sem ráðherralistar verða bornir upp til samþykktar.

Að óbreyttu verður svo boðað til blaðamannafundar eftir hádegi á morgun, til kynningar á nýrri ríkisstjórn og stjórnarsáttmála hennar. Að því loknu verður haldið til Bessastaða þar sem síðasti ríkisráðsfundur sitjandi ríkisstjórnar fer fram. Þar verður ráðherrum veitt lausn frá sínum embættum. Þeirra á meðal er Kristján Þór Júlíusson, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra, sem hverfur úr ríkisstjórn.

Að þeim fundi loknum fer fram annar fundur í ríkisráði, fyrsti fundur nýrrar ríkisstjórnar með forseta Íslands. ■

480.000 KR. VSK verðhækkun um áramótin*

JEEP WRANGLER RUBICON
TROÐFULLUR AF AUKABÚNAÐI

JEEP COMPASS
TROÐFULLUR AF AUKABÚNAÐI

5 ÁRA ÁBYRGÐ **8** ÁRA ÁBYRGÐ Á DRIFRAHLÖÐUNNI

TRYGGÐU ÞÉR JEEP Á LÆGRA VERÐI

ALVÖRU JEPPI. ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF.

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

Áætlað er að bílarnir verði tilbúnir til afhendingar í desember.

PLUG-IN HYBRID

ISBAND | Jeep

UMBODSADILI JEEP* Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • JEEP.IS • ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16

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



TOYOTA HILUX

ÞJARKUR BÚINN ÞÆGINDUM

NÝ VÉL MEÐ MEIRA AFL
OG DRÁTTARGETU



Verð frá: 7.470.000 kr.

Kaupuki við aukahlutina þína að verðmæti

570.000 kr.

Þú kaupir aukahluti* að eigin vali fyrir að lágmarki 300.000 kr. og færð aukalega 33" breytingu, heilsársdekk og felgur.

TOYOTA TRYGGINGAR
váttryggt af TM



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fosnesi 14
480 8000



Billinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækini skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingunni á byrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. *Á ekki við um aðgerðir/aðkeypta hluti frá þriðja aðila. Gildir ekki með öðrum tilboðum eða LX útfærslu Hilux og á eingöngu við um nýja bíla. Birt með fyrirvara um villur.

Matvælastofnun ver blóðmerahald á hrossabúum

ser@frettabladid.is

DÝRAHALD Sérfræðingar og dýralæknar á vegum Matvælastofnunar hafa ítrekað svarað gagnrýnum fyrirspurnum íslenskra dýra- verndarsamtaka um blóðmerahald með þeim orðum að engu harðræði sé beitt við blóðtöku úr fylfullum hryssum.

Blóðmerahaldið komst í há máli fréttaflutnings hér á landi í vikunni eftir að myndefni af meintu

dýraníði við blóðtöku á nokkrum íslenskum hrossabúum var birt í fjölmiðlum, en það sýnir, svo ekki verður um villst, að harðræði er beitt við atferlið.

Fréttablaðið hefur undir höndum svör stofnunarinnar frá því á síðasta ári við ágengum spurningum þeirra sem helst hafa gagnrýnt blóðmerahald á Íslandi. Þar kemur fram að árið 2019 voru 5.036 hryssur notaðar til blóðtöku, „allar haldnar á útigangi“, eins og segir í svörum.



Mjög skiptar skoðanir eru um blóðmerahald. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

„Hryssurnar eru reknar inn í þar til gerða blóðtökubása, mýldar og hausinn bundinn upp á meðan á blóðtökunni stendur,“ segir þar jafnframt, en „að öðru leyti ganga þær frjalsar með afkvæmum sínum.“

Í svörum kemur fram að jafnt er tekið blóð úr tömdum og ótömdum hryssum, en svo er sagt: „Blóðtökuaðstaðan er þannig útfærð að hryssurnar renna alla jafna átakalaust inn í blóðtökubása sem er lokað að framan og aftan,“ en oftast

sé böndum komið fyrir ofan við herðakamb hryssanna þannig að þær geti ekki þrjónað.

Tekið er fram í svörum að einungis dýralæknar sjái um blóðtökuna og að þeir gegni lykilhlutverki við að tryggja velferð hryssanna – og því fari fjarri að „augljóslega þurfi að beita hryssurnar ofbeldi“, segir í svörum Matvælastofnunar við spurningum þeirra sem helst hafa gagnrýnt blóðmerahald á Íslandi. ■



Bjössaróli í Borgarnesi. Í Covid var fé lagt í opin svæði. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Kostnaður vegna umhverfismála hefur rokið upp

bth@frettabladid.is

UMHVERFISMÁL Meðalkostnaður íslenskra sveitarfélaga vegna umhverfismála hækkaði um 43 prósent í fyrra sem er mesta hlutfallslega hækkan allra málaflokka milli ára hjá sveitarfélögum.

Vífill Karlsson hagfræðingur segir að þótt þessi staðreynd geti gefið vísendingu um að sveitarfélög séu að bregðast við áhyggjum samtímans af ógnum tengdum umhverfismálum í framtíðinni kunnir nokkur hluti skýringarinnar að liggja í átaki sveitarfélaga varðandi opin svæði og annað tengt.

„Það er líklegt að umhverfismáláþátturinn sem lýtur til dæmis að garða- og frístundasvæði vegi þarna nokkuð. Mér dettur í hug að mörg þessara verkefna sem sveitarfélögin réðust í vegna Covid hafi einfaldlega tengst svona svæðum,“ segir Vífill og bætir við:

„Það þarf líka að benda á vægi heildarkostnaðar í þessu samhengi. Kostnaður vegna umhverfismála er fremur lágt hlutfall af heildarútgjöldum sveitarfélaga, eða eitthvað um tvö prósent,“ segir Vífill. ■

Nýtt veiruaafbrigði vekur ugg í Evrópu

Margir eru uggandi yfir nýjasta afbrigði kórónaveirunnar sem greindist í Suður-Afríku í vikunni. Nokkur lönd hafa þegar hert aðgerðir á landamærum sínum vegna þessa. Sóttvarnalæknir segir það þó ekki liggja fyrir hvort afbrigðið sé hættulegra en fyrri afbrigði.

tsh@frettabladid.is

COVID-19 Nýtt afbrigði kórónaveirunnar greindist í Suður-Afríku síðastliðinn þriðjudag og hafa margir áhyggjur af því að það geti reynst hættulegra en fyrri afbrigði vegna fjölda stökkbreytinga. Afbrigðið nefnist B.1.1.529 og eru yfir þrjátíu stökkbreytingar í broddpróteini þess, rúmlega tvöfalt fleiri en í Delta-afbrigðinu. Flest bóluæfni nota broddpróteinið til þess að virkja ónæmiskerfið gegn Covid og stökkbreytingar í því geta gert ónæmisfrumum erfiðara fyrir að vinna bug á veirunni.

Ekki liggur fyrir hvort afbrigðið sé meira smitandi en fyrri afbrigði veirunnar, hvort það komist undan bóluæfnunum eða valdi alvarlegri veikindum. Mikil aukning í fjölda smita í Suður-Afríku þykir þó áhyggjuefni og Susan Hopkins, aðalráðgjafi hjá sóttvarnastofnun Bretlands, lýsti afbrigðinu sem „því mest áhyggjuvaldandi sem við höfum séð“.

Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir segir ekki öll kurl komin til grafar hvað nýja afbrigðið varðar og að framkvæma þurfi frekari rannsóknir áður en hægt sé að skera úr um alvarleika þess.

„Það sem menn hafa verið að sjá eru þessar miklu stökkbreytingar á þessu svokallaða Spike- eða S-próteini sem er aðalpróteinið sem veiran notar til þess að smita og



Nokkur lönd, þar á meðal Bretland, loka tímabundið fyrir flug frá Afríkulöndum vegna afbrigðisins. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Þórólfur Guðnason, sóttvarnalæknir

bóluæfnin eru gegn því. Vegna þess að það eru svo margar breytingar sem sjást þar þá hafa menn ákveðnar áhyggjur af því að þetta afbrigði muni hegða sér einhvern veginn öðruvísi en við eigum eftir að fá betri upplýsingar um það, þær liggja ekki fyrir núna,“ segir hann.

Sum lönd hafa þegar gripið til þess ráðs að herða takmarkanir á landamærum vegna ótta við afbrigðið. Bretland og Holland hafa

til að mynda lokað tímabundið fyrir ferðalög frá sex Afríkuríkjum og Evrópusambandið skoðar nú hvort banna eigi flug frá áhættusvæðum til allra aðildarríkja. Þá ætla Tékkland og Þýskaland einnig að loka fyrir ferðalög frá þessum löndum.

Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin segir færri en hundrað staðfest smit af afbrigðinu hafa fundist. Flest þeirra hafa greinst í Suður-Afríku en einhver hafa greinst í Hong Kong, Ísrael, Botsvana og Belgíu.

Að sögn Þórólfs eru flest lönd ekki með jafnumfangsmiklar aðgerðir á landamærum og Ísland og segir hann óljóst hvort herða þurfi aðgerðir á landamærunum enn frekar.

„Við erum með ákveðnar takmarkanir í gangi en það er ekki

fyrirhugað af minni hálfu að fara út í einhverjar hertar aðgerðir á landamærunum. En við þurfum bara að sjá hvernig þetta þróast og hvernig þetta verður, hvort við þurfum að grípa til einhverra slíkra aðgerða eins og við vorum með áður, það er óljóst á þessari stundu.“

Spurður hvort ekki sé varhugavert að stöðva ferðalög frá ákveðnum löndum eins og Suður-Afríku eða öðrum Afríkulöndum segir hann slíkar vangaveltur ekki tímabærar.

„Það er bara algjörlega ótímabært að ræða eitthvað meira um þetta. Við eigum eftir að fá upplýsingar um þetta afbrigði, hvað það þýðir, hvernig það er og hvernig það hegðar sér. Annað eru bara spekulásjónir og ég held að það sé best að sleppa því, annars geta menn bara lent út í míri.“ ■



NÝR CITAN FRUMSÝNDUR.

Bíllinn er ríkulega búinn með sjö öryggispúða, MBUX snjallútvarpi og snertiskjá, nýju aðgerðarstýri, LED aðalljósum, „Hill start assist“ og „Crosswind assist“, svo eitthvað sé nefnt. Citan hefur fengið frábærar viðtökur í Evrópu og hlaut hin eftirsóttu verðlaun „International Van of the Year Award 2022“ auk þess að vera með 5 stjörnur hjá Euro NCAP.



Opió í dag laugardag 12-16.

Flijúgandi svartur föstudagur!

ALICANTE • GRAN CANARIA • PARÍS
SALZBURG • AMSTERDAM • BERLÍN
LONDON • KAUPMANNAHÖFN

frá **5.999** kr.

Um helgina er hárréttur tími til að gera mögnuð kaup á flugmiða.
Skelltu þér út í heim og njóttu þess besta sem heimsborgir Evrópu
hafa upp á að bjóða. Þú átt það inni að fara út.

Bókaðu þína ferð á flyPLAY.com

PLAY



JOE BOXER

Náttföt, nærföt og heimaföt.
1. hæð Kringlu - joeboxer.is

**NJÓTTU ÞESS
AÐ GEFA MEÐ ÞÉR**



Verðmætaaukning hefur orðið í álafurðum innanlands undanfarið, á sama tíma og Kínverjar draga úr framleiðslu.

Uppgangur í álframleiðslu og stórfjölgun starfsmanna

Tekjur af áli 80 milljarðar á þremur mánuðum. Norðurál fer í 16 milljarða króna fjárfestingarverkefni og bætir við sig tugum starfsmanna. Meiri útflutningstekjur á þriðja ársfjórðungi en af útflutningi sjávarafurða.

bth@frettabladid.is

VIÐSKIPTI Tekjur af áli og álafurðum námu nálægt 80 milljörðum króna á þriðja fjórðungi þessa árs. Aukningin er 72% milli ára í erlendri mynt.

Skýringarnar eru miklar verðhækkningar á heimsmarkaðsverði á áli síðustu mánuði. Ein meginástæða hækkunarinnar er minna heimsframboð, ekki síst þar sem Kínverjar hafa dregið úr álframleiðslu vegna breyttrar stefnu þarlendrar stjórnvalda í umhverfismálum. Álverð sveiflast gjarnan upp og niður, en hefur nú ekki verið hærra í 13 ár.

Sólveig Bergmann, upplýsingafulltrúi Norðuráls, staðfestir uppgang. Hún segir að í kjölfar Covid hafi spurn eftir áli aukist á ný, ekki síst í samgöngum. Álið sem Norðurál framleiði fari til Evrópu. Um sé að



Við höfum ekki aukið framleiðsluna hjá okkur en við erum að búa til verðmætari vöru.

Upplýsingafulltrúi Norðuráls

Þá muni Norðurál innan skamms fara í 16 milljarða króna fjárfestingarverkefni til að framleiða ál-sívalninga. Arion banki fjármagni verkefnið undir merkjum grænnar fjármögnunar, enda dragi það verulega úr losun CO2. Starfsfólki hafi fjölgað, sumpart vegna styttingar vakta. Fleiri ráðningar séu í pípuunum, 40 starfsmenn verði ráðnir þegar framleiðsla hefst á nýrri framleiðslulínu. Um 90 störf verði á framkvæmdatímanum.

„Við höfum ekki aukið framleiðsluna hjá okkur en við erum að búa til verðmætari vöru, erum að færast nær fullunnari afurð,“ segir Sólveig.

Samkvæmt upplýsingum frá Hagstofunni var greitt um 62 prósentu hærra verð fyrir álafurðir frá Íslandi á þriðja ársfjórðungi þessa árs en á sama tímabili í fyrra.

Útflutningstekjur af áli urðu á þriðja ársfjórðungi meiri en tekjur af sjávarafurðum. Fágætt er að slík staða komi upp, en Samtök fyrirtækja í sjávarútvegi benda á að það eigi þó aðeins við um brúttó tekjur en ekki hreint framlag greinanna til útflutningstekna eða verðmæta-sköpunar í hagkerfinu. ■

30-70%
afsláttur af
völdum vörum

**Svört
HELGI**
26.-27. nóvember

Parki
INTERIORS

Parki
INTERIORS

Dalvegi 10-14, 201 Kópavogi

**Plankaparket
Harðparket
Flísar
Mottur
Háfar**

Opnunartími:

Laugardagurinn 27. nóv. opið frá 11-14

Sjáðu tilboðin á Parki.is



NÝR iX

Rafmagnaður



BMW iX, fjórhjóladrifinn,
drægni 425–630 km*.

BMW iX er brautryðjandi nýrra tíma sem er hannaður fyrir rafmagnaða akstursupplifun með allt að 630 km* drægni ásamt tækni og þægindum sem heimurinn hefur ekki upplifað áður. Komdu, skoðaðu og reynsluaktu nýjum BMW iX og upplíftu sígild BMW gæði og glæsileika.

www.bmw.is

4 ÁRA ÁBYRGÐ

OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

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





Sveitarfélög bera ábyrgð á talþjálfun fyrir minniháttar frávik. Langir biðlistar bíða þeirra sem eru með alvarlegri vanda.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

Sér fram á langa bið í kerfinu



Ari
Brynjólfsson
arib
@frettabladid.is

Þriggja ára drengur með mikla málþroskaröskun sér fram á langa bið eftir að komast til talmeinafræðings. Formaður Félags talmeinafræðinga segir fagfólk svart-sýnt. Starfshópur ráðherra á að skila tillögum fyrir júl.

arib@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Foreldrar þriggja ára drengs með mikla málþroskaröskun hafa bedið í sjö mánuði eftir aðstoð talmeinafræðings, sjá þau fram á að þurfa að bíða þangað til hann verður fimm ára eftir að hann komist að í talþjálfun. Starfshópur heilbrigðisráðherra á að skila af sér tillögum um úrbætur á þjónustunni fyrir júl.

„Sonur minn er þriggja ára og hefur verið greindur með mikla málþroskaröskun, en niðurstaða matsins er sú að hann sé með málþroska á við 18 mánaða barn,“ segir Lára Aradóttir, móðir drengsins.

„Að greinast með mikla málþroskaröskun er háalvarlegt mál sem að hefur gífurleg áhrif á barn námslega og félagslega. Við sjáum það einmitt með okkar dreng að þetta er að hafa mikil áhrif á félagsþroska hans og samskipti við önnur börn, hann er að greinast með kvíðaeinkenni og svo fylgir þessu alls konar hegðunarvandi vegna þess að hann getur ekki tjáð sig. Það hefur sýnt sig að því fyrr sem er gripid inn í því betra, því þetta getur haft mikil áhrif á framtíð barnsins ef það fær ekki talþjálfun og það strax.“

Þau eru nú á biðlistum hjá öllum talmeinafræðingum á höfuðborgarsvæðinu. Þau hafa þegar bedið í sjö mánuði. „Það getur enginn sagt mér númer hvað hann er á biðlistanum og það litur út fyrir að biðin sé allavega tvö ár ef ekki þrjú, sem þýðir að hann fær kannski aðstoð þegar hann er 5 ára,“ segir Lára.

Alvarlegri frávik á borði ríkisins Kristín Theódóra Þórarinsdóttir, formaður Félags talmeinafræðinga á Íslandi, segir félagið deila áhyggjum foreldra um skort á þjónustu til barna með tal- og málþroskavanda. Rammasamningur Sjúkratrygginga Íslands og talmeinafræðinga rann út í febrúar síðastliðnum. Til að koma viðræðunum á hreyfingu skipaði Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra fjögurra manna starfshóp í síðustu viku.

„Þetta er að einhverju leyti endurtekning á því sem hefur verið gert til að reyna að samþætta þjónustuna milli ríkis og sveitarfélaga, þær tilraunir runnu út í sandinn,“ segir Kristín.

Í núverandi fyrirkomulagi skiptist ábyrgð á þjónustunni í tvennt, sveitarfélög bera ábyrgð á nauðsynlegri talþjálfun fyrir minniháttar frávik, á meðan alvarlegri frávik, eins og í tilfelli sonar Láru, eru á borði ríkisins.

Áhyggjur ekki teknar alvarlega Lára segir að þau hafi rekist á marga veggja í heilbrigðiskerfinu, ekki bara biðtímann.

„Það er margt gallað þegar það kemur að snemmtækri íhlutun hvað varðar að greina börn með málþroskavanda,“ segir Lára.

„Við 18 mánaða skoðun á Heilsgæslunni á að meta hvort að málþroski barns sé í eðlilegum farvegi. Ég lýsti yfir áhyggjum mínum í þeirri skoðun og þá var hann undir viðmiðum en það var ekki tekið mark á því og mér sagt að þetta væri líklegast ekki neitt. Þarna hefði hann strax átt að fara í ferli og áhyggjur foreldra teknar alvarlega.“

Segir hún reynslu sína af heilsgæslunni ekki einsdæmi. „Ef það hefði verið gert þá værum við kannski búin að vera tæplega 2 ár á biðlista og hann myndi líklega fá aðstoð bráðlega. Í stað þess er þetta búid að vera virkilega langt og flókið ferli og núna 3 ára gamall er hann loksins búinn að fara í málþroskamát. Þetta þarf líka að laga.“

Erfitt að fá reynslu

Helsti ásteytingarsteinninn í viðræðum við Sjúkratryggingar er ákvæðið um tveggja ára starfsreynslu áður en talmeinafræðingar komast inn á rammasamning, þar sem meðferð barna með alvarlegri frávik á sér helst stað, þýðir það að



Að greinast með mikla málþroskaröskun er háalvarlegt mál sem að hefur gífurleg áhrif á barn námslega og félagslega.



Lára Aradóttir,
móðir þriggja
ára drengs með
málþroska-
öskun



Það eru að minnsta kosti þúsund börn að bíða.



Kristín Theódóra
Þórarinsdóttir,
formaður Félags
talmeinafræð-
inga á Íslandi

þeir þurfa að fá starf hjá hinu opinbera.

„Vandinn er sá að það er ekki mikið af slíkri vinnu að hafa, þetta þýðir að þeir talmeinafræðingar sem það vilja geta ekki farið að vinna með þeim hópi sem virkilega þarf á meðferð að halda,“ segir Kristín.

„Við erum mjög ósátt við þetta ákvæði og þennan tveggja ára biðtíma og höfum komið því skýrt á framfæri að ef það á að vinna í takti við þessi stóru markmið að baki starfshópnum, þá þarf að hleypa þeim í vinnu.“

Kristín telur ólíklegt að niðurfelling ákvæðisins muni leysa allan vandann. Töluverður skortur sé á talmeinafræðingum. Margir séu að láta

af störfum vegna aldurs og Háskóli Íslands útskrifi nemendur annað hvert ár. „Í vor eiga að útskrifast átján talmeinafræðingar,“ segir Kristín.

Ekki er til neinn miðlægur biðlisti og því ekki hægt að slá því föstu hversu mörg börn eru að bíða eftir talmeinafræðingi, biðin er nú á bilinu 17 til 36 mánuðir. „Það eru að minnsta kosti þúsund börn að bíða,“ segir Kristín. „Við höfum rætt um að fá slíkan lista til að geta metið þörfina.“

Starfshópur hefur stuttan tíma

Í starfshópnum eru tveir fulltrúar heilbrigðisráðuneytisins, einn frá mennta- og menningarmálaráðuneytinu og einn frá félagsmálaráðuneytinu. Kalla á til helstu hagsmunaaðila til samráðs við gerð tillagnanna. Hópurinn á að skila tillögum 20. desember næstkomandi, hópurinn hefur því sextán virka daga til að klára verkið. Félagið telur afar brynt að rödd talmeinafræðinga fái að heyrast og tekið sé mark á sjónarmiðum þeirra í vinnunni sem fram undan sé. Kristín segir það ekki ganga að ræða málefni talmeinafræðinga án talmeinafræðinga.

Kristín segir að markmiðin séu göfug, en töluverðar svartsýni gæti meðal talmeinafræðinga með framhaldið. Tekur hún fram að talmeinafræðingar muni beita frekari hörku ef málin þökast ekki áleiðis. Dæmi eru um að foreldrar séu byrjaðir að leita þjónustu landshluta á milli og tvöfalt kerfi hafi myndast, þar sem nokkrir talmeinafræðingar neyðist til að starfa utan samnings. Hún segir það neikvæða þróun og ekki í takti við stefnu yfirvalda um að gæta jafnræðis í þjónustu við börn.

Það sé þó von, þar sem bæði á að vinna eftir nýjum lögum um samþættingu þjónustu til barna og heilbrigðisstefnu til 2030, þar sem kveðið sé á um að starfsmannafjöldi eigi að vera í samræmi við umfang þjónustu.

Sjúkratryggingar hafa sagt það berum orðum að vilji sé til að endurskoða tveggja ára ákvæðið, en slíkt rúmist ekki innan fjárveitinga. Kristín óttast að starfshópurinn muni ekki skila miklu.

„Allir vilja börnunum vel þar til kemur að því að greiða fyrir þjónustuna. Þolinmæði okkar er á þrotum og félagið krefst þess að lausn finnist í málinu og það strax.“ ■

18
talmeinafræðingar eiga að útskrifast í vor frá Háskóla Íslands, útskrifað er á tveggja ára fresti.



17 til 36 mánaða bið er eftir talmeinafræðingi.



- Miðstöð iðnaðar- og sérfræðipjónustu á Suðurlandi
- Inn- og útflutningshöfn við bæjardyrnar
- Vinsælt og fjölskylduvænt umhverfi
- Kraftmikið og vaxandi samfélag

Nánari upplýsingar veitir **Gísli H. Halldórsson**, bæjarstjóri Árborgar, gislihh@arborg.is



Sveitarfélagið
ÁRBORG

www.arborg.is



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

30% 24. - 27. nóv.

AFSLÁTTUR AF ÖLLU Í VERSLUNINI*

SVARTUR FÖSTUDAGUR

ÞÚSUNDIR FERMETRA AF FLÍSUM, HARÐPARKETI O.FL.
*Gildir af listaverði

Opið virka daga frá 08:00-18:00 / Föstud. 8:00-17:00 / Laugardaga 10:00-14:00

ALFABORG Skútuvoði 6
104 Reykjavík
Sími: 568 67 55
alfaborg.is

- allt á gólfíð -



Umhverfis- og auðlindaráðuneytið Styrkir til verkefna og rekstrar lausir til umsóknar

Umhverfis- og auðlindaráðuneytið veitir árlega styrki til verkefna á sviði umhverfis- og auðlindamála. Styrkirnir eru ætlaðir til verkefna á vegum aðila utan ríkisstofnana, sem sannanlega falla undir verkefnasvið ráðuneytisins.

Einnig eru veittir rekstrarstyrkir til félagsamtaka sem starfa á sviði umhverfismála. Markmið rekstrarstyrkjanna er að stuðla að opnum og frjálsum skoðanaskiptum um umhverfis- og auðlindamál og að efla almenna vitund um gildi umhverfismála.

Umsækjendur þurfa að uppfylla skilyrði sem fram koma í reglum ráðuneytisins um verkefna- og rekstrarstyrki.

Nánari upplýsingar er að finna á www.stjornaradid.is/verkefni/umhverfi-og-natturvernd/styrkir-og-sjodir/

Umsóknarfrestur er til kl. 23:59, 7. janúar 2022. Skila skal inn umsóknum á rafrænu formi á eyðublaðavef Stjórnarráðsins.

Stjórnarráð Íslands
Umhverfis- og
auðlindaráðuneytið



Nemendur í Menntaskólanum í Reykjavík skimaðir fyrir kórónaveirunni á bókasafni skólans.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Segir aðgerðir stjórnvalda skorta heildræna hugsun

Geðhjálp hefur farið af stað með verkefnið Geðlestina, til að efla geðrækt ungmenna. Þunglyndi unglinga hefur versnað í faraldrinum.

mhj@frettabladid.is

COVID-19 Grímur Atlason, framkvæmdastjóri Geðhjálp, segir það alveg ljóst að þunglyndiseinkenni og vanlíðan á Íslandi hafi aukist í faraldrinum, sérstaklega meðal ungmenna.

Grímur segir ungt fólk á Íslandi líða mikið þegar aðgerðir eru hertar og kallar hann eftir að stjórnvöld horfi á heildarmyndina þegar verið er að ákveða sóttvarnaaðgerðir.

Geðhjálp hefur verið að mæta vanda ungmenna með verkefninu Geðlestinni, sem heimsækir nemendur á grunnskólaaldri.

„Markmiðið er að efla geðrækt meðal barna og ungmenna í ljósi þess að þetta er mjög flókið. Í fyrsta lagi er mjög flókið að vera unglundur og það hefur alltaf verið flókið, en það er mjög flókið í dag,“ segir Grímur.

„Það er svo margt sem að spilar inn í og svo kemur þetta Covid ofan í það. Sem gerir það að verkum að þau eru búin að vera í sóttkví og mikið álag á þeim rétt eins og öðrum. Maður horfir á það að það er engin heildræn hugsun í aðgerðum stjórnvalda,“ segir Grímur og bætir við að Geðhjálp hafi skrifað heilu og hálfu

minnisbækurnar í tengslum við geðræn vandamál og faraldurinn. Að hans mati er hins vegar alltaf bara horft á eina breytu, sem eru Covid-veikindi og dauðsföll.

„Það hafa ekki dáið margir úr Covid á þessu ári, og ég ætla ekki að gera lítið úr því, en ástandið núna er þannig að það eru fáir að deyja. Það deyja færri úr Covid núna heldur en deyja úr flensu, en við förum samt með hvert einasta andlát eins og það sé alveg það versta sem hefur komið fyrir okkur,“ segir Grímur.

„Á sama tíma dóu fjörutíu og sjö í fyrra fyrir eigin hendi og það er bara það sem er gefið upp. Það er fólk sem keyrir framán á bíla, keyrir út í sjó, veltir bílum sínum og tekur of stóran skammt og svona, en það er ekki endilega lítið á það sem sjálfsvíg heldur slys.“

Spurður um stöðuna á sjálfsvígum í ár, segir Grímur að þær tölur eigi eftir að koma í ljós. „Það veit enginn. Landlæknir heldur utan um dánarmeinaskrá og það kemur yfirleitt í apríl um árið. Það var bara í fyrra að það var gefið út að það hefðu verið þrjátíu sjálfsvíg komin í ágúst. Það var þá sem við vissum eitthvað.“

Grímur segir að Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin hafi bent á það í upphafi faraldursins að við myndum glíma við geðrænar áskoranir í kjölfar hertra aðgerða og að við yrðum að passa mótvægi



Ég ætla ekki að gera lítið úr faraldrinum og lítið úr hættunni, en við verðum að fara að vegna og meta afleiðingarnar.



Grímur Atlason, framkvæmdastjóri Geðhjálp

í því. Geðhjálp gerði slíkt hið sama og sendi síðast ítrekun þess efnis við sumarlok.

„Ég ætla ekki að gera lítið úr faraldrinum og lítið úr hættunni, en við verðum að fara að vegna og meta afleiðingarnar og þá vera með einhverjar mótvægisáðgerðir gagnvart þeim. Þær eru svo fáar. Ef þær eiga að vera fáar þá er bara spurning hverjar eru afleiðingar þess að keyra þessa stefnu?“ spyr Grímur.

„Við verðum að vita það og meta það betur í stað þess segja: „Við gerum bara þetta og það er rétt og best og það er ekkert annað í boði,“ segir Grímur að lokum. ■

HÍ og Hringbraut saman í sjónvarpi

gar@frettabladid.is

FJÖLMIDLUN Jón Atli Benediktsson, rektor Háskóla Íslands og Sigmundur Ernir Rúnarsson, aðalritstjóri fjölmiðla Torgs ehf., skrifuðu í gær undir samning um framleiðslu nýrrar sjónvarpsþáttaraðar um rannsóknir vísindamanna á vegum skólans.

Þáttunum, sem bera heitið Vísindin og við, er ætlað að varpa ljósi á þá margvíslegu rannsóknarstarfsemi sem fer fram innan Háskóla Íslands, með viðtölum og umfjöllun við fremstu fræðimenn skólans, nemendur þeirra og aðstoðarmenn, en sú vinna hefur oft og tíðum skilað sér út í atvinnulífið hér á landi, því til aukinnar hagsældar.

Umsjónarmenn þáttanna verða Þóra Katrín Kristinsdóttir efnafræðingur og Sigmundur Ernir. Saman munu þau þræða ganga háskólans í leit að því merkilegasta



Jón Atli og Sigmundur Ernir ásamt Þóru Katrínu, Jóni Erni Guðbjartssyni, samskiptastjóra HÍ, Sæunni Stefánsdóttur, forstöðumanni Stofnunar Rannsóknasetra HÍ og Birni Gíslasyni, kynningarstjóra HÍ. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

og fréttanæmasta sem er að gerast í vísindastarfinu innandyrna og úti á víðavangi. Efni þáttanna verður einnig aðgengilegt á síðum Fréttablaðsins og fréttavefjum þess.

Framleiðslu þáttanna ber upp

á 110 ára afmæli Háskóla Íslands, sem hefur verið leiðandi í vísindarannsóknnum hér á landi frá upphafi síðustu aldar. Þættirnir eru væntanlegir á dagskrá Hringbrautar í byrjun næsta árs. ■

Farðu út fyrir ystu mörk hugans.

100% rafknúinn Kia EV6.



Movement that inspires

Ferðalögin sem breyta okkur mest eru þau sem fara með okkur út fyrir þægindarammann. Með allt að 528 km** drægi fer Kia EV6 með þig í ferðalag langt út fyrir ystu mörk ímyndunarafslisins.

Komdu og reynsluaktu nýjum Kia EV6.
Opið í dag 12-16 í sýningarsal okkar að Krókhálsi 13.
Við tökum vel á móti þér.



Askja · Krókhálsi 11-13, 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.

 Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsland

Askja býður öflugar hleðslulausnir fyrir allar stærðir fyrirtækja og heimila.
Nánar á askja.is/hledslulausnir

*Forsendur ábyrgðar eru reglulegt þjónustuefirlit sem kaupandi ber kostnað af. Lestu meira um ábyrgðina á www.kia.com/abyrgd.
** Akstursdrægið var mælt í samræmi við staðlaða mæliaðferð ESB (WLTP) og miðast við 77,4 kWh rafgeymastæðu, afturhjóladríf og 19" álfelgur (mynd af ökutæki sýnir það á 20" felgum). Akstursvenjur og aðrir þættir, eins og hraði, útihitastig, landslag og notkun rafknúinna tækja/eininga hafa áhrif á raunverulegt akstursdrægi og geta dregið úr því.



BLACK FRIDAY



30%
AFSLÁTTUR

SCOTT

Hornsófi með hægri tungu í Kentucky koníak lituðu bonded leðri. Fæst einnig með vinstri tungu. 293 x 217 x 85 cm.

195.993 kr.
~~279.990 kr.~~



35%
AFSLÁTTUR

UMBRIA

Tímalaus og þægilegur hornsófi með hægri eða vinstri tungu. Slitgott grátt áklæði. 326 x 261 x 78 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



ALINA

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

132.986 kr. ~~189.980 kr.~~



FRAMLENGING
FYLGIR



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.~~

Reykjavík 11 – 18 virka daga
Bíldshöfði 20 11 – 17 laugardaga
13 – 17 sunnudaga

Akureyri 11 – 18 virka daga
Dalsbraut 1 11 – 16 laugardaga

Ísafjörður
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is
558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.

20%

EXTRA

AF VÖLDUM VÖRUM

AF ÖLLUM HÚSGÖGNUM OG ALLT AÐ 50% AF VALDRI SMÁVÖRU*

30%
AFSLÁTTUR



CLEVELAND

Hornsófi í dökkgráu áklæði með krómfótum.

308 x 203 x 81 cm

Hnakkapúðar seldir sér.

139.993 kr.

~~199.990 kr.~~

40%
AFSLÁTTUR



PETRI SÓFASETT

2,5 og 3ja sæta sófasett. Dökkgrátt velúr áklæði.

3ja sæta 242 x 100 x 78 cm og

2,5 sæta 210 x 100 x 78 cm.

266.988 kr.

~~444.980 kr.~~

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.~~

50%
AFSLÁTTUR



HYPE

Borðstofustóll. Grænt áklæði, svartir fætur.

18.495 kr.

~~36.990 kr.~~

40%
AFSLÁTTUR



CRAY

Borðstofustóll. Sléttflauel, svartur snúningsfótur úr járn.

20.994 kr.

~~34.990 kr.~~

30%
AFSLÁTTUR



RICHMOND

Skenkur, olúborin 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. Olúborinn eikarspónn á borðplötu með fiskibeinamynd.

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.~~

* Gildir ekki ofan á önnur tilboð, t.d. ef vara er fyrir á jólaferðir eða -tilboði og hvorki af Skovby, littala, bitz né sérpöntunum.



HÚSGAGNA
HÖLLIN



Ofbeldi gengja í Mexíkó er orðið daglegt brauð. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Skotspónn gengis eftir lottóvinning

kristinnhaukur@frettabladid.is

MEXÍKÓ Glæpagengi sem kallast Los Petules hefur flæmt hóp foreldra úr mexíkóskum smábæ, eftir að barnaheimili vann í lottóinu. Kalla foreldrarnir eftir aðstoð stjórnvalda til þess að geta snúið aftur heim.

Barnaheimili nálægt Ocosingo í suðurhluta Mexíkó vann 20 milljónir pesóa, eða um 125 milljónir króna, fyrir rúmu ári, í lottói sem stjórnvöld komu á fót til þess að fjármagna forsetaþotuna. Foreldrar barnanna áttu að ráðstafa fjármunum, en eftir að það fréttist fóru þeir að fá hótanir frá genginu sem vildi að peningarnir yrðu notaðir til vopnakaupa.

Einn faðir var skotin til bana og 28 fjölskyldur hafa flúið eftir hótanir. Í ákalli um hjálp sagði for-eldrafélagið að gengið hefði eyðilagt heimili fólks, drepið húsdýr og eyðilagt uppskeruna. ■

Bridgehátíð í Hörpu í janúar

ser@frettabladid.is

BRIDGE Bridgesamband Íslands er staðráðið í því að halda Bridgehátíð í Hörpu dagana 27. til 30. janúar á nýju ári, en hátíðin féll niður í ár vegna farsóttarinnar.

Jafet Ólafsson, forseti sambandsins, segir að þegar hafi nokkrar erlendar sveitir skráð sig leiks, þar á meðal Dennis Bilde og Íslands-vinurinn Zia Mamhoud, sem allir bridge-spilarar þekkja, en hann hefur komið á Bridgehátíð í um 30 ár og aðstoðaði Íslendinga þegar þeir urðu heimsmeistarar í Yokohama 1991.

Jafet segir að nú verði Íslendingar að vera duglegir að skrá sig á mótið, af því einfaldlega að aðstaðan í Hörpu sé til fyrirmyndar. Og svo sé hitt að „bridge gerir lífið skemmtilegra,“ að sögn forsetans. ■

Staða norskra laxastofna enn slæm þrátt fyrir ýmsar mótvægisaðgerðir

Aðeins einn af hverjum fimm laxastofnum í Noregi telst í góðu ásigkomulagi. Fiskeldi og virkjanir valda búsjífum í stofnunum. Þá segja Norðmenn þörf á alþjóðlegu átaki gegn hnúðlaxi sem er í mikilli sókn í norskum laxveiðiám.

gar@frettabladid.is

FISKELDI Þrátt fyrir ýmsar ráðstafanir hefur ástand villtra laxastofna í Noregi versnað, segir Vísindaráð laxins þar í landi. Vitenskapelig ráð for lakseforvalting, í nýjstu skýrslu sinni.

„Eldislax sem hefur sloppið og laxalús eru áfram mesta ógnin,“ segir vísindaráðið. Sérstaklega sé ástandið slæmt í Vestur- og Mið-Noregi. „Í byrjun níunda áratugarins sneri meira en ein milljón laxa til baka úr hafi á hverju ári,“ segir ráðið. Nú sé þessi tala fallin um helming. „Það er bæði vegna umsvifa mannsins og verri lífskilyrða í sjó. Áfram er eldislax sem hefur sloppið, laxalús og sýkingar tengdar fiskeldi, stærsta ógnin við villta laxinn. Fleiri stofnar hafa orðið fyrir barðinu á laxalús á síðustu árum og svæðin sem orðið hafa illa úti hafa stækkað.“

Haft er eftir Torbjörn Forseth, formanni vísindaráðsins, að hægt sé að bregðast við vegna áhrifa mannsins í ánum og með fram ströndinni. „En því miður lítur ekki út fyrir að ráðstafanirnar dugi til að staðan batni fyrir laxinn á illa leiknu svæðunum,“ segir hann.

Þá segir ráðið að vatnsvirkjanir og önnur mannvirki séu áfram mikil ógn sem dragi úr stærð laxastofnanna. Ekki sé mikil hætta á að ástandið versni frekar vegna þessara þátta, en að margir möguleikar séu til að minnka áhrifin.

„Það er enn verið að gera ný inn- grip í árnar og það er mikið sem við getum gert til að bæta úr eldri inn- gripum,“ er haft eftir Helge Skoglund, sem situr í vísindaráðinu.

Þá er vikið í skýrslu ráðsins að hnúðlaxi, sem nýrri ógn við marga laxastofna. „Það þarf ráðstafanir á bæði landsvisu og á alþjóðlega vísu til að minnka hættuna á að villti laxinn verði fyrir skaða,“ segir í skýrslunni. Hnúðlaxinn hefur einmitt einnig verið að færa sig upp á skaftið hérlandis, öllum til ama, er óhætt að segja.

Sem fyrr segir er staðan verst um miðbik Noregs og í vesturhluta landsins. Þar hafa laxastofnarnir

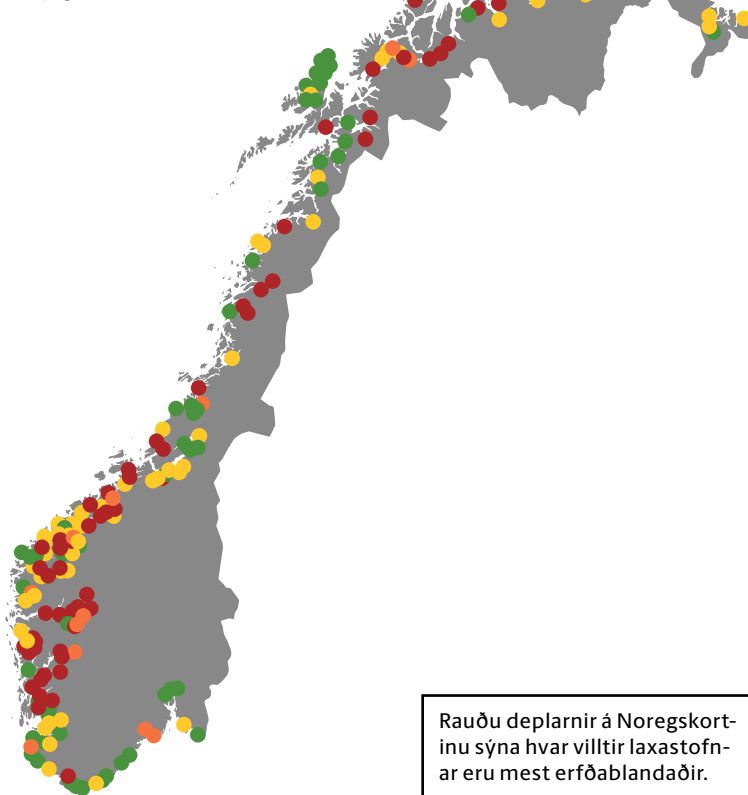


Sjókvíaeldi á laxi í Lyngenfjord í Norður-Noregi.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Erfðahreininleiki villtra laxastofna í Noregi

- Gott/Mjög gott
- Ágætt
- Slæmt
- Mjög slæmt



Rauðu deplarnir á Noregskortinu sýna hvar villtir laxastofnar eru mest erfðablandaðir.

minnkað mest og ástæðan sögð að stórum hluta vera vegna laxeldisins. Á síðustu þremur árum hafi laxalús verið skæð á svæðum þar sem eldið er mest. Margir laxastofnar við Sognefjorden og Sunnmørsfjordene séu í afar slæmu ásigkomulagi.

Staðan er sögð önnur í Suður-Noregi þar sem laxastofnar hafi rétt úr kútnum eftir að kalki hafi á skipulegan hátt verið bætt í ár sem hafa fengið í sig súrt mengunarregn.

Enn fremur kemur fram í skýrslunni að kortlagning sýni að aðeins einn af hverjum fimm laxastofnum sé í góðu eða mjög góðu standi og að meira en þriðjungur stofnanna sé annað hvort í slæmu eða í mjög slæmu horfi.

Þótt færri laxar snúi úr hafi eru það hins vegar fleiri laxar en áður sem hrygna. „Þetta helgast af því að umtalsvert minna er nú veitt í bæði vötnum og ám. Árleg veiði í vötnum og ám er nú um það bil þriðjungur þess sem hún var á níunda áratugnum,“ segir í skýrslunni.

„Á margan hátt eru það veiðimenn í ám og vötnum sem greiða verðið fyrir að við náum ekki að draga úr áhrifum mannsins á villta laxinn,“ er haft eftir Torbjörn Forseth. „En góðu fréttirnar eru þær að ef við náum að draga úr áhrifunum, hafa flest vatnsföllin nægan hrygningarfisk og góða nýliðun, þannig að laxinn gæti fljótt náð sér á strik.“ ■

Corona Blanca

Sértilboð til Kanarí í janúar

- 19. og 26. janúar
- 7 nætur

Beint morgunflug með Play

Frá 79.900 kr
2 í íbúð, 7 nætur, 19. janúar

• Sími: 556 2000

• Sundagarðar 2 -
104 Reykjavík

 Aventura
www.aventura.is

KRONAN

Gerðu þitt elgið

Jóla HLAÐ BORD

Matseðill Fyrir 8 manns

Karrýsild, 255 g	399 kr. stk.
Marineruð síld, 275 g	399 kr. stk.
Rúgbrauð, 270 g	259 kr. pk.
Grafinn lax í sneiðum, 200 g	989 kr. pk.
Graflaxsósa, 195 ml	295 kr. stk.
Jólapaté innbakað, 200 g	1399 kr. stk.
Jarðarberjasósa, 100 g	799 kr. stk.
Reykt andabringa, 230 g	2699 kr. stk.
Rauðlaukssulta, 180 g	749 kr. stk.
Hamborgarhryggur, 500 g	1299 kr. stk.
Waldorf salat, 500 g	1099 kr. stk.
Heimagert rauðkál, 250 g	679 kr. pk.
Kalkúnabringa elduð, ca. 500 g	2700 kr. stk.
Kalkúnasósa m. salvíu, 500 g	1399 kr. stk.
Heit purusteik, 400 g	1998 kr. stk.
Rauðvínssósa, 500 ml	1399 kr. stk.
Lifrarkæfa m. beikoni, 370 g	1359 kr. stk.
Lúxus laufabrauð, 130 g	1199 kr. pk.

Nánar á
[kronan.is/
jolahladbord](https://www.kronan.is/jolahladbord)

Allt þetta undir

2699*

kr. á mann

*Miðað við eitt stykki/pakka af hverju. 500 g af hamborgarhrygg, 400 g af purusteik og 500 g af kalkúnabringu.



Afgreiðslutímar á www.kronan.is

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.



Hátíð fer að höndum ein

Jólaþorpið í Hafnarfirði var opnað í gær við mikla kátínu.

Í gærkvöld var mikið um ljós og bros á Thorsplani í Hafnarfirði þegar Jólaþorpið var opnað. Alls eru tuttugu sölubásar á torginu og á sviðinu er ýmislegt um að vera. Jólaveinarnir láta sig heldur ekki vanta.

Hefur það verið hefð hjá mörgum að koma við í þorpinu að minnsta kosti einu sinni fyrir hver jól til að anda að sér stemningunni. Rósa Guðbjartsdóttir bæjarstjóri hefur hvatt Hafnfirðinga til þess að taka forystu í jóla-skreytingum og lystigarðurinn í Hellisgerði er ljósum prýddur að vanda.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



LAND ROVER DISCOVERY SPORT

UPPGÖTVAÐU HRÍFANDI NÝJUNGAR



ABOVE & BEYOND

landrover.is



Bill á mynd er Discovery Sport HSE

NÝTT ÚTLIT, NÝ INNRÉTTING OG NÚ LÍKA PLUG-IN HYBRID

Land Rover Discovery Sport er einn glæsilegasti millistærðarjeppi sem völ er á. Nýtt útlit minnir á stóra bróður, sjálfan Discovery, og innréttingin er öll með glæsilegasta móti. Verið velkomin í reynsluakstur því sjón er sögu ríkari.

LAND ROVER DISCOVERY SPORT

S DÍSil 163 hestöfl, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn. Verð: 9.290.000 kr.

S PHEV 309 hestöfl, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn. Verð: 9.990.000 kr.

LAND ROVER

HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 525 6500



OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

ENNEMM / SIA / NMO06031

Kína gerir tilraunir með nýja tegund flugskeyta

Kína virðist hafa náð markverðum áfanga í þróun nýrrar tegundar flugskeyta, sem Bandaríkin óttast að komist fram hjá eldflaugavarnakerfi sínu. Þau eru talin geta borið kjarnavopn og segja bandarískir hershöfðingjar að um „Spútnik móment“ sé að ræða.

thorvardur@frettabladid

KÍNA Ólga er innan bandarískra stjórnvalda eftir tvær tilraunir Kínverja með ofurhljóðfrá flugskeyti (e. hypersonic missiles). Þau geta ferðast á allt að fimmföldum hljóðhraða og talið er að flugskeytin geti borið kjarnavopn.

Tilraunirnar komu bandarískum yfirvöldum í opna skjöldu og óttast þeir að Kínverjar standi þeim nú mun framar í þróun slíkrar tækni og að tilraunirnar marki upphaf að nýju vígbúnaðarkapphlaupi, í anda þess sem geisaði í kalda stríðinu milli Bandaríkjanna og Sovétríkja-anna sálugu.

Financial Times greindi fyrst frá því í október að Kínverjar hefðu gert tilraunir með slíka tækni í júlí og ágúst. Bandaríkin og Rússland hafa unnið að þróun slíkrar tækni í áratugi en svo virðist sem Kína standi þeim nú framar. Auk þess hefur fjöldi annarra ríkja unnið að slíkrri tækni, þar á meðal Bretland, Frakkland og Norður-Kórea. Samkvæmt skýrslu rannsóknarþjónustu Bandaríkjaþings hafa Íranir, Suður-Kóreumenn og Ísraelar hafið grunnrannsóknir á hljóðfráum flugskeytum.



Spútnik skapaði brýna þörf á aðgerðum í Bandaríkjunum. Tilraunin 27. júlí hafði ekki sömu áhrif. Ég held að það hefði átt að gerast.



Bandaríski hershöfðinginn John Hyten

Sjálfir hafa Kínverjar ekki viðurkennt að um vopnatilraunir væri að ræða og segja þær tengjast geimferðaáætlun þeirra. „Við höfum engan áhuga á vígbúnaðarkapphlaupi við önnur ríki. Bandaríkin hafa á undanförunum árum afsakað aukinn vígbúnað og þróun hljóðfrárra flugskeyta með því að tala um „ögnina sem stafar af Kína“,“ segir Liu Pengyu, talsmaður kínverska sendiráðsins í Bandaríkjunum.

Lengi hefur andað köldu milli Bandaríkjanna og Kína og eru tilraunirnar til þess vísar að auka á spennuna. Bandaríkin hafa þrýst



Joe Biden og Xi Jinping funduðu í síðustu viku.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

Fjöldi kjarnaodda

Rússland	6.000
Bandaríkin	3.750
Kína	350

mjög á Kína að taka þátt í samningum um að taka ásamt Rússlandi þátt í samningum um takmörkun kjarnavopna og mun það hafa borið á góma á fjarfundi Joes Biden, aðalritara kínverska kommúnistaflokksins í síðustu viku.

Yfirmaður herforingjaráðs Bandaríkjanna, hershöfðinginn

Mark Milley, segir tilraunir Kínverja vera „Spútnik móment“ og vísar þar til þess er Sovétríkin sendu fyrsta gervihnöttinn út í geim árið 1957 sem markaði upphaf geimferðakapphlaupsins.

Undirmaður hans, hershöfðinginn John Hyten, tekur í sama streng. „Spútnik skapaði brýna þörf á aðgerðum í Bandaríkjunum. Tilraunin 27. júlí hafði ekki sömu áhrif. Ég tel að það hefði átt að gerast.“ „Við vinnum að því eins hratt og við getum að þróa slíka tækni,“ sagði varnarmálaráðherrann Lloyd Austin fyrir skömmu.

Bandaríkjamenn óttast að með

þessari tækni geti Kínverjar komist fram hjá eldflaugavarnakerfi þeirra, með því að senda kjarnavopn yfir Suðurljóðfrá, en varnakerfi Bandaríkjanna beinist einkum að því að verja landið fyrir vopnum sem fljúga yfir Norðurljóðfrá. Kínverjar gætu því haft yfirhöndina ef kjarnorkustríð hæfist og ráðist gegn Bandaríkjunum, án þess að þau gætu komið nokkrum vörnum við. Kínverjar tilkynntu árið 1964 er þeir gerðu sínar fyrstu tilraunir með kjarnavopn, að aldrei yrði ráðist á land að fyrra bragði með slíkum vopnum. Bandaríkjamenn og Rússar hafa ekki lofað því sama. ■



NORRØNA
Welcome to nature



lyngen Gore-Tex
skel dömu/herra
kr. 71.990



lyngen down850
dúnúlpá dömu/herra
kr. 63.990



lyngen alpha90
millilag dömu/herra
kr. 19.990



lyngen flex1
buxur dömu/herra
kr. 37.990



lyngen 35L
fjallaskíðapoki
kr. 30.990



lyngen Gore-Tex
Infinium hanskar
kr. 13.990



PELTON

Klettagarðar 23 • www.peloton.is

Þú færð varla jeppa undir 10 milljónum ...

... en þú getur fengið hús á 9,9!



SMART MODULAR PREMIUM - 50fm.

Rúmgóð herbergi og lofthæð 2.8M

Gluggar - 2.2m

SmartLED- lýsing - Euro staðall á allri rafmangshönnun

Gólfhiti í öllum rýmum!

Smart home stjórnkerfi og öryggiskerfi með mörgum fíðusum m.a tengingu við internet og nargmiðlunarveitur

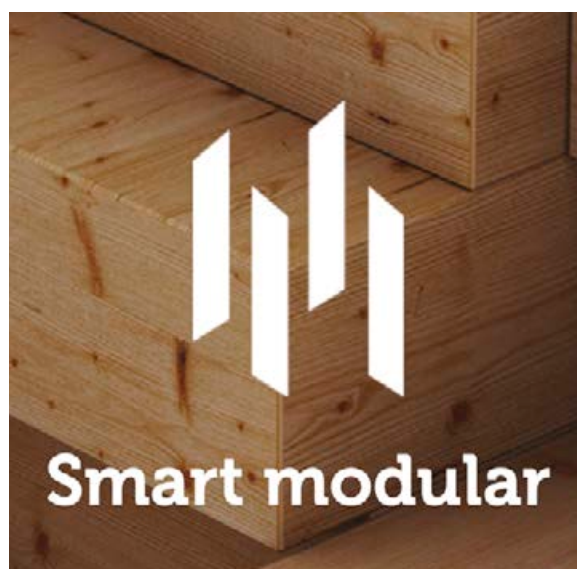
Innbyggðir hátalarar í öllum rýmum

LED útilýsing og 360 öryggismyndavélakerfi

Vönduð premium eldhús innrétting með öllu tilheyrandi

Afar vandað baðherbergi með walk in sturtu - ítölskum keramik flísum gólfhita og valmöguleika um upphengt salerni

Kynningarverð 9.900.000



Smart modular á Íslandi

Klettatröð 2 | 235 Reykjanesbær | S. 7839211 | info@icesmartmodular.net

Stefna stjórnar



Sigmundur Ernir
Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Nýja þriggja flokka ríkisstjórnin ætlar sér að hrinda af stað framfaramálum í þágu lands og þjóðar. Forkólfar hennar hafa spurt sig í aðdraganda samstarfsins hvort bæta megi samfélagið og hvar þá helst. Og svarið er á einn veg; samfélagið er ekki nógu sterkt, styrkjum það.

Því er lagt af stað með ellefu áherslumál, en þar ris einna hæst aukinn jöfnuður og réttlæti, jafnt 25 prósent launahækkun til verst launuðu stétta landsins og stóruauknar kjaraþætur til öryrkja og aldraðra í landinu, hvoru tveggja sakir þess að ójöfnuður skapar átök í samfélaginu og dregur úr krafti þess.

Og nýja stjórnin ætlar að gera svo miklu meira. Í loftslags- og umhverfismálum ætlar hún sér að taka forystu í heiminum, hætt verði að nota jarðefni til húshitunar fyrir árið 2030, átta árum fyrr en áður var fyrirhugað – og svo mjög verði dregið úr útblæstri mengandi efna fyrir árið 2045 að náttúran hafi þá betur.

Þá verði veðjað á stafrænar lausnir á öllum sviðum atvinnu- og félagslífs, en stefnt verði að því að þjóðin leiði fjórðu iðnbyltinguna, ella verði hún undir í keppni við aðrar þjóðir í lífsgæðum.

Fimmti liðurinn í stjórnarsáttmálanum varðar stórfellt átak í húsbýggingum um allt land svo stemma megi stigu við hækkandi íbúðaverði, en réttur fólks til þess að geta leigt eða eignast húsnaði á hóflegu verði sé mannréttindamál.

Stjórnin ætlar einnig að skipta um kúrs í innflytjendamálum með mannúð að leiðarljósi, en bæta þurfi aðstöðu og kjör nýrra íbúa landsins.

Eins mun stjórnin huga betur að málefnum ungs fólks, færa kosningaaldur í 16 ár, enda hafi yngstu kynslóðirnar meira að segja en áður og eigi að hafa meiri áhrif við landstjórnina.

Og stjórnin nýja vill lögleiða kannabis, en notkun þess sé skárrí en áfengisdrykkja og tóbaksreykingar og skipti miklu máli í lækningaskyni.

Loks er það slegið í gadda að engir skattar hækki á kjörtímabilinu, tekið verði fyrir útgjaldahækkun hins opinbera, skuldir ekki auknar þótt ríkið geti tekið lán á neikvæðum vöxtum – og að endingu, hámarkshraði á þjóðbrautum verði ekki lækkaður, því það eigi að treysta fólki.

Þetta er ekki stefna nýrrar íslenskrar ríkisstjórnar. Því miður. Þetta er stefna nýrrar þýskrar stjórnar frjálslyndra, jafnaðarmanna og græningja – fyrir fólkið í landinu. ■



Þetta er ekki stefna nýrrar íslenskrar ríkisstjórnar. Því miður.

Peysur verð frá 5.990 kr

Skyrtur verð frá 7.990 kr

JACK&JONES

jackandjones.is

■ Gunnar



■ Mín skoðun

Efnahagsreikningar, blóðsúthellingar



Sif
Sigmarsdóttir

Eftir nokkrar vikur minnumst við Íslendingar þess að áratugur er liðinn frá sögulegum atburði sem hækkaði þjóðarþúlsinn um allnokkur slög og skildi víða eftir óbragð í munni. Í janúar árið 2012 komst upp að Ölgærdin Egill Skallagrímsson hefði í þretán ár selt helstu matvælaframleiðendum landsins iðnaðarsalt í afurðir sína. Málið gat af sér eina stærstu ráðgátu síðari tíma. Þótt saltið væri ekki ætlað til manneldis heimilaði Matvælastofnun Ölgærdinni að klára að selja birgðir sínar af saltinu í matargerð.

Áherslur Matvælastofnunar voru í deiglu á ný í vikunni þegar hulunni var svipt af hrottalegri meðferð á svo kölluðum blóðmerum hér á landi. Blóðmeri er hryssa sem hefur þann eina tilgang að ganga með föllöld svo hægt sé að taka úr henni blóð á meðan hún er full. Úr blóðinu er unnið hormón í lyf sem nota má til að sæða gyltur svínabúa örar og auka þannig framleiðslugetu. Matvælastofnun hefur eftirlit með blóðmerahaldi. „Það er auðvitað hægt að klippa saman vond augnablik,“ sagði yfirdýralæknir í hrossasjúkdómum hjá Matvælastofnun um heimildarmynd svissnesku dýraverndunar-samtakanna sem ljóstruðu upp um málið en Matvælastofnun rannsakar nú myndskeldin.

Velferð eða verðmætasköpun?

Árið 1833 var þrælalald afnumið viðast hvar í Breska heimsveldinu. Í kjölfarið samþykktu stjórnvöld að greiða fórnarlömbunum háar fébætur. Bótapegarnir voru þó ekki þrælarnir heldur eigendur þeirra. Nýverið kom upp á yfirborðið að greiðslum bresks almennings vegna bóta til þeirra sem höfðu hagsmuni af þrælalaldi lauk ekki fyrr en árið 2015.

Fyrr á þessu ári lagði Inga Sæland, formaður Flokks fólksins, fram frumvarp til Alþingis um breytingu á lögum um dýravelferð sem bannaði blóðtöku úr fylfullum merum. Þeir fóru hördum orðum um frumvarpið sem létu sig málið varða. Framkvæmdastjóri

Ísteka, fyrirtækisins sem framleiðir lyf úr merarblóðinu, sagði í umsögn til Alþingis að verðmætasköpun fyrirtækisins væri mikil, afurðir þess væru fluttar úr landi og sköpuðu gjaldeyriskjör sem námu 1,7 milljörðum króna árið 2020. Í umsögn dýralæknis var staðhæft að blóðmerahald væri orðið mikilvægur tekjustofn bænda sem tryggði að sveitir landsins héldust í byggð.

Blóðmerahald er aðeins stundað í fjórum öðrum löndum: Kína, Argentínu, Úrúgvæ og Þýskalandi. Evrópuþingið vill stöðva blóðmerahald. Fæstir Íslendingar höfðu heyrnt um blóðmerabúskap fyrr en í þessari viku. Þeim fjólgar hratt sem kalla eftir því að hann verði bannaður.

Á heimasíðu Matvælastofnunar segir að hlutverk stofnunarinnar sé að vernda „heilsu manna, dýra og plantna“ og auka „velferð og verðmætasköpun í þágu þjóðarinnar“. En hvað gerist þegar velferð og verðmætasköpun fara ekki saman?

Ein helstu rök gegn afnámi þrælalalds voru efnahagsleg. Atvinnurekendur börðust gegn afnámi þrælalalds á þeim forsendum að það myndi valda starfsemi þeirra stórtjóni.

Matvælastofnun lagðist gegn frumvarpi Ingu Sæland.

Þrælalald. Iðnaðarsalt. Blóðmerabúskapur. Ranglæti er ítrekað réttlætt með efnahagsreikningi. En íslenskur almenningur á ekki að þurfa að borða iðnaðarsalt aðeins vegna þess að einhver flutti það inn. Athæfi sem dýraréttarlögfræðingur kallaði dýraníð í vikunni á ekki að viðgangast bara af því að einhver fann leið til að hagnast á því. Það réttlætir ekki glóruleasar blóðsúthellingar að halda sveitum í byggð.

Þrælur Breska heimsveldisins sem öðluðust frelsi árið 1833 fengu aldrei bætur. Þar lauk þó ekki óréttlætinu. Afkomendur þeirra greiddu skuld við þrælalaldarana með sköttum sínum til ársins 2015. Hvað er rétt, hvað er rangt? Stundum liggur það í augum uppi. ■



Ranglæti er ítrekað réttlætt með efnahagsreikningi.

ÞITT NAFN



BJARGAR LÍFI

ÞAÐ ER ALDREI RANGUR TÍMI FYRIR MANNRÉTTINDI

Ekki láta þitt eftir liggja. Skrifðu undir
mál einstaklinga sem beittir eru
grófum mannréttindabrotum.

AMNESTY.IS

Afrek sem verður seint leikið eftir

Í dag eru 65 ár síðan Vilhjálmur Einarsson setti Ólympíumet í þristökki og var í forystu í nokkra klukkutíma. Hann endaði í öðru sæti og vann þar með fyrstu verðlaun Íslendinga á Ólympíuleikum.

benediktboas@frettabladid.is

„Ég held að þetta sé stærsta afrek íþróttasögu Íslands enn þann dag í dag,“ segir Sigurbjörn Árni Arngrímsson, skólastjóri og frjálsíþróttalfræðiorðabók, um afrek Vilhjálms Einarssonar sem stökk á þessum degi 16,26 metra í þristökki á Ólympíuleikum í Ástralíu.

Stökkið var Ólympíumet og stóð í rúmar tvær klukkustundir þangað til ríkjandi Ólympíumeistari, Brasilíumaðurinn Adhemar da Silva, stökk níu sentimetrum lengra og vann. Vitold Kreyer varð í þriðja sæti og Bandaríkjamaðurinn Bill Sharpe varð í fjórða sæti, en

hann leiddi eftir fyrstu umferð með stökki upp á 15,88 metra.

Þetta voru fyrstu Ólympíuverðlaun Íslendinga og er Vilhjálmur enn eini Íslendingurinn sem hefur sett Ólympíumet. Biðu Íslendingar í 28 ár eftir næstu verðlaunum á Ólympíuleikum.

16,70

Íslandsmet Vilhjálms er 16,70 og stendur enn.

„Að setja Ólympíumet er ekkert gert á hverjum degi og Vilhjálmur nær að vera í forystu, gjörsamlega óþekktur, í einhverja klukkutíma fyrir fjórða stökk da Silva.“

Ólympíuleikar eru stærsta íþróttakeppni heims og við getum sagt að silfrið hjá handboltalandsliðinu sé mjög gott, en handbolti er



Vilhjálmur varð annar í þristökki á Ólympíuleikum í Melbourne í Ástralíu á þessum degi árið 1956.



Vilhjálmur stökk aðeins fjórum sinnum í Melbourne árið 1956.



Vilhjálmur var sá fyrsti sem var tekinn inn í heiðurshöll ÍSÍ. MYND/ÍSÍ

Kósýkvöld með Eyfa



RISTORANTE
Caruso
AUSTURSTR.ÉTI 22

2. 9. 19. desember

Ljúf tónlist
yfir ljúffengum mat

Borðapantanir í síma 5627335
caruso@caruso.is

Aðalfundur Golfklúbbsins Odds 2021

Aðalfundur Golfklúbbsins Odds verður haldinn í golfskálanum í Urriðavatnsdölum þriðjudaginn 7. desember kl. 20:00*.

Dagskrá:

- Skýrsla stjórnar um störf og framkvæmdir á liðnu starfsári.
- Kynning á endurskoðuðum ársreikningi félagsins.
- Umræður um skýrslu stjórnar og ársreikning sem síðan skal borinn upp til samþykktar.
- Umræður og atkvæðagreiðsla framkominna tillagna skv. 19. gr. ef einhverjar eru.
- Afgreiðsla tillagna til lagabreytinga.
- Ákveðið árgjald og önnur gjöld fyrir næsta starfsár. Fjárhagsáætlun næsta árs kynnt.
- Kosning stjórnar og varamanna í stjórn.
- Kosning tveggja skoðunarmanna reikninga og eins til vara.
- Kosning þriggja manna í kjörnefnd.
- Önnur málefni ef einhver eru.

Stjórn Golfklúbbsins Odds.

*Tekið verður tillit til þeirra samkomutakmarkana sem í gildi verða þann 7. desember. Allar nánari upplýsingar um fundinn og framkvæmd hans er hægt að nálgast á heimasíðu GO, oddur.is, við munum einnig senda út tölvu-pósta og tilkynningar á samfélagsmiðla með upplýsingum þegar nær dregur. Fundurinn verður sendur út á facebook.

5

Vilhjálmur var kosinn Íþróttamaður ársins fimm sinnum.

bærilegur við aðra velli úti í heimi. Auðvitað var hér skítaveður, en hér var toppaðstaða. Svo liðu árin og aðrir tóku fram úr okkur.

Það var líka bannað að vera atvinnumaður á Ólympíuleikum, sem taldi líka. Þá var unnið og farið svo á æfingu. En samt er ótrúlegt að ná Ólympíumeti,“ segir Sigurbjörn.

Einn sá besti

Vilhjálmur Einarsson var einn af fremstu þristökkvurum heims árin 1956-1962. Meðal afreka Vilhjálms var 3. sæti á Evrópumeistaramóti árið 1958, 5. sæti á Ólympíuleikum í Róm á Ítalíu árið 1960, með stökki upp á 16,37 metra, og 6. sæti á Evrópumeistaramóti í Belgrad árið 1962, þar sem hann lauk ferlinum. „Ferill hans var frábær. Íslendingum var boðið að koma og keppa úti um allan heim, svo framarlega sem silfurmaðurinn væri með,“ segir Sigurbjörn Árni. ■

örgrein miðað við frjálsar íþróttir á Ólympíuleikum. Þess vegna tel ég að þetta sé enn þá stærsta íþróttafrek sem Íslendingur hefur unnið,“ segir Sigurbjörn.

Hann bendir á að Vilhjálmur hafi aðeins stökkið fjórum sinnum á meðan da Silva stökk sex sinnum. „Hann þoldi ekki mikið af stökkum í einu. Skórnir voru auðvitað miklu verri og í raun bölvad rusl. Hann reyndi að fá meiri dempun og mykt

en tók ekki öll stökkin sín.“

Þegar kom að því að útnefna í fyrsta skipti afreksíþróttamann í heiðurshöll ÍSÍ á afmælishátíð sambandsins, var Vilhjálmur sá fyrsti sem var tekinn þar inn.

Sigurbjörn bendir á að stökk upp á 16,70, sem er Íslandsmet Vilhjálms frá 1960, sé frambærilegt enn þann dag í dag og að hann kæmist á flest stórmót. „Aðstaðan var frábær í gamla daga. Melavöllurinn var sam-

SKEMMTILEG SPIL Í JÓLAPAKKANN



Krakkar um víða VERÖLD

Við erum öll jöfn en þó oft á tíðum mjög ólík hvert öðru. Í þessu spili gefst börnum kostur á að læra um framandi heimshluta og mismunandi menningu ólíkra þjóða.

Þetta skemmtilega og fræðandi spil er vel til þess fallið að svara meðfæddri forvitni barnanna.

UPPLIFÐU
HEIMINN Í
SKEMMTILEGU SPILI

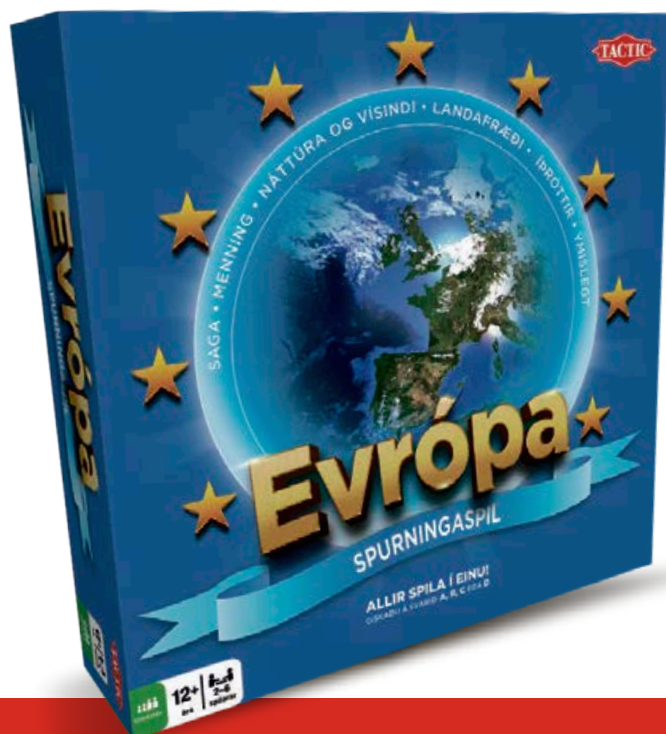
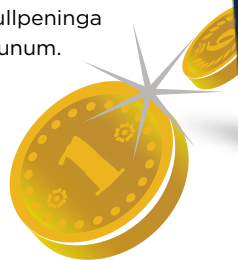


GULLEYJAN

Fjár sjódsleitin fer fram á smárri eyju í miðju hafinu og gengur út á að fylla fjár sjódskistu af góssi.

Kastið teningum til að mynda samstæður og hljótið gullpeninga að launum.

SKEMMTILEG FJÁRSJÓDSLEIT
FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA



Evrópa

Hvaða staðreyndir um Evrópu ættu allir að þekkja? Hvað veistu um evrópska íþróttamenn? Þekkir þú sögu meginlandsins og eyjanna í kring? Ertu vel að þér í evrópskum dægur-málum og tónlist?

Spurningar eftir
Stefán Pálsson





BJORK@FRETTLADID.IS

Hugrekki gegn reiði

Þórdís Elva Þorvaldsdóttir hefur í 15 ár helgað líf sitt og starf baráttunni gegn kynbundu ofbeldi. Segja má að hún hafi byrjað að vekja athygli í þessum viðkvæmu málum áður en það komst „í tísku“ – eða á þeim tíma sem þær sem höfðu hátt fengu holskefluna hressilega yfir sig. Segist Þórdís í viðtali í þessu tölublaði þekkja slauf-unarmenningu af eigin raun og á þá við þegar hún var sökuð um gerendameðvirkni eftir að bók sem hún skrifaði ásamt manningum sem nauðgaði henni þegar hún var 16 ára, kom út. Hún vissi vel að hún yrði gagnrýnd og úthröpuð en hún trúði því að hún væri að gera rétt. Hún vissi að fólk yrði reitt en var þess fullviss að samtalið yrði á endanum til góðs. Þórdís óttast ekki reiðina og segir hana hreyfiafl – en skilur aftur á móti að fólk finnist í dag vandratáð í umræðu sem lituð er þessari miklu reiði. „En ef maður áttar sig á því að hún hefur tilgang og muni mögulega búa til betra samfélag fyrir börnin okkar, þá held ég maður hætti að líta á hana sem ógn,“ segir hún meðal annars í viðtalinu. ■

”
Hún vissi að hún yrði gagnrýnd og úthröpuð en hún trúði því að hún væri að gera rétt.

Við mælum með

Búraosti á Slippbarnum

Gratineraði Búraosturinn er syndsamlega góður, þakinn hunangi og hnetum og borinn fram með stökku brauði. Hentar vel fyrir grænmetisætur og þau sem kjósa að neyta sjaldnar kjöts. Slippbarinn var nýlega opnaður aftur eftir lokun í kjölfar Covid og býður nú einnig upp á ljúffengan jóla-brunch um helgar.



Jólaortum

Með tilkomu samfélagsmiðla hefur hefðbundnum kortasendingum fyrir jólin fækkað. Einhverjir halda þó enn fast í hefðina og viðtakendur fagna yfirleitt heitt ef falleg jólakveðja dettur inn um lúguna. Ef einhvern tíma var rík ástæða til að senda vinum og vandamönnum handskrifada og hlýja jólakveðju þá er það nú á tímum heimsfaraldurs og einangrunar. Við mælum því með jólatónlist, jafnvel rauðvinsglasi og kortaskrifum um helgina. ■



Spilaði fyrir veik börn og sá hlutina í nýju samhengi

Tónlistarmaðurinn og leikarinn Pétur Óskar Sigurðsson, eða Oscar Leone, eins og hann kallar sig á sviðinu, heldur tónleika í Húsi Máls og menningar laugardagskvöldið 27. nóvember.

ninarichter@frettladid.is

Á tónleikunum leikur Oscar tónlist af væntanlegri plötu sem hann hefur unnið að frá árinu 2019, og lofar að leika lög sem hafa ekki heyrst áður. „Ég og Tryggvi erum að fara að spila, ég einn með gítarinn og hann að hita upp. Þetta verður notalegt lítið gígg og ég ætla að reyna að koma með eitthvert ljós inn í tilveruna.“ Hann bætir við að hann ætli einnig að leika lög úr dýpstu rötum Amazonfrumskógarins. „Ég hef verið að gera seremóniur með mönnum frá Perú, það eru lög sem heila hjartað. Falleg, ævaforð lög.“

Opnaði þjóðarleikvang

Oscar Leone er nýsnúinn til Íslands eftir tveggja mánaða Evróputúr, þar sem hann lék meðal annars við opnun þjóðarleikvangs Lúxemborgar. „Ég ætlaði að vera í þrjár vikur en það varð að tveimur mánuðum. Þetta er nýr markaður og ég er að reyna að opna hann.“ Ýmis tækifæri gerðu vart við sig í kjölfarið, og sér í lagi spilamennska fyrir góðgerðarsamtök.

„Við vorum að spila til styrktar langveikum börnum og rannsóknum tengdum þeim sjúkdómum. Það snerti hjartað.“ Hann segist þannig hafa farið frá því að spila á stórum leikvangi og yfir á tuttugu manna



Oscar Leone gerir allt klárt fyrir tónleika í Lúxemborg.

”

Ætla að reyna að koma með eitthvert ljós inn í tilveruna.

staði. Hann segist hafa tekið sjálfan sig í skoðun í kjölfarið og séð hlutina í nýju samhengi. „Ég fattaði að maður sjálfur skiptir ekkert rosalega miklu máli. Þarna kom áminning um fyrir hvern og fyrir hvað maður er að gera þetta.“ ■



Oscar Leone ásamt ungum aðdáendum sínum.



Oscar Leone ásamt Henri, hertoganum af Lúxemborg.

Í vikulokin



Ólafur Arnarson

Framsókn er að klúðra sigri sínum

Framsóknarflokkurinn er á góðri leið með að klúðra góðum kosningasigri sínum og virðist ætla að láta sér það lynda að samstarfsflokkarnir í ríkisstjórn, Vinstri græn og Sjálfstæðisflokkur, láti eins og sigur Framsóknar hafi alls ekki átt sér stað. Framsókn bætti við sig 5 þingmönnum, fór úr 8 í 13 og stækkaði þingflokk sinn um meira en 60 prósent, á meðan VG minnkaði sinn þingflokk um tæp 30 prósent – úr 11 í 8 þingmenn.

Þrátt fyrir þetta afhroð Vinstri grænna fellst Framsókn á að VG leiði ríkisstjórnina áfram. Nú sem minnsti flokkurinn af þessum þremur. Framsókn og Sjálfstæðisflokkur ætla að setta sig við hlutverk klappstýru í nýrri vinstri stjórn undir forystu formanns sósíalístaflökks. Vitanlega hefði verið í fullu samræmi við úrslit kosninganna að sigurvegarinn myndaði nýja stjórn og fengi embætti forsætisráðherra. Árið 2013 fékk Ólafur Ragnar Grims-

son Framsókn stjórnarmyndunarumboðið, þrátt fyrir að Sjálfstæðisflokkurinn væri stærstur á þingi, vegna þess að Framsókn vann stærsta sigurinn. Sama hefði að sjálf-sögðu átt að gilda núna. Engu er líkara en VG og Sjálfstæðisflokkur standi saman um að gera sem minnst úr sigri Framsóknar með því að koma í veg fyrir að flokkurinn leiði nýja ríkisstjórn. Raunar var engin þörf á þátttöku VG, sem kjósendur höfnuðu, í nýrri ríkisstjórn.

”

Sama hefði að sjálf-sögðu átt að gilda núna.

Hinir flokkarnir tveir gátu skipt þeim út fyrir flokk sem auðveldara hefði verið að ná málefnalegri samstöðu með. Fyrst sigurvegari kosninganna sættir sig við niðurlægingu við stjórnarmyndunina, rennur hinn stóri sigur Framsóknar fljótt út í sandinn og nýtist ekki til framtíðar. Í pólitík verður að nýta meðbyr þegar hann gefst. Forysta Framsóknarflokksins er að gera stór pólitísk mistök núna. ■

EMIL

í Kattholti

Astrid Lindgren



Fjölbreytt úrval
sýninga fyrir þig
og þína



Tryggðu þér gjafakort á borgarleikhus.is

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

Það er mjög sterkur drifkraftur að vilja forða öðrum frá einhverju slæmu sem hefur komið fyrir mann,“ segir Þórdís, aðspurð hvort nauðgun sem hún varð ung fyrir í nánu sambandi og skrifaði síðar bók um, hafi orðið til þess að hún helgaði líf sitt vinnu gegn ofbeldi.

„En ég hef verið með sterka réttlætiskennnd frá því ég man eftir mér. Ég skrifaði til að mynda opið bréf til forseta Íslands um umhverfismál þegar ég var tíu ára. Ég var svolitíð sjálfala og fékk að fljóta undir radarinn og las mikið af fullorðinsbókmenntum, var til dæmis búin að lesa sjálfævisögur úr Auschwitz á þessum sama aldri.“

Þórdís bjó lengi í Svíþjóð ásamt fjölskyldu sinni sem barn, og þegar hún var átta ára gömul skók hvarf ungrar stúlku á svæðinu sænsku þjóðina og hafði málið mikil áhrif á hana. „Stúlkan hét Helén og var ári eldri en ég og ég samsamaði mig mikið með henni. Þjóðin hélt í sér andanum á meðan leitað var að henni um allt. Þetta varð mjög intensíft og ég lifði mig mikið inn í málið og hreinlega svaf ekki á meðan á leitinni stóð.“ Helén fannst nokkrum dögum eftir hvarfið, hún hafði verið svelt, henni nauðgað og hún pyntuð áður en hún var myrt og lík hennar sett í ruslapoka.

„Það bara dó eitthvað sakleysi innra með mér. Ég var því mjög lítil þegar ég áttaði mig á því að þetta væri ójafn leikur. Hún var tekin því hún var stelpa og allt í einu upplifði ég að ég gæti orðið bráð og varð mjög myrkfælin. Ég held að það sé mikilvægt að taka umræðuna við svona viðkvæm og bráðþroska börn, en það var ekki meðvitund um það á þessum tíma. Ég áttaði mig þarna á að það væru meiri líkur á að við stelpurnar enduðum í ruslapoka einhvers staðar, en strákarnir.“

Baráttan er valdeflandi

Þórdís segir baráttuna að mörgu leyti mega túlka sem sjálfsvörn. „Það gefur manni kjark að vita að maður sé að berjast gegn því sem maður hræðist. Það er valdeflandi að vera alltaf að feisa það sem maður óttast.“

Þórdís lærði leiklist, enda segir hún sköpun vera sér lífsnauðsyn. „Ég lærði þó fljótt eftir að ég útskrifaðist og fór að starfa við það, að það að standa á sviði er ekki það sem heillar mig, heldur það að vera röddin á bak við, sú sem kemur með boðskapinn. Ég er ekki túlkandi, en gúði sé lof fyrir leiklistarmenntunina, ekkert hefur gagnast mér betur í fyrirlestrahaldi. Það vantar íslenskt orð yfir „storyteller“, en það er í raun það sem ég er.“ Sögumadurinn Þórdís notar til þess ólíka miðla að hafa áhrif: „Ég hef skrifað bækur, starfað sem fréttamaður á RÚV og í dag tala ég daglega til Instagram-fylgjenda minna.“

Rannsakur gerendur

Þórdís eignaðist tvíburasynina Svan og Hlyn fyrir þremur árum, en fyrir átti hún ásamt manni sínum, Víði Guðmundssyni, soninn Hafliða Frey og tvær eldri stjúpdætur, Hafdís og Júlíu. Tvíburasynirnir fæddust 12 vikum fyrir tímann og eins og algengt er með fyrirbura hafa fyrstu árin töluvert einkennst af umgangspæstum sem þeir eru útsettari fyrir.

Fjölskyldan bjó í Svíþjóð þar til fyrir stuttu og nýtti Þórdís tímann þegar hún var mikið heima með veik börn og fyrirlestrum var aflýst vegna Covid takmarkana, og stofnaði nor-



Þórdís Elva segist hafa verið mjög ung þegar hún áttaði sig á því að leikurinn væri ójafn.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Björk Eidsdóttir bjork @frettabladid.is

rænan samtök um stafræn réttindi og jafnrétti, NORDREF, sem nýverið hlaut stærstu úthlutun ársins úr Norræna jafnréttissjóðnum. Ætlunin er að NORDREF geri þriggja landa rannsókn á gerendum sem áreita konur og stúlkur á netinu, til dæmis með typpamyndum, sem hafa verið töluvert í umræðunni hér á landi, ásamt ósamþykktri dreifingu nektarmyndna og hótunum.

Í kjölfar itrekaðra #MeToo byltinga hefur umræðan um kynferðisofbeldi og -áreitni opnast upp á gátt, en Þórdís byrjaði að tala um þessi mál þegar fáir voru að því og er því brautryðjandi á því sviði.

„Mér finnst ég ekkert voðalega gömul en ég var þó fyrsta konan til að segja frá því opinberlega að hafa orðið fyrir kynferðisofbeldi í jafningjasambandi, undir nafni og mynd.“ Þórdís sagði frá í fyrstu bók sinni Á mannamáli, sem kom út fyrir tólf árum síðan. „Á þessum tíma nafngreindir ég ekki gerandann og var hyllt sem hetja. Það er ekki fyrr en konur nafngreina gerendur að þær eru brenndar á báli,“ segir hún.

Þá urðu læti

Árið 2017 gaf Þórdís út umdeilda bók, Handan fyrirgefningar, sem kom samtímis út í fimm löndum. Bókina skrifaði hún ásamt Ástralunum Tom Stranger, sem var kærasti hennar á unglingsárum og sá sem hún talaði fyrst um nafnlaust í fyrri bókinni sinni: Sá sem braut á henni í sambandi öllum þessum árum áður.

Bókin var þannig samvinnuverkefni geranda og brotaþola og braut blað í leið til uppgjörs og satta. „Þá urðu læti. Jesús góður, urðu læti,“ segir hún og hlær. „Ég þekki slauf-unarmenningu alveg á eigin skinni, enda var ég þarna sökuð um að vera gerandameðvirk. Við Tom vorum að reyna að koma með mótvægi sem kallað hafði verið eftir lengi, að karlmaður sem hafði gerst sekur um að beita ofbeldi, tæki ábyrgð og sýndi þar með hvar skömmin liggur. Um leið fékk ég tækifæri til að skila honum ábyrgðinni og skömminni og gera það opinberlega.“

Þarna kom Tom fram með orðræðu sem vantar sárlega, þar sem gerandi skorast hvergi undan, dregur



Við náum engum framförum nema þeir sem eru rót vandans taki þátt í að uppræta hann.

ekki úr verknaðinum og fegrar hann ekki neitt. Hann axlar heilshugar ábyrgð á honum og gerir það í samráði við sinn þolanda. Þetta er það sem vantar í dag og veldur þeirri reiði sem við höfum séð í nýjustu #MeToo byltingunni þar sem vantar allt samráð við þolandann og tilfinningin er sú að gerandinn sé meira að reyna að hvítþvo sig frekar en axla ábyrgð, eða sé í einhvers konar „damage control,“ því einhver saga um hann sé farin að leka.“

Reiði er hreyfiafl

Þórdís segist vel hafa vitað að fólk yrði reitt og að hún skilji reiðina vel. „Loks hafði fólk geranda til að beina reiðinni að.“

Hún segist þó ekki fara ofan af því að innleggið hafi átt rétt á sér og sé enn mikilvægt, enda hafi meirihluti viðbragðanna verið jákvæður. „Við náum engum framförum nema þeir sem eru rót vandans taki þátt í að uppræta hann. Nú er umræðan komin á allt annan stað en var þá og enginn heldur því fram að þolandandi megi ekki segja frá úrvinnslu sinni, heldur þvert á móti snýst hún um hvenær gerendur eigi afturkvæmt, eins og við höfum séð í mjög umdeildum Kveiksþáttum. En það er sannarlega ekki einhlítt svar við því og fer mikið eftir brotum,“ segir Þórdís.

Talið berst að reiðinni sem virðist töluvert einkenna samfélags-umræðuna þessa dagana, en Þórdís bendir á nauðsyn hennar.

„Reiði er hreyfiafl og eðlilegt og bráðnauðsynlegt viðbragð við óréttlæti. Það hefur engin bylting í veraldarsögunni átt sér stað án þess að fólk verði reitt. Við eigum ekki að óttast reiðina og telja að hún sé óvinur okkar, heldur beina henni í réttan farveg. Við eigum að vera reið yfir því að réttarkerfið bregðist og að nju konur hafi farið með mál sín til Mannréttindadómstóls eftir að kerfið hérlendis brást þeim. Við eigum að vera reið yfir því að yfirgengilegur meirihluti kynferðisbrotamála sé felldur niður. Ég er því sátt við reiðina, en ég skil að fólk finnst vandratáð í umræðu sem reiði er í. En ef maður áttar sig á því að hún hefur tilgang og mun mögulega búa til betra samfélag fyrir börnin okkar, þá held ég að maður hætti að líta á hana sem ógn.“

Bjartsýnisfólk breytir heiminum

Það er sárt að breyta heiminum. Það er bara fokking erfitt og sárt. Það er slitandi og blóðugt og það er bara barnalegt og einfaldni að halda að það verði bara næs fyrir alla, enginn fórnarkostnaður og enginn liggi í valnum,“ segir hún með áherslu, en baráttukonan Þórdís er einkar glaðbeitt sem gæti mögulega komið einhverjum á óvart, miðað við veruleikann sem hún alla daga býr við. „Ég er óbilandi bjartsýn að eðlisfari,“ segir hún og hlær. „Það er yfirleitt bjartsýnisfólk sem breytir heiminum.“

Það er stafrænt ofbeldi sem á sem fyrr segir hug Þórdísar allan og í vikunni hélt hún meðal annars erindi á vegum Evrópusambandsins fyrir jafnréttisráðherra stærstu ríkja þess. „Stafrænt ofbeldi er ofboðslega kynjað og ég held að fæstir átti sig á því hversu ólíkar birtingar- ➤“



Ég áttaði mig þarna á að það væru meiri líkur á að við stelpurnar enduðum í ruslapoka einhvers staðar, en strákarnir.

Alvöru rafmagnsverkfæri fyrir heimilið!

TROTEC - Þýskt gæðamerki

Trotec er leiðandi þýskt fyrirtæki sem hefur framleitt gæða vörur í rúm 26 ár.



20%
AFSLÁTTUR



Hleðsluskrúfvel
PSCS 11-12V 22Nm

6.956

áður kr. 8.695



Rafhlöðuborvél
PSCS 11-20V

Getur notað allt að
13mm breiða bora - 35Nm

11.046

áður kr. 12.995

15%
AFSLÁTTUR



Fjölnota tæki
PMTS 10-20V 5.000-19.000 rpm

11.726

áður kr. 13.795



15%
AFSLÁTTUR



15%
AFSLÁTTUR

Rafhlöðu vinnuljós
PWLS 10 - AN RAHFLÖÐU

Hleðslan dugar í allt að 8 tíma

2.546

áður kr. 2.995

15-20%
afsláttur af
öllum þessum
hörkutólum
fyrir heimilið



20%
AFSLÁTTUR

Höggborvél
PDHS 11-20V

Tekur allt að 13mm
breiða bora - 40Nm

12.468

áður kr. 15.585



Sverðsög PRCS 10-20V 2Ah

Sagar flest efni
Stíllanlegt slag

15.296

áður kr. 17.995

15%
AFSLÁTTUR



Rafhlöðu slípirokkur PAPS 20-115
20V - 115mm skífa - 10.000 rpm

16.996

áður kr. 19.995



15%
AFSLÁTTUR



Borvél / Brotvél PRDS20-20V

Tekur allt að 26mm
breiða bora

22.462

áður kr. 26.425



15%
AFSLÁTTUR

Rafhlöðu Bónvél
PPOS 10-20V

245mm diskur

12.746

áður kr. 14.995



15%
AFSLÁTTUR



15%
AFSLÁTTUR

Rafhlöðu hjólsög
PCSS 10-20V

Sagar allt að 48mm

14.446

áður kr. 16.995



15%
AFSLÁTTUR

Mini-sög PCSS 05-20V 2Ah
f. plast, málma og tré 89mm blað

16.996

áður kr. 19.995



HENTAR VEL
Í HÖRÐU PAKKANNA

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

SENDUM UM
LAND ALLT!
www.murbudin.is

MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!



Þórdís segist sjálf komin með þykkan skráp og tekur upphrópunum reiðra karla um að hún eigi að halda kjafti létt enda viss um að reiðin beinist gegn baráttu hennar frekar en persónu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

» myndir það hefur fyrir konur og karla. Konur fá yfir sig mikið meiri kynferðislega áreitni," segir Þórdís.

Óumbeðnar typpamyndir

Ein birtingarmynd þess eru óumbeðnar myndir af kynfærum og bendir Þórdís á viðhorfsrannsóknir sem gerðar hafa verið í Bretlandi og Bandaríkjunum. „Þar kom í ljós að rúmlega helmingur ungra kvenna hafði fengið óumbeðnar typpamyndir. Ég hugsa að talan sé svipuð hér á landi, enda erum við mjög stafræn þjóð.“

Þórdís segir ekki síst áhugavert að þegar konur voru spurðar hvort þeim þættu slíkar myndsendingar sexí, svöruðu 86 prósent þeirra: Alls ekki. „Óumbeðin nektarmynd er form af kynferðislegri áreitni og í ár tóku hér á landi gildi lög um kynferðislega friðhelgi. Það er ekki í lagi að ryðjast inn í hana með nektarmynd, það er lögbrot.“

Þórdís Elva heldur úti vinsælum Instagram-reikningi og nýtir hann í baráttuna, en segir þar einnig frá lífi tvíbura móðurinnar sem getur sannarlega verið grátbroslegt. Hún er dugleg að gera grín að eigin hversdagsleika sem mæður ungra barna gætu tengt við, til að mynda sitjandi ein úti í bil með miðstöðina á til að eiga dýrmæta stund fyrir sig eina. Hún er virkur notandi og segir hún í kringum fimm þúsund manns fylgjast með sér daglega. „Ég nýti miðilinn mikið til að bæði koma mínu efni á framfæri og fá viðbrögð. Ég er í samtali við samtíma minn og það krefst þess að hlusta þegar hann svarar.“

Samþykki gerir gæfumuninn

Þórdís spurði fylgjendur sína út í hinar svokölluðu typpamyndir og segir viðbrögðin hafa verið afgerandi. „Algengt var að konur töluðu um að ef myndin var óumbeðin hafi það virkað sem innrás og þær hafi viljað þurrka myndina úr minni sínu. Öðru gildi auðvitað um umbeðna mynd, eða mynd sem var hluti af einhverju daðri á milli para. Þetta er alltaf það sama, hvort sem það er á netinu eða utan þess: Samþykki gerir gæfumuninn.“

En netið er alls staðar og löggjöf er varðar það misjöfn á milli landa.

„Ég skil vel að fólki fallist hendur í baráttunni," segir Þórdís og nefnir vefsíðu sem mikið hefur verið notuð hér á landi til að birta nektarmyndir af ungum konum í þeirra óþökk.

„Inni á umræddri síðu eru 99 prósent þolenda konur og 76 prósent þeirra undir 18 ára aldri. Síðan er vistuð í Panama og íslensk lögregla segist ekkert geta gert enda ekki með lögsögu þar, en auðvitað er alveg hægt að gera eitthvað. Tæknilegu lausnirnar eru til, það vantar bara viljann. Við búum í heimi þar sem hakkarar komast inn í öryggiskerfi Pentagon," segir hún með áherslu. „Ef íslenskur karl misnotar barn í Tailandi getum við sótt hann til saka hérlendis og það sama ætti að gilda um að birta nektarmynd í leyfisleysi.“

Bjuggu í víthring ótta

Inni á umræddri vefsíðu eru ungar konur ítrekað nafngreindar, óskað eftir og birtar nektarmyndir af þeim í þeirra óþökk. „Ég fór árið 2015 í hringferð um Ísland, hitti krakka og hélt fyrirlestra um þetta. Það hafði enginn fullorðinn rætt um þetta og þau voru uppfyll af reynslusögum," segir Þórdís, sem fékk sögur frá stelpum allt niður í fimmta bekk grunnskóla. „Stelpur sögðu mér frá því að auglýst hefði verið eftir myndum af þeim og því væru þær hættar að fara í skólasund og leikfimi af ótta við að hægt væri að ná af þeim mynd. Þær bjuggu í víthring ótta og voru farnar að skerða þannig sín eigin lífsgæði," segir hún.

„Íslensk stelpa varð fyrir því 16 ára gömul að það birtust af henni nektarmyndir án hennar samþykkis og ári síðar gúgglaði ég nafnið hennar. Þá birtust 16.200 niðurstöður og það var hér um bil allt klám, versta tegund sora ofbeldiskláms. Hennar stafræna fótspor var þannig undirlagt af því efni sem maður vill síst að nafn manns tengist. Þessi einstaklingur var ekki orðinn lög-ráða og á eftir að þurfa að sækja um störf í framtíðinni.“

„Ég er ekki að segja svona sögur sem áróður til kvenna um að taka ekki af sér nektarmyndir. Allir hafa rétt á að tjá sína kynvitund eins og þeir vilja. Það að segja við mann-eskju: „Þú hefur ekki átt að taka af



Það er ekki fyrir en konur nafngreina gerendur að þær eru brenndar á báli.

þér þessa nektarmynd ef þú vildir ekki að henni væri dreift," er svoltið eins og að segja við fórnarlamb nauðgunar: „Þú hefur ekki átt að vera í þessu stutta þilsí." Við höfum fullan rétt á að tjá okkur, hvort sem er með klæðaburði eða ljósmynd. Að einhver annar kjósi svo að niðast á okkur af þeim sökum, er alfarið á þeirra ábyrgð. Ég er frekar að vekja athygli á því hversu alvarlegar afleiðingar það hefur að dreifa efni í leyfisleysi.“

Auðvelt að búa til nektarmyndir

Þórdís segir jafnframt auðvelt að búa til nektarmyndir af fólki með aðstoð myndvinnsluforrita og lýsir því hvernig hún hafi í undirbúningi fyrir fyrirlestur vikunnar horft á svokallað „deep fake klám“ þar sem andlit þekktra stjórnmálakvenna hefur verið sett á klámleikkonur. Sú vinsælasta í slíku klámi er bandaríska þingkonan, Alexandria Ocasio-Cortez sem hefur haft hátt um réttindi kvenna og minnihlutahópa," segir Þórdís og bendir á að sumt efni sé ansi sannfærandi og tækninni eigi bara eftir að flegja fram.

Þórdís segist oft fá spurningar um það hvers vegna hún sé að eyða kröftum sínum í baráttu gegn stafrænu ofbeldi, á meðan hún geti barist gegn „alvöru“ ofbeldi, eins og hún segir það orðað. Ofbeldi sem skilji eftir sig brotin bein og marbletti.

„Þegar ég heyri þessi rök verður mér alltaf hugsað til þess þegar ég var í stjórn Kvennaathvarfsins í fjögur ár. Þar fengum við konur til okkar sem tikkudu í öll þessi box og voru með brotin bein og blóðnasir. Þær sögðust ekki geta farið úr ofbeldissambandinu því maki þeirra ætti kynlífsmyndband eða nektarmynd og hótandi að setja það í dreifingu. Þær sjá þá fyrir sér að missa atvinnu sína, félagslega stöðu og jafnvel forsjá barna sinna og æru. Þær sáu sig því tilneyddar til að vera áfram í ofbeldissambandinu. Þannig áttandi ég mig á því að stafræna ofbeldi væri limið sem héldi öllu hinu saman. Það lokar fólk inni í ofbeldissamböndum. Þú tékkar þig ekkert út af internetinu, ef þú verður fyrir ofbeldi á internetinu getur verið ógeringur að ná því út,"

segir Þórdís og sýnir blaðamanni myndir af ungum konum sem tóku líf sitt eftir að hafa orðið fyrir stafrænu kynferðisofbeldi.

Sagt að halda kjafti

Við mynd af Þórdís á forsíðu þessa tölublaðs eru dæmi um skilaboð sem hún sjálf hefur fengið á Netinu, hún segist vera komin með þykkan skráp og hún sé dugleg að snúa því upp í grín. „Algengustu haturskilaboðin sem ég fæ eru að ég eigi að halda kjafti, svo það er augljóst að margir karlar vilja senda mér lífsstilsráð um að það vanti meiri þöglu í hugun í líf mitt. Sem móðir þriggja ára tvíbura, guð minn góður hvað ég er sammála," segir hún og skellir upp úr. Þórdís tekur dæmi um önnur skilaboð á ensku, þar sem sendandinn óskar þess að barmur hennar fari vaxandi: „Still up to your feminist bullshit? Waiting on you to grow some tits!“ Þórdís lítur niður á nett brjóstin og skellihlær: „Við bæði vinur, við bæði.“

„Það er auðvelt að grínast með þetta því ég veit að þetta beinist ekki að mér persónulega – jafnvel þó þetta sé skrifað við persónulegar færslur mínar. Ég veit að hvaða kona sem er, sem talar eins og ég og beitir sér með þeim hætti sem ég geri, myndi fá nákvæmlega sömu athugasemdir. Þetta snýst ekki um mína persónu heldur kerfið sem ég er að ögra með starfi mínu. Hins vegar er ég mannleg og hef upplifað ógeðslegar árásir sem virkilega særðu. Ein þeirra náði undir skinnið á mér, en þá hafði maður haft fyrir því að finna lýsingu mína á nauðguninni sem ég varð fyrir þegar ég var 16 ára. Hann skrifaði hana alla upp á nýtt og sett sjálfan sig inn í hana, og sagðist þannig ætla að gera það sama við mig. Það var vont, því það var svo úthugsað," segir Þórdís, sem segir þó erfitt að koma sér úr jafnvægi í dag.

„Það sem þó heldur mér við efnið er að einu sinni til tvisvar í viku fæ ég pósta um að ég hafi bjargað lífi einhvers. Það er þetta sem gefur mér kraftinn og vegur upp á móti tíu af þessum hálfvitum," segir hún að lokum, bjartsýn á að baráttan skili sér, enda margt breyst á síðustu fimmtán árum. ■



Þar kom í ljós að rúmlega helmingur ungra kvenna hafði fengið óumbeðnar typpamyndir.

RANGE ROVER EVOQUE

UMHVERFISVÆNNI PLUG-IN HYBRID



ABOVE & BEYOND

www.landrover.is



ENNEEM / SIA / NM007996

FÁGADRI, STÍLHREINNI OG UMHVERFISVÆNNI

Range Rover Evoque er hannaður til að líða með þig áfram í bæði borgarakstri og langkeyrslu. Rafmagnsmótor og bensínvél skila samtals 309 hestöflum og þú getur valið um að aka á hybrid-stillingu sem minnkar eldsneytisþörfina eða á rafmagninu einu saman. Komdu, skoðuðu og reynsluaktu Range Rover Evoque.

RANGE ROVER EVOQUE

Bensín/Rafmagn, AWD, 300e, sjálfskiptur. **Verð: 9.790.000 kr.**

LAND ROVER

HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 525 6500

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

Erfiðast að brúna kartöflurnar



Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

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

Leikararnir Ólafía Hrönn Jónsdóttir og Þröstur Leó Gunnarsson hafa þekkt í yfir þrjátíu ár. Þau útskrifuðust úr Leiklistarskóla Íslands með tveggja ára millibili, hann árið 1985 og hún árið 1987. Núna leika þau saman í Jólaboðinu sem sýnt er í Kassanum í Þjóðleikhúsinu.

Í sýningunni er reykvískri fjölskyldu fylgt eftir í hundrad ár og fær áhorfandinn að skyggast inn á heimili fjölskyldunnar á aðfangadagskvöld. Hefðir fjölskyldunnar eru áberandi en hvorki Þröstur né Ólafía Hrönn segjast halda sérstaklega sterkt í hefðir á jölunum.

„Ég var þó lengi vel með þá hefð að skreyta ekkert fyrr en á Þorláksmessu,“ segir Þröstur. „Ég er ekki mjög harður á þessu núna og er farinn að skreyta fyrr, en jólatréð fer aldrei upp fyrr en á Þorláksmessu, það helst enn þá,“ bætir hann við.

„Þegar ég var barn voru alls konar hefðir í fjölskyldunni sem maður fáttaði ekkert að væru jólahefðir, eins og til dæmis það að skreyta jólatréð á Þorláksmessu,“ segir Ólafía Hrönn sem hefur það þó til síðs að fara í messu á aðfangadag. Hún segir að á hennar heimili hafi reglan verið sú að ekki mátti kveikja ljósín á jólatrénu fyrr en klukkan sló sex á aðfangadagskvöld. „Maður beið með eftirvæntingu eftir því að jóln hringdu inn og kveikt væri á trénu,“ segir hún.

„Já, ég kveiki bara rétt á seríunni á Þorláksmessu til að tékka hvort hún sé í lagi svo bara slekk ég strax aftur,“ segir Þröstur.

Ólafía: „Nei, það mátti sko alls ekki hjá mér.“

Víðfræg skötuveisla

„Svo er það náttúrlega skötuveislan sem ég held alltaf á Þorláksmessu áður en jólatréð er skreytt, hún er orðin að hefð en ég hef haldið hana í yfir fjöru ári,“ segir Þröstur.

Ólafía: „Já, ég hef komið tvisvar, mjög skemmtilegt.“

„Og eru þið að borða skötuna?“

Ólafía: „Já, mér finnst þetta gott.“
Þröstur: „Það er engum boðið sem borðar ekki skötu.“

Ólafía: „Já, og hún á að vera sem mest kæst. Ég vil fá kjaftshögg!“

Þröstur segir hefðina fyrir skötuveislunni hafa byrjaði upp úr árinu 1980. Fyrsta árið hafi veislugestir verið fjórir talsins svo hafi bæst jafnt og þétt í og telja þeir nú yfir sextíu manns. „Þetta er orðið þannig að fullt af fólki segist ekki geta haldið jóln nema það sé skata hjá mér. En hún var ekki í fyrra og verður örugglega ekki núna,“ segir hann.

„Nei, það borgar sig ekki, Þröstur er að frumsýna um jóln svo hann má ekki taka neina sýna,“ segir Ólafía og vísar til þess að Þröstur fer með hlutverk í jólasýningu Þjóðleikhússins í ár, verkinu Framúrskarandi vinkona.

Þau eru sammála um að í starfi þeirra þurfi þau að huga vel að sóttvörnum og smiti í samfélaginu. „Við þurfum að standa okkur í því að vera ekki úti um allt í kringum fólk sem maður er ekki að umgangast mikið,“ segir Þröstur.



„Já, maður þarf að vera mjög meðvitadur um þetta,“ segir Ólafía.

Er enginn sem getur hoppað inn í ykkar hlutverk ef þið lendið í sóttkví eða einangrun til dæmis?

„Nei, alla vegu ekki svona einn, tveir og þrír,“ segir Ólafía.

Sakna jólakorta

Spurð að því hvort þau minnst einhvers frá fyrri jölum sem ekki sé lengur við lýði segjast bæði Þröstur og Ólafía sakna þess þegar fólk sendi jólakort. Heima hjá þrestu voru kortin opnuð og lesin á aðfangadagskvöld á meðan beðið var eftir eftirréttinum en heima hjá Ólafíu voru þau rifin upp um leið og þau komu inn um lúguna.

„Okkur fannst bara svo gaman þegar við sáum þau í anddyrinu og að lesa þau strax, fá þetta í svona smá skömmtum,“ segir hún.

„Ég er reyndar haldin einhverju sem ég veit ekki hvað heitir en það er það að ég get skrifað jólakort en ég fer ekki með þau í póst,“ segir Ólafía. „Stundum hef ég verið að reyna að keyra þetta út á aðfangadagsmorgun og þá verður dagurinn allt of stressandi svo ég hef lagt þetta niður og ekki sent jólakort lengi.“

Hrakfarir Ólafíu með jólakortin minna Þröst á það þegar hann eitt árið gerði sannkallað jólagrín í systur sinni og mannum hennar. „Ég sendi henni grín-jólakort þar sem ég skrifaði gleðileg jól og allt það. Svo skrifaði ég: „Takk fyrir síðast. Það var geðveikt. Næst borgum við. Hittumst á sama stað á næsta ári. Jólakveðja, Særún og Ingi Daði,“ segir Þröstur og skellir upp úr.

Systir hans skildi ekkert hver hefði sent henni kortið og gaf Þröstur ekki upp grínið fyrr en fimm árum seinna. „Þá fór ég í útvarps-

viðtal og sagði frá þessu, þar komst upp um mig.“

Aðspurð segist Ólafía Hrönn ekki hafa gert slíkt jólagrín en hún muni vel eftir atviki frá unglingsárunum sem hafi fylgt henni síðan. „Eitt árið þegar jóln voru búin og verið var að taka allt niður og það átti að fara að henda jólatrénu þá tók ég það inn í herbergi til mín og hafði það þar í nokkra mánuði. Fannst þetta svo flott, tók bara skrautið af og var með tréð.“

Lifandi jólatré?

„Já, já, fannst þetta bara svo hlýlegt. Svo þegar ég varð fimmtug og systkini mín héldu ræðu þá var þetta aðalræðuefnið,“ segir Ólafía og hlær sínum smitandi hlátri.

EKKI MIKIÐ JÓLAFRÍ

Hvorki Ólafía né Þröstur fá mikið jólafrí í ár. Þau leika bæði í Jólaboðinu, Þröstur í Framúrskarandi vinkonu og Ólafía í Kardimommubænum. „Við fáum frí á aðfangadag og jóladag,“ segir Þröstur.

Spurð að því hvernig jóln verði hjá þeim í ár segist Ólafía Hrönn spennt að verja jölunum hjá syni sínum og hans fjölskyldu. „Það er svo gaman að upplifa jóln í gegnum börnin,“ segir hún.

Þröstur er sá sem eldar á sínu heimili, hann eldar margréttaða máltíð fyrir tíu manns á aðfangadag og er svo með enn fleiri matargesti á jóladag en hann á sjö börn og sjö barnabörn. „Hann er milljarðamæringur, hann á svo marga afkomendur,“ segir Ólafía og brosir til þratar.

Þá eru þau sammála um að það flóknasta við matargerð á jölunum sé að brúna kartöflurnar.

Ólafía: „Ég kann ekki að brúna kartöflur.“



Þau vissu ekkert hvað ætti að gefa mér, þá fékk ég bókina og svakalega varð ég full.

Þröstur Leó Gunnarsson

Þröstur: „Nei, maður hefur nú oft klúðrað því.“

Meira að segja þú, kokkurinn?

Þröstur: „Já, já, já, fólk lét sig alveg hafa það, en stundum gerði ég það aftur.“

Ólafía: „Já, þetta er kúnt. Svo er líka misjafnt hvernig fólk vill hafa sykurrinn.“

Þröstur: „Já, þetta þarf að vera karamella en ekki sósa. Þegar þú tekur kartöfluna upp á karamellan að hanga á af kartöflunum.“

Ólafía: „Já, það finnst mér líka!“
En er eitthvað sérstakt sem ykkur langar í í jólagjöf?

Ólafía: „Mig langar í nýjan rafmagnsgitar en það er aðeins of dýrt, ég get ekki farið fram á það en sko ef þeim dettur í hug að skella saman í gjöf þá væri það voða gaman.“

Þröstur: „Ég var að hugsa um Teslu.“

Ólafía: „Það er of mikið, Þröstur!“
Þröstur: „Nei! Þau eru svo mörg!“
En hver er eftirminnilegasta jólagjöf sem þið hafið fengið?

„Maður hefur fengið svo mikið af flottum gjöfum í gegnum tíðina en þegar maður var búinn að eiga sitt heimili lengi og fá svo mikið af skárum og kertastjökum, þá kom að því að það var þínu hausverkur að koma jólagjöfunum fyrir. Upplifanir eru skemmtilegar jólagjafir, ég þarf ekki fleiri skálar,“ segir Ólafía Hrönn.

„Ég man eftir því þegar ég fékk bók í fyrsta sinn,“ segir Þröstur. „Svakalega var ég vonsvikinn,“ bætir hann við glettinn.

„Ég er enginn bókakarll og les ekki bækur en þarna var ég að fara úr því að vera barn í unglings og þau vissu ekkert hvað ætti að gefa mér, þá fékk ég bókina og svakalega varð ég full,“ segir hann.

Jólaboðið er sýnt til 6. janúar. ■

Ólafía Hrönn og Þröstur sakna þess bæði að senda ekki jólakort líkt og tíðkaðist meira áður. Eitt árið gerði Þröstur sannkallað jólagrín í systur sinni með grín-jólakorti. Grínið komst ekki upp fyrr en fimm árum seinna.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI



Þegar ég var barn voru alls konar hefðir í fjölskyldunni sem maður fáttaði ekkert að væru jólahefðir, eins og til dæmis það að skreyta jólatréð á Þorláksmessu.

Ólafía Hrönn Jónsdóttir

ALVÖRU BREYTTIR RAFBÍLAR

JEEP WRANGLER RUBICON PLUG-IN HYBRID



35" BREYTING



40" BREYTING

KOMDU OG REYNSLUAKTU
40" BREYTTUM PRUFUAKSTURSBÍL

5 ÁRA ÁBYRGÐ

8 8 ÁRA ÁBYRGÐ Á
DRIFRAFHLÖÐU

PLUG-IN HYBRID



ISBAND

UMBOÐSADILI JEEP® • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16

Berglind Rós Magnúsdóttir hefur rannsakað marga ólíka anga ástarinnar. Í nýjustu rannsókn sinni talaði hún við fimmtán fráskildar framakonur um leit þeirra að nýrri ást eða sambandi og hvernig markaðurinn hefur breyst og þarfir þeirra. Hún segir markaðinn opnari en áður, minna traust og margar mótsagnir á markaði ástarinnar.

Þessi vettvangur er lítt rannsakaður á Íslandi og ég er, ásamt fleirum, að byggja upp rannsóknarvettvang þvert á svið hug- og félagsvísinda. Ástin er þannig fyrirbæri að það er ekki hægt að finna henni farveg á einhverju einu sviði," segir Berglind Rós Magnúsdóttir, formaður Hins íslenska ástarrannsóknafélags, en hún er uppeldis- og menntunarfræðingur að mennt og hefur rannsakað umhyggju, vina- og foreldratengsl, en átti alltaf rómantísku ástartengslin eftir, að eigin sögn.

Berglind segir að þó svo að það sé iðulega talað um ástina aðeins í tengslum við maka, vini, fjölskyldu og foreldra, þá sé fólk miklu oftast ástarveitur, til dæmis í vinnu eða í tómstundastarfi.

„Þetta er drifið okkar," segir Berglind Rós ákveðin.

Hún segir að forsaga þess að hún hóf þessar rannsóknir sé sú að árið 2015 hafi Anna Guðrún Jónasdóttir verið gerð að heildursdoktor í stjórnmálafræðideild Háskóla Íslands og hún velti því fyrir sér af hverju hún hefði ekki fengið meiri athygli fyrir skrif sín á Íslandi.

„Hún þróaði hugtakið ástarkraft, sem ég hef til dæmis fjallað um í viðtölum og í pistlum í Lestinni á RÚV," segir Berglind Rós, og að hugtakið byggði á kenningum Marx um vinnu og arðrán vinnukrafts.

„Hún segir að þessi hugtök Marx séu frábær greiningartæki, en þau nái ekki utan um þann hluta lífskraftsins sem varðar ástartengslin og alla þá orku sem fer í umhyggju og ástartengsl," segir Berglind og að það megi sjá á því, til dæmis, að umönnunarstörf eru ekki, eða illa, launuð.

„Það er frekar nýtilkomið að skilgreina umhyggju sem starf og sýnir vel hversu blind við vorum áður á það sem kallast ástarkraftur, hvernig hann er nýttur og að hann er ekki óendanleg auðlind," segir Berglind Rós og að þetta geti skýrt beint og óbeint hversu margir eru í kulnun núna, því umhyggjuþáttur margra starfa hafi blásið út og sítingingin má út skilin milli vinnu og einkalífs.

Kunnum ekki að setja mörk

„Við kunnum ekki að setja mörk fyrir ástarkraftinum. Við getum sett mörk um hvenær við hættum að vinna en svo spreðum við ástarkraftinum án þess að spá meira í því og hvort við séum í samskiptum sem eru ójöfn hvað þetta varðar," segir Berglind. Þetta hafi að miklu leyti verið drifkrafturinn í rannsóknnum Önnu Guðrúnar og að það hafi ekki verið hægt að skilgreina kynjamisrétti í samfélaginu út frá því að konur hafi ólík eða minni réttindi en karlmenn, en að eitthvað hafi verið óútskýrt sem gæti varpað ljósi á augljóst misrétti.

„Þannig nýtti hún hugtakið ástarkraftur til að útskýra að konur séu að jafnaði að veita meira af honum í ástarsamböndum, inni á heimilinu og í störfum sínum, og þannig er meiri hætta á að þær brenni út."

Í mánuðinum kom út grein sem fjallar um nýjustu rannsóknir hennar, en það eru djúpvíðtöl við fimmtán fráskildar framakonur sem hafa skilið við langtímamaka og eru að reyna að fóta sig í breyttum heimi og sítingdum veruleika tilhugalífsins.

„Það er áhugavert að skoða þær konur sem samkvæmt flestum árangursmælikvörðum standa



Berglind Rós segir að það sé margt breytt á markaði ástarinnar og margar mótsagnir.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI

Framakonur í annars konar leit að ást



Lovisa Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

sterkt. Eru fjárhagslega sjálfstæðar og hafa þannig getu til að fara inn í jafningjasamband. Þær geta yfirgefið sambönd vegna þess að þær eru fjárhagslega og félagslega sjálfstæðar. Þær eru ógrandi, því þær hafa vald. Kynjakerfið gerir ráð fyrir því að konur verði ástfangnar af jafningjum sínum eða einhverjum sem eru eldri eða ofar í stigveldinu. Þetta er hins vegar að breytast og þær hafa fæstar áhuga á eldri mönnum, en hins vegar virðast þær opnari fyrir yngri mönnum, ekki síst vegna þess að þær eru allajafna jafnréttissinnaðri og tilfinningalega opnari að þeirra mati."

Skekkja á markaði

Berglind segir ákveðna skekkju svo á markaðnum, sem er þegar lítill,

því að „framakarlarinn“ á sama aldri séu margir að reyna að ná sér í yngri konur þegar þeir koma aftur á markaðinn, en karlar sem séu yngri en þær séu miklu opnari fyrir öllum aldri.

„Þær hafa allar upplifað talsverð vonbrigði á þessum vettvangi og lært að verja sig ástararðráni," segir Berglind og segir að þær geri það, til dæmis, með því að auka hæfni sína í að aðgreina milli kynlífs og ástar og að taka ekki upp sambúð. Hún segir að stöðunni á markaðinum megi lýsa með einu orði og það sé „regluslökun“, sem birtist meðal annars í stöðugum breytingum á sambandssamningum, sem skapi ákveðið óöryggi, en um leið frelsi til að skilgreina tilfinningar sínar upp á nýtt.



Kynjakerfið gerir ráð fyrir því að konur verði ástfangnar af jafningjum sínum eða einhverjum sem eru eldri eða ofar í stigveldinu.

„Fólk er stöðugt að þreifa sig áfram í samningaleit, eins og í atvinnuviðtali eða í þarfagreiningu."

Hún segir að þetta hafi aukist sérstaklega með tilkomu forrita eins og Tinder, á meðan áður hafi fólk hist og komist að því saman hvort það ætti saman og svo skildu leiðir.

„Það sem er augljóst er að frádræg tengsl eru orðin norm. Það þýðir að þú ferð inn í einhver tengsl, en þú gerir óbeint ráð fyrir því að þeim ljúki. Traustið á því að eitthvað vari, það hefur minnkað gríðarlega. Það er kannski ekki skrítið ef lítið er til skilnaðartíðni og lengdar sambanda. Tölfræðilega er landslagið breytt og þessar framakonur eru fráskildar og þar af leiðandi ekki barnungar og upplifa þessar breyt-



Það er áhugavert að skoða konur sem standa svo sterkt. Eru fjárhagslega sjálfstæðar og hafa þannig getu til að fara inn í jafningja-samband.

ingar á markaðnum frá því að þær hófu síðasta samband og þar til nú. Það var ekki einu sinni til farsími þegar þær voru um tvítugt, tæki sem gegnir nú gríðarlegu hlutverki í tilhugalífni. Allt þetta sjónræna og textasmíðin og markaðssetningin. Markaðsvæðing ástarinnar hefur magnast gífurlega.“

Berglind Rós segir að viðmiðin séu á öllum sviðum ástarinnar orðin ólík því sem þau voru. Bæði hjá þeim sem eru einhleyp og í leit, en líka fyrir þau sem eru í sambandi, því skilnaðartíðni hafi aukist og það sé samhlíða breyttum gildum í samfélaginu.

„Það skildi enginn fyrir 40 til 50 árum nema það væri aðkallandi og skýr ástæða fyrir því, eins og alkóhólismi eða ofbeldi eða svik. En núna er einfaldlega nóg að missa áhugann eða einfaldlega lýsa breyttum tilfinningum eða þörfum,“ segir Berglind.

Margar mótsagnir á markaði

Hún segir að í þessu séu svo margar mótsagnir, því að þegar fólk er svo

komið aftur á markaðinn, sem er svo opinn og fjölbreyttur, þá sé svo erfitt, þrátt fyrir allt framboðið, sítenginguna og sýnileikann, að finna nánd og sterkar tilfinningar.

„Sem þú hrifst af og verður ástfangin af. Það þarf svo margt að fara saman svo það myndist einhver harmónía hjá fólki. Þetta eru jafnframt kröfuharðar konur sem sætta sig ekki við hvað sem er,“ segir Berglind, en að þetta sé á sama tíma í mótsöðu við þá kröfu sem við höfum, um að ástarjátning feli í sér að maður hafi sérstöðu.

„Við viljum vera sérstök og að viðkomandi verði ástfanginn af okkur því við erum svo sérstök, en svo á sama tíma segjum við að það sé svo auðvelt að finna einhvern nýjan og verða ástfangin. Hver er þá sérstaðan?“

Ástin ekki í hversdeginum

Berglind segir að hún hafi séð það hjá framakonunum að þær hafi reynt eftir fremsta megni að aðgreina ástina frá hversdeginum.

„Konurnar eru flestar með börn, í krefjandi starfi og vilja fá smá krydd. Fara í ferðalög, njóta fría og augnablika og þær vilja ekkert endilega blanda lífinu með nýja makanum og börnunum saman, eða hversdeginum. Rómantíska ástin er upphafin og hversdagurinn er þannig andstaða við hana,“ segir Berglind og að þetta sé dæmi um nýja gerð af samningum í ástinni, þar sem það er vel skilgreint hvar og hvenær fólk hittist og við hvaða aðstæður.

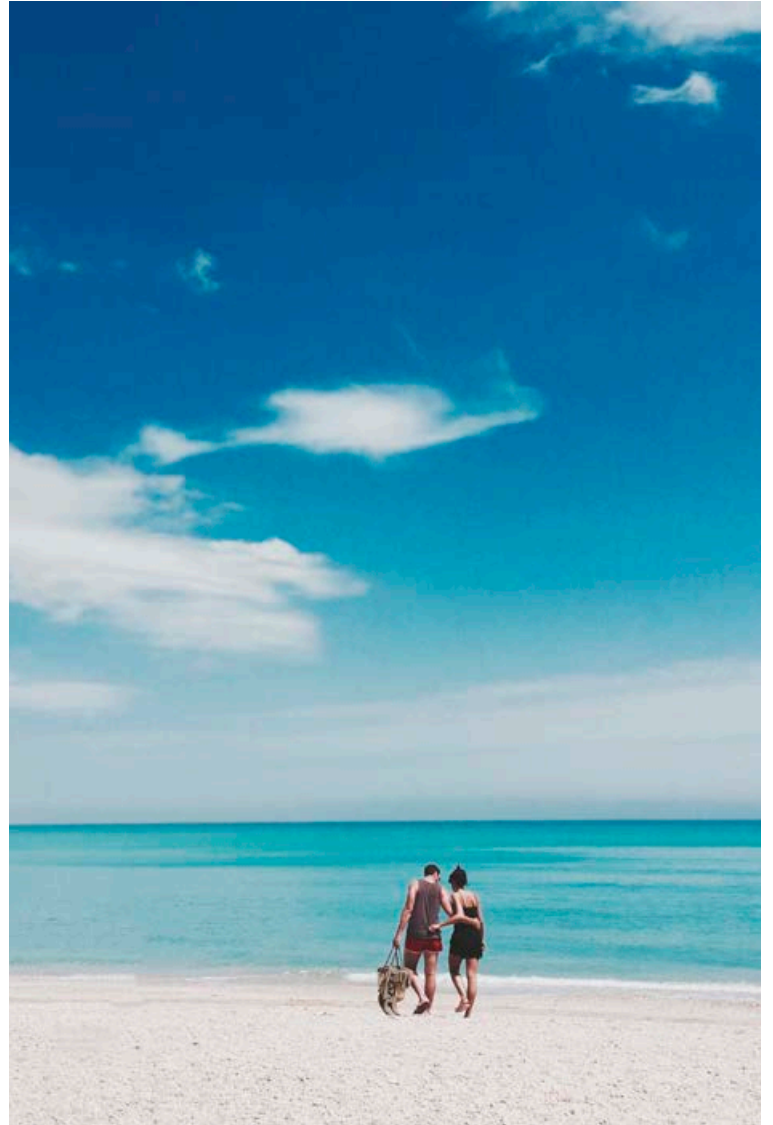
„Það er skýrt og stýrt skipulag, alltaf gaman og alltaf þegar þeim hentar,“ segir Berglind.



Hún segir að afleiðingarnar af óöruggi á markaði ástarinnar séu að konurnar leggi meiri áherslu á vintengsl og tengsl við börn sín, og svo annars konar samninga með fyrirvörum og skilyrðum, og segir að í samræmi við það sé það algengara að fólk gangi inn í svokölluð tímabönd [e. situation-ship] þar sem fólk ákveður að vera saman í afmarkaðan tíma, þar til annar fer, eða einhverju tímabili lýkur.

„Þær eru í aðstöðu til að setja fram þessar kröfur,“ segir Berglind og að konurnar séu meðvitaðar um að þær séu ekki endilega í leit að sálufélaga og að þessi nýi maki eða félagi sem þær leita að, þurfi ekki að uppfylla allar þeirra kröfur. Þær eigi vinkonur, ættingja og börn sem uppfylli stóran hluta þeirra. Rómansinn og kynlífíð er því í forgrunni í hinum nýju samböndum og á þeirra forsendum. Þær eru mun meiri gerendur í að móta líf sitt, bæði einka- og vinnulíf, en jafnöldur þeirra fyrir 30 árum, þegar Anna Guðrún þróaði hugmyndina um ástarkraftinn.

„Hin skýru skilyrði koma þó líka til af því að þeim líður eins og þær hafi gengið á ástarkrafta sína í fyrri samböndum og til lengri tíma fengið of lítið til baka,“ þannig að þær eru með varann á sér, segir Berglind. Eins séu þær enn að veita börnunum sínum svo mikið af þessum krafti og forgangsraði þeim framar, því þær finni að hann sé ekki ótakmarkaður á þessum tímamarki í lífi þeirra. ■



Konurnar eru flestar með börn, í krefjandi starfi og vilja fá smá krydd. Fara í ferðalög, njóta fría og augnablika og vilja ekkert endilega blanda lífinu með nýja makanum og börnunum saman, eða hversdeginum. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Við óskum Þykkvabæjar til hamingju með nýja bílinn

IGLOOCAR
YFIRBYGGINGAR

PALFINGER



-allt til flutninga

G.SKAPTASON EHF.

Klettagarðar 12, 104 Reykjavík, s. 481 1020 - www.gson.is

Eivør 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.

Færeyska tónlistarkonan Eivør Pálsdóttir nýtur þess að hafa nóg að gera. Hún hefur nýlokið tónleikaferðalagi um Evrópu þar sem hún fylgdi eftir nýrri plötu sem kom út á síðasta ári, og í byrjun nóvember hlaut hún Tónlistarverðlaun Norðurlandaráðs fyrir yfirgripsmikið framlag sitt til norrænnar tónlistarsenu og færæyskrar tónlistar og tungu. Í byrjun desember slær hún síðan upp árlegum jólatónleikum hér á landi. Nýja árið hefst svo með tónleikaferð um Bandaríkin.

Það stafar fyrirhafnarlaus stjórnuljómi af færæysku tónlistarkonunni Eivöru Pálsdóttur, þegar hún mætir blaðamanni á kaffihúsi á vindasömu vetrarkvöldi í miðbæ Reykjavíkur. Hún er klædd í síða svarta kápu og heldur á stórum poka úr flottri tiskuverslun, og minnir svolítið á gullaldarstjörnu frá Hollywood. Það er stutt í hláturinn og hún fórnar höndum, spurð út í jólatónlist og Færejar.



Fyrir mér er aðalmálið það að koma fram, en tónlistin breytist, fer á flug og fær vængi þegar maður spilar.

Færeyska tónleikahefðin ung

„Það er alls ekki jólatónlistarsena í Færejum. Ég hef heldur aldrei gefið út jólaplötu, en hef verið gestur á alls konar jólatengdum tónleikum á Íslandi,“ segir hún. Eivør segist nýta þannig tækifærið til að heimsækja íslenska vini.

„Í Færejum er stór kántri-sena. Hún er mikið til fyrir fólk sem situr heima í stofu úti á landi og vill bara heyra þannig tónlist. En svo er líka stór neðanjarðartónlistarsena. Þar er fullt af flottu ungu tónlistarfólki sem er að gera spennandi hluti, en synd að ekki sé mikill vettvangur fyrir það. Annað hvort er í boði risastórt flott tónlistarhús, eða einhver þínulitill staður.“ Eivør segir að þar þurfi að brúa bilið, en þó sé þróunin í rétta átt.

„Þegar ég byrjaði var ekki hægt að spila tónleika neins staðar. Ég byrjaði að spila í böndum þegar ég var 13 ára og einu tækifærin snerust um að spila á dansleikjum. Fólk fór eiginlega ekki á tónleika. Ég var þannig alltaf að spila fyrir dansi og þurfti að hafa mömmu með, ég var svo ung og ég mátti ekki vera þarna.“ Hún segir að færæyska tónleikahefðin hafi með árunum þróast og síðan náð út fyrir böllin. Fyrst um sinn hafi nokkrir gestir hreiðrað um sig nær sviðinu til þess að hlusta, en síðan hafi þeim farið fjölgandi. Og nú sé komin sena.

„Ég byrjaði að spila með bandi sem heitir Clickhaze upp úr 1999. Þetta var hópur tónlistarunnenda sem höfðu ástríðu gagnvart tónlist, af því tagi sem ég gat tengt við.“

Í framhaldinu stofnaði hópurinn tónlistarklúbbin GRÖT, sem stóð fyrir litlum tónleikum.

„Fljótlega stækkaði þetta og varð að samfélagi tónlistarunnenda og



Eivør sneri sér að lagasmíðum og tónleikahaldi í streymi þegar Covid-19 faraldurinn skall á, og fékk algjört sjokk yfir þeim gríðarlega fjölda sem fylgdist með.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI



Ég mála þegar ég er ekki að ferðast. Það er þessi löngun til að skapa eitthvað, ég verð þínu klikkuð ef ég næ ekki að losa um þessar tilfinningar.

Listamenn þurfa að vera smá egóistar



Nina Richter
ninarichter@frettabladid.is

tónlistarsenan fór að blómstra fyrir alvöru.“ Hún bætir við að margt hafi gerst í tónlistarsenu Færeya síðustu 20 árin.

„Í dag eru Færeyingar mjög áhugasamir um alls konar tónleikahald og það gleður mig rosalega mikið.“

Streymi fyrir 100 þúsund manns

Eivør er útsjónarsöm og fann nýja fleti á tónlistarferlinum þegar hún gaf út plötuna Segl, í miðjum heimsfaraldri. „Fyrir mér er aðalmálið það að koma fram, en tónlistin breytist, fer á flug og fær vængi þegar maður spilar.“ Hún var þó snögg að aðlaga sig breyttum aðstæðum. Hún hélt röð smærri útgáfutónleika í Norræna húsinu í Færejum, hljóðritaði

og gaf út á plötu, og gat þannig fært hlustendum tónleikaupplifunina, að einhverju leyti, heim í stofu.

Hún hefur á seinni árum tekið tæknina og samfélagsmiðla í sátt. „En það er heilmikil vinna sem fylgir þessu. Fyrir nokkrum árum hafði ég alls ekki séð fyrir mér að ég gæti orðið þessi samfélagsmiðlatýpa. En svo hef ég reynt að læra aðeins inn á þetta og reynt að skipuleggja tímann. Það er auðvelt að vera alltaf í símanum, en ég reyni að slökkva inni á milli.“

Þetta var allt svo skrátið, þegar öllum tónleikum var aflýst.“

Eivør segist þá hafa snúið sér að lagasmíðum og tónleikum í streymi, að heiman. „100 þúsund manns horfðu á fyrsta streymið á

Youtube,“ segir hún og hlær. „Ég var í algjöru sjokki, ekki búin að greiða mér almennilega.“

En það var magnað að upplifa hvernig heimurinn leitaði leiða til að tengjast og koma saman.“

Allt í einu kemur kaos

Hún segir síðustu tvö ár hafa verið krefjandi. „Ég fékk engar tekjur og maður þurfti bara að bjarga sér.“ Hún bætir síðan við að hún hafi málað mjög mikið og segist nota myndlistina til að fá útrás fyrir sköpunargleðina. „Ég mála þegar ég er ekki að ferðast. Það er þessi löngun til að skapa eitthvað, ég verð þínu klikkuð ef ég næ ekki að losa um þessar tilfinningar.“

Hún ítrekar þó að hún hafi »

Bækur á svörtum afslætti

Skemmtileg, spennandi og fræðandi tilboð.



30%
afsláttur

Gengið til rjúpna
6.999 kr. VERÐ ÁÐUR 9.999 KR.



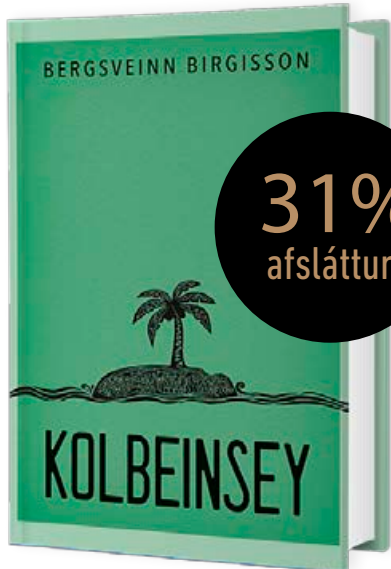
31%
afsláttur

Úti
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



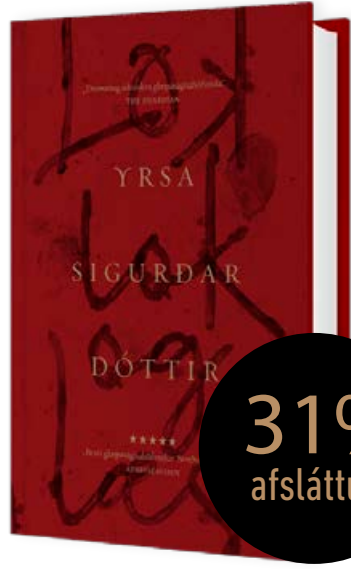
31%
afsláttur

Þú sérð mig ekki
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



31%
afsláttur

Kolbeinsey
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



31%
afsláttur

Lok, lok og læs
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



30%
afsláttur

Ótemjur
3.699 kr. VERÐ ÁÐUR 5.299 KR.



31%
afsláttur

Læknirinn í Engla Verksmíðjunni
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



31%
afsláttur

Guðni á ferð og flugi
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



31%
afsláttur

Allir fuglar fljúga í ljósið
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.

» meðvitað valið tónlistina fram yfir myndlistina. „Maður getur ekki gefið sig allan í bæði. En ef ég finn tíma, þá mála ég.“ Hún útilokar ekki að halda málverkasýningu og bætir við: „Ég er örugglega komin með nóg af málverkum í það.“

Ég sæk alltaf í kyrrðina og náttúruna, og að vera ein með sjálfri mér. Það hjálpar mér að endurstilla mig og fá yfirsýn.“

Hún nefnir í því samhengi bústað í Færeyjum. „Hann er aðeins í burtu frá öllu, rétt við sjóinn. Þar er ekkert að gerast, engin búð og ekki neitt.“

Hún sækir kyrrðina líka í hugleiðslu og segir áhugann alltaf hafa verið til staðar, en fyrir ári síðan hafi hún byrjað fyrir alvöru. „Ég fann að ég þurfti að róa hugann. Ég er alltaf með svo margt í gangi og mikið af pælingum. Mér finnst gaman að gera alls konar! Svo allt í einu kemur kaos, og þá þarf ég þessa ró, þannig að ég geti fengið aftur þessa orku.“

Hún segist nota TM-hugleiðslu-aðferðina, sem er skammstöfun á enska heitinu Transcendental Meditation. „Ég var búin að heyra af þessu frá mörgum í listasenuinni, þetta er svona David Lynch-hugleiðslan,“ segir hún og glottir. „Hann er til dæmis að kenna þetta. Þessi hugleiðsla er mjög einföld og það er hægt að gera hana alls staðar og hvenær sem er.“

Margir metalhausar að hlusta

Eivör ítrekar mikilvægi þess að fara eigin leiðir. „Það er auðvelt að brenna út ef maður nær ekki listina. Mikilvægt að halda fast í það að gera það sem mann langar að gera. Listamenn þurfa að vera smá egóistar, maður þarf bara að skapa. Maður er kannski með einhverja hugmynd sem mann langar að gera og kveikja lífi, en um leið og maður fer að reyna að gera þetta fyrir einhvern annan, þá missir maður stöffið.“

Þetta er eitthvað sem er mjög mikilvægt í listinni, maður þarf að vera sannur. Ég skapa alltaf það sem mig langar að heyra. Svo er fólk ekki alltaf sammála því,“ segir hún glettin.

Eivör hefur drepit niður fæti í alls konar tónlistarstefnum og má þar nefna djass, klassíska tónlist og elektrónískt popp. Þó hefur hún alltaf haldið fast í þjóðlagataugina

”

Alls konar fólk er að hlusta; krakkar, gotharar og svo eldri borgarar. Og það er svo mikið af metalhausum á tónleikum úti í heimi.

og segir hlustendahópin því æði fjölbreyttan: „Alls konar fólk er að hlusta; krakkar, gotharar og svo eldri borgarar. Og það er svo mikið af metalhausum á tónleikum úti í heimi.“

Og það er sterk tenging við mál-tónlistarsenu á nýjustu plötu Eivarar. Norski tónlistarmaðurinn Einar Selvik á með henni lag á nýju plötunni, en hann er fyrrverandi meðlimur svartmálms-bandsins Gorgoroth, auk þess að fara fyrir hinu geysivinsæla þjóðlagabandi Wardruna, sem treður upp í Hörpu seinna á þessu ári. Þá hefur hann einnig samið tónlist fyrir sjónvarpsþættina Vikings.

Þau Eivör eiga því kvikmyndatónlistina sameiginlega, en hún samdi til dæmis tónlist fyrir sjónvarpsþættina The Last Kingdom. „Ég hef mikið verið að vinna í kvikmyndatónlist undanfarin ár. Það er ákveðin stemning þar sem hefur haft áhrif á hvernig ég þæli í minni tónlist. Allt sem maður fer í gegnum, á þessari ferð, hefur haft einhver áhrif á hvernig næsta verkefni verður.“

Hún segir hljóðheim kvikmyndatónlistarinnar þannig heyrast á nýjustu plötunni: „Heimurinn sem ég er í núna er svolítið mikið í elektróník. En svo þarf ég alltaf að fara í lífrænu hliðina líka. Mér finnst alltaf gott að finna jafnvægi á milli þess



Eivör hefur drepit niður fæti í alls konar tónlistarstefnum og má þar nefna djass, klassíska tónlist og elektrónískt popp.

sem er alveg forritað og þess sem er spilað.

Stundum hef ég fengið mikinn innblástur úr öðrum listformum, frá málverkum en líka bíómyndum. Það er stundum eins og listaverkið þekki mann, og kveiki í manni tilfinningu.“

Heppin og þakklát

Aðspurð segir Eivör #MeToo-hreyfinguna mikilvæga í tónlistarbransanum, og nefnir í því samhengi viðhorf til kvenna í tónlist. „Það er oft eins og fólk haldi að vegna þess að ég sé kona, þá semji ég ekkert sjálf og pródúseri ekkert. En það er aðeins að breytast, fólk er að þæla meira í þessu.“ Hún segist þó sakna þess að sjá ekki fleiri konur í tónlist: „EKKI bara söngkonur heldur líka pródúsentar, trommuleikarar og bassaleikarar.“

Ég hef kannski verið heppin. Ég hef alltaf unnið með karlmönnum sem hafa borið virðingu fyrir því sem ég er að gera.“ Hún ítrekar þó að í stærra samhenginu halli á konur.

„Ég sá að Björk talaði um í viðtali að stelpur þyrftu að segja allt tíu sinnum sem körlum nægði að segja

”

Ég hef kannski verið heppin. Ég hef alltaf unnið með karlmönnum sem hafa borið virðingu fyrir því sem ég er að gera.

einu sinni. Þá fór ég að þæla svolítið mikið í þessu, og að þetta væri rétt hjá henni. En maður er bara svo vanur ástandinu.“

Spennir og spengir upp lögin

Eivör heldur í tónleikaferð um Bandaríkin eftir áramót. „Ég er að fara á fyrsta headline-túrinn minn í Ameríku, það er mjög spennandi.

Ég er búin að taka eitt og eitt gígg í Bandaríkjunum en hef aldrei tekið heilan túr, svona einn og hálfan mánuð. En ég er góð í að vera á tónleikaferðalagi, mér finnst gaman að komast í flæði frá einum tónleikum til þeirra næstu. Mér finnst gaman að spila lögin oft, þar er eins og maður spenni þau og spengi upp og þá kemur eitthvað nýtt.“ Hún bætir síðan við: „Svo er auðvitað spennandi að hitta hlustendur.“

Jólatónleikarnir verða í Eldborg 5. desember. Þar hyggst Eivör taka blöndu af lögum frá ferlinum í bland við jólatónlist: „Ég kem með bandið mitt og nokkra leynigesti, ég get auðvitað ekki sagt frá því hverjir þeir eru. En bandið er svona fjölskyldan á tónleikaferðalaginu. Þetta eru allt strákar frá Færeyjum, en ég er til dæmis búin að spila með Mikael, bassaleikaranum mínum, í 23 ár. Trommuleikarinn og píanistinn eru svo nýjasta viðbótin í hópinn.“

Hún ítrekar í lokin þakklæti til tónleikagesta og addáenda, og segir að ekkert sé sjálfsagt. „Ég er alltaf mjög þakklát, tek því ekki sem gefnu. Það er gott að fólk nenni að hanga með mér í þessari brjáluðu ferð,“ segir hún og brosir. ■

idealcombi



Betri gluggar - betri heimili

Byggðu til framtíðar með lausnum frá IDEX

IDEX

Víkurbær 6 - 203 Kópavogur - Sími 412 1700 - idex@idex.is

www.idex.is



Ó REYKJAVÍK

Ó REYKJAVÍK!



1.
Metsölulisti
Eymundsson
Handbækur
Fræðibækur
Evisögur

NÝJA REYKJAVÍK eftir Dag B. Eggertsson

Glæsileg og upplýsandi bók um umbreytingar á ungri borg. Hvað gerðist á bak við tjöldin? Kostulegar upptakomur. Metnaðarfullar hugmyndir sem enn liggja í loftinu og hafa verið á fárra vitorði. Nýjar upplýsingar úr innsta hring. Bók sem á köflum er eins og reyfari eða spennusaga!



Jólabókaflóðið er fyrir löngu orðið einn af föstum liðum adventunnar, en eins og svo margt annað hefur það farið fram í skugga heimsfaraldurs undanfarin tvö ár. Fréttablaðið leitaði til þriggja sérfræðinga innan bókmenntaheimsins til að ná utan um þetta merkilega fyrirbæri.

Jólabókaflóðið stendur nú í hæstu hæðum en þetta séríslenska bókmenntafyrirbæri á sér langa sögu sem teygir sig aftur til efnahagskreppu eftirstriðsáranna og hefur staðið af sér tæknibreytingar og tiskustrauma í rúm 75 ár.

Í Bókatiðindum þessa árs er uppruni jólabókaflóðsins reifaður í innangi eftir Heiðar Inga Svansson, formann Félags íslenskra bókaútgefenda (FÍBÚT).

„Þá hefð að gefa bækur til jólagjafa má rekja til árána eftir síðari heimsstyrjöld og eftir að hafa fengið sjálfstæði okkar frá Dönnum árið 1944. Fyrstu ár nýfengins sjálfstæðis voru því ekki auðveld fyrir hið unga lýðveldi sem stóð nú frammi fyrir afar flóknum og krefjandi aðstæðum. Þá dugði ekki að gripa til neinna vettlingataka þannig að efnahagsástandið færi ekki úr böndunum.“

Settir voru á víðtækir kvótar og innflutningsbönn á ýmsar erlendar vörur, sem takmarkaði mjög úrval á gjafavöru. Pappír var hins vegar utan þessara hafta og jókst því mjög prentun íslenskra bóka, sem urðu vinsælar í jólapakkann.

Flóðið aldrei fjölbreyttara

Heiðar Ingi segir jólabókaflóðið 2021 fara mjög vel af stað miðað við fyrri ár, titlum hafi fjölgað og úrvalið sé fjölbreytt sem aldrei fyrr.

„Útgefnum bókum heldur áfram að fjölga samkvæmt fjölda skráðra titla í Bókatiðindum ársins 2021 og úrvalið hefur sjaldan eða aldrei verið fjölbreyttara. Um er að ræða umtalsverða fjölgun frá því í fyrra en aldrei fyrr hafa jafn margar nýjar raf- og hljóðbækur komið út. Útgáfa nýrra íslenskra skáldverka er líka í sögulegu hámarki en einnig fjölga útgáfu ungmennabóka, þýðdra skáldverka og fræðibóka.“

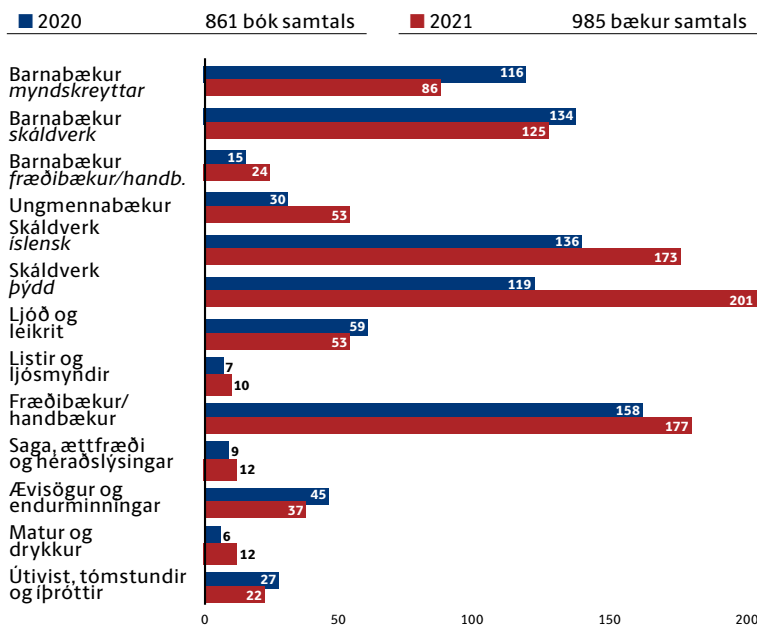
Samkvæmt tölum frá FÍBÚT er fjöldi skráðra titla í ár 985, sem er aukning upp á 122 bækur frá því í fyrra, samanborið við 861 árið 2020. Þó skal hafa í huga að þetta er ekki tæmandi listi um heildarútgáfu allra bóka á árinu og er ekki gerður greinarmunur á frum- og endurútgáfum.



Þorvaldur S. Helgason
tsh@frettabladid.is

Bókin er lífseigasta formið

Fjöldi skráðra bókatitla frá Félagi íslenskra bókaútgefenda



Margrét Jóna Guðbergsdóttir, vörustjóri íslenskra bóka hjá Pennanum Eymundsson, er sammála Heiðari Inga um að jólabókaflóðið fari vel af stað.

„Við erum svona á svipuðu róli og í fyrra, nema það er minni sala í skáldverkunum. Það var líka mjög sterk útgáfa í fyrra. En árið 2020 var líka kannski svolítið skrytið, fólk var mjög mikið heima og var kannski að panta eða kaupa bækur til að lesa sjálf.“ segir hún.

Covid mögulega kjöraðstæður

Að sögn Margrétar Jónu gekk jólabókaflóðið 2020 vonum frammar, en athyglisvert er að samkomutakmarkanir og heimsfaraldur höfðu síður en svo neikvæð áhrif á bók-sölu.

„Jólabókaflóðið í fyrra var mjög gott og mun betra heldur en árin þar á

undan. Bóksalan var mjög góð. Það eru alls konar breytur í þessu, fólk var til dæmis ekki að fara til útlanda og var að kaupa jólagjafir hérna heima.“ segir hún.

Spurður hvort áhrif Covid hafi verið mildari við bókmenntir heldur en aðrar listgreinar segir Heiðar Ingi:

„Kannski eru þetta búnar að vera að einhverju leyti kjöraðstæður fyrir rithöfunda, að skrifa í betra næði og einveru. En þetta ár í fyrra var að mörgu leyti líka mjög erfitt. Bókabúðir voru náttúrlega lokaðar að hluta til og sala á nýjum kiljum í Leifsstöð hrundi og hefur ekki náð sér upp aftur nema að hluta til. En á móti þessu kemur svo mikil aukning í sölu og hlustun á hljóðbækur.“

Bókin er eins og kakkalakki

Sverrir Norland er eins konar kameljón þegar kemur að bókmenntum, en hann starfar jöfnum höndum sem rithöfundur, útgefandi, gagnrýnandi og fyrirlesari. Sverrir hefur sjálfur þurft að fresta ýmsum viðburðum í tengslum við útgáfur sínar, en forlagið hans, AM Forlag, sendi nýlega frá sér þrjár þýddar barnabækur, Heimili, Kva es þak? og Stysti dagurinn eftir Carson Ellis, auk myndasögunnar Eldhugar: Konurnar sem gerðu aðeins það sem þær vildu, eftir Pénélope Bagieu.

„Það átti að vera bókamessa núna í Hörpu. Henni var frestað og sem



Bókin virðist vera eins og kakkalakki, lífseigasta formið, stendur allt af sér í kjarnorkusprengringu tækninnar.

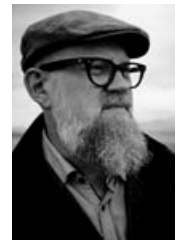
Sverrir Norland



Margrét Jóna Guðbergsdóttir, vörustjóri íslenskra bóka hjá Pennanum



Sverrir Norland rithöfundur



Heiðar Ingi Svansson, formaður FÍBÚT

lítill útgefandi sel ég alltaf svolítið á svona viðburðum, þannig að það var mjög leiðinlegt. Sumir af fyrirlestrunum sem ég átti að vera með hafa frestast og viðburðir í kringum útgáfuna okkar. Allt þetta hefur svolítið áhrif, þannig að ég er orðinn ansi þreyttur á þessu. Þegar ríkisstarfsmenn taka ákvarðanir um að setja samkomutakmarkanir, þá kannski í sinni búblu átta þeir sig ekki alveg á því, en þetta snertir menninguna mjög mikið.“ segir Sverrir.

Spurður hvort hann telji að jólabókaflóðið muni halda velli í skugga efnahagsþrengringa og minnkandi bóklesturs, segist Sverrir vera þreyttur á svartsýnis-spám og kys sjálfur að sporna við þeim með jákvæðri orku.

„Það er magnað hversu margir lesa, hugsa, hafa áhuga á bókum. Ég hef aldrei hitt neinn sem er ekki forvitinn, sem langar ekki að kynnast nýjum hugmyndum, sögum. Bókin virðist vera eins og kakkalakki, lífseigasta formið, stendur allt af sér í kjarnorkusprengringu tækninnar. Það er einfaldlega ekki hægt að betrumbæta hana eða færa lestrarupplifunina, svo að vel sé, yfir á annað form.“

Þess vegna mun bókin lifa. En það þarf að venja yngra fólk á þennan lúxus, sem er að gefa sér tíma til að lesa. Sá sem situr einhvers staðar í símanum sínum virkar einhvern veginn ekki frjáls á mig, en sá sem er að lesa bók kys að verja tíma með sjálfum sér og hugsunum höfundarins. Það er svo fallett. Ég trúi á þetta, þessa tengingu. Hún mun lifa.“ ■



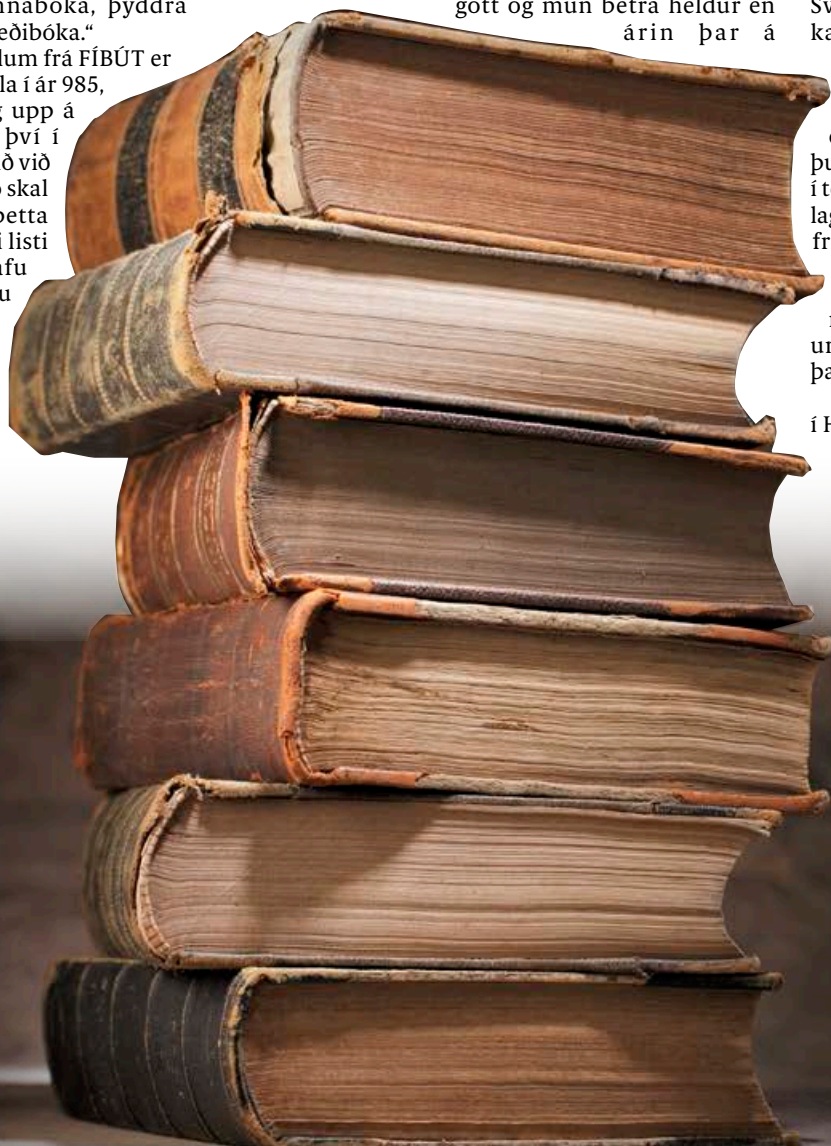
Þá hefð að gefa bækur til jólagjafa má rekja til árána eftir síðari heimsstyrjöld og eftir að hafa fengið sjálfstæði okkar frá Dönnum árið 1944.

Heiðar Ingi Svansson



Jólabókaflóðið í fyrra var mjög gott og mun betra heldur en árin þar á undan. Bóksalan var mjög góð.

Margrét Jóna Guðbergsdóttir





FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

LAUGARDAGUR 27. nóvember 2021

KYNNINGARBLAÐ



Encanto býr til einstaka jólagleði í litadýró. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Salka Sól raddar Mirabel í Encanto

elin@frettabladid.is

Jólamynd Disney, Encanto, var frumsýnd um allan heim á miðvikudag. Mikil tilhlökkun hefur verið eftir myndinni, enda þykir hún einstaklega fallega gerð. Myndin er tölvugerð teiknimynd og er sextugasta teiknimyndin úr smiðju Walt Disney í fullri lengd. Aðstandendur myndarinnar komu saman fyrr í þessum mánuði til að sjá myndina, en leikarar sem ljá persónum raddir sínar voru að hittast í fyrsta sinn. Allir þurftu að vera bólusettir og sýna nýtt neikvætt Covid-próf.

Höfundar tónlistar í myndinni eru margverðlaunaðir, Lin-Manuel Miranda og Germaine Franco, sem er fyrsta kventónskáldið til að gera tónlist við Disney-mynd. Myndin gerist í Kólumbíu og fjallar um óvenjulega fjölskyldu sem býr á töfrandi stað sem nefnist Encanto. Hvert einasta barn sem þar fæðist býr yfir ofurkrafti nema eitt, Mirabel.

Tólf íslenskir leikarar

Salka Sól talar fyrir Mirabel í íslensku útgáfunni en í þeirri ensku er það Stephanie Beatriz. Hún er hvað þekktust fyrir leik sinni í Brooklyn Nine-Nine. Alls fara tólf íslenskir leikarar með talhlutverk í myndinni.

Myndin hefur fengið góða gagnrýni og öll smáatriði þykja stórkostleg. Litadýró og líflegt dýralíf gleður áhorfendur. Myndin ætti því að heilla yngri sem eldri um jónin. ■



Hjá Birgisson er mikið úrval af glæsilegum gólfefnum, jafnt parketi sem flísum. Öll gólfefni og hurðir eru á tilboðinu um helgina.

MYND/BIRGISSON

Aðventutilboð hjá Birgisson

Það er mikið um að vera hjá Birgisson þessa dagana. Boðið er upp á góðan afslátt og fría heimsendingu um land allt. Nú er rétti tíminn til að fjárfesta í parketi, flísum og hurðum. **2**

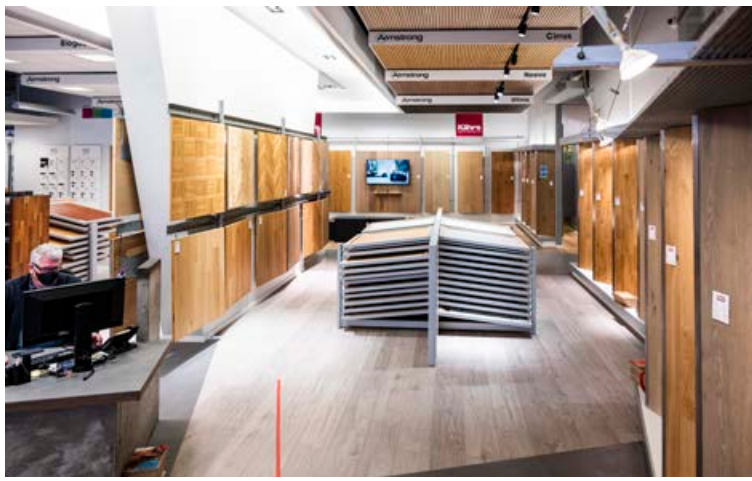


Að sögn Þórarins Gunnars Birgissonar, framkvæmdastjóra Birgisson, verður mikið um að vera um helgina. „Aðventutilboð verður í gangi fram á mánudag þar sem við bjóðum 20% afslátt af parketi, flísum og hurðum og 40% afslátt af öllu undirlagi, listum og fylgihlutum,“ segir Þórarinn. „Að auki ætlum við að bjóða upp á fría heimsendingu um allt land eða á næstu stöð Flytjanda,“ segir Þórarinn og bætir við að sendingarkostnaður á vörum út á land geti verið mikill. „Með þessu viljum við koma til móts við viðskiptavini okkar á landsbyggðinni. Hægt er að fá sendar prufur út á land og afsláttur fæst gegn því að staðfesta þöntunina.“

Umhverfsvottaðar vörur

Þórarinn segir að verslunin sé stútfull af nýjum og glæsilegum vörum. „Við erum með góða og aðgengilega netsíðu. Ef fólk vill frekari upplýsingar er hægt að hringja eða hafa samband við okkur í gegnum birgisson@birgisson.is. Hjá Birgisson er eitthvert mesta úrval landsins af parketi frá viðurkenndum framleiðendum sem hafa verið hér á markaði í langan tíma.“

Við höfum lagt áherslu á að hafa allar okkar vörur umhverfsvottaðar og höfum tekið þátt í verkefnum varðandi það. Við reynum að leggja okkar af mörkum í að minnka kolefnisspor fyrirtækisins, þetta gerum við meðal annars með flokkun á úrgangi og með því að koma öllu okkar plasti í endurvinnslu hjá Pure North Recycling í Hveragerði,“ segir Þórarinn.



Í verslun Birgisson í Ármúla er hægt að skoða úrvalið af parketi og flísum.

Hjá Birgisson er eitthvert mesta úrval landsins af parketi frá viðurkenndum framleiðendum sem hafa verið hér á markaði í langan tíma.

Þórarinn Gunnar Birgisson

„Við finnum vel fyrir auknum kröfum um að vörur og framleiðsla séu umhverfsvænar. Allt okkar harðparket er vottað með bláa englinum og viðarparketið er Svansvottað,“ segir hann. „Umhverfismál eru í brennidepli í allri okkar vinnslu. Við höfum sömuleiðis lagt ríka áherslu á gott, hljóðdempandi undirlag undir gólfefni. Nýbreytni hjá okkur í þeim efnum

er umhverfsvottað framleiðsla á undirlagi.“

Gæðavörur og þjónusta

Starfsmenn Birgisson eru stoltir af því að tilheyra þeim 2% fyrirtækja hárlands sem eru Framúrskarandi fyrirtæki, samkvæmt greiningu Creditinfo, en fyrirtækið hefur verið í þeim flokki síðan árið 2016. Auk þess hefur Birgisson verið á lista Viðskiptablaðsins og Keldunnar yfir Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri, frá árinu 2017.

Hjá Birgisson er fagmennskan í fyrirrúmi, mikil þekking og reynsla. Verslunin er sérhæfð í sölu á gólfefnum og hurðum. Birgisson er í Ármúla 8. Sími: 516 0600. Netfang: birgisson@birgisson.is. Sjá nánar á birgisson.is.



Hvítuð eik frá Kährs og fallegt parket með sildar-beinamunstri.



Badherberið er hannað af Berglindi Berndsen. Flísategundin er Maps of Cerim hvítar.

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

Útgefandi: Torg ehf. Ábyrgðarmaður: Björn Viglundsson

Umsjónarmenn efnis: Elin 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.

AÐVENTU TILBOÐ

FÖSTUDAG - MÁNUDAGS

20% AFSLÁTTUR
AF ÖLLU PARKETI, FLÍSUM OG
HURÐUM

40% AFSLÁTTUR
AF ÖLLU UNDIRLAGI, LISTUM
OG FYLGIHUTUM

FRÍ HEIMSENDING
UM LAND ALLT*

Gildir aðeins 27.-30. nóv.
með því að hringja og panta eða
senda tölvupóst á okkur.

Sími 516 0600
Netfang: birgisson@birgisson.is

*Á dreifingarstöðvar Flytjanda á
landsbyggðinni.





Ármúli 8 | 108 Reykjavík | Sími 516 0600 | www.birgisson.is

TRI

CUBE



CASTELLI

TRI VERSLUN
TRI VERKSTÆÐI
TRI VEFVERSLUN

CUBE GRAFHJÓL

Cyber Monday

WWW.TRI.IS



CUBE GRAVEL

DT SWISS

DT SWISS

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



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

Góð ráð fyrir Cyber Monday

Á Cyber Monday er hægt að fá nánast hvað sem er með afslætti og fyrir vikið er auðvelt að falla í freistni og fara fram úr sér. Þess vegna er mikilvægt að skipuleggja verslunina fyrir fram, eyða ekki meira en maður hefur efni á og vera á varðbergi gagnvart svindli.

oddurfreyr@frettabladid.is

Það er mikilvægt að muna að versla skynsamlega, þrátt fyrir öll freistandi tilboðin í kringum Cyber Monday. Það er auðvelt að kaupa óþarfa og sóa peningum og það er líka mikilvægt að hafa í huga hvaða áhrif kauphegðun manns hefur á umhverfið. Fjármálaráðgjafar fyrir tækið The Motley Fool tók saman nokkur góð ráð fyrir neytendur í tilefni dagsins.

Skipulag er lykilatriði

Það er gott að skipuleggja kaupin vel og gera lista yfir alla hlutina sem á að kaupa fyrir fram. Það er líka grundvallaratriði að ákveða fyrir fram hve miklu á að eyða og halda sig við þá upphæð. Þetta eru tvö bestu ráðin til að koma í veg fyrir að kostnaðurinn fari úr hófi fram.

Svo borgar sig líka að fylgjast vel með og grípa gæsina strax í dag eða á morgun, því margar verslanir byrja að bjóða upp á Cyber Monday tilboðin sín yfir helgina í stað þess að biða þangað til á mánudag. Það borgar sig ekki að biða, því þá gætu



Það er gott að skipuleggja verslunina vel og gera lista yfir alla hlutina sem á að kaupa fyrir fram. Það er líka grundvallaratriði að ákveða fyrir fram hve miklu á að eyða og halda sig við þá upphæð.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

eins og traustir aðilar og passið ykkur á ótryggum vefverslunum. Aldrei slá inn kreditkortaupplýsingar á síðum sem bjóða ekki upp á öruggan greiðslumáta og varið ykkur sérstaklega á gylliboðum sem hljóma aðeins of vel.

Það borgar sig heldur ekki að versla með debetkorti á netinu, því það er meiri vernd gegn óleyfilegum úttektum á kreditkortum ef eitthvað fer úrskeiðis. En þegar kreditkortid er notað og það þarf ekki að hafa áhyggjur af því að greiða strax, verður líka auðveldara að eyða óvart um efni fram. Þess vegna er mjög gott að vera búinn að ákveða fyrir fram hvað á að eyða miklu.

Síðast en ekki síst er mikilvægt að muna að halda áfram að passa sig á svindli eftir að kaupveislunni er lokið. Svindlarar gætu haft samband við fólk eftir Cyber Monday og þótt vera að hafa samband frá bönkum, greiðslukortafyrirtækjum eða verslunum til að fá nánari upplýsingar um nýleg viðskipti.

Ef það er einhver grunur um að mögulega séu óprúttir aðilar að hafa samband, er best að eiga engin samskipti við viðkomandi og hafa frekar beint samband við þann aðila sem þeir segjast vera fulltrúar fyrir. Þannig er hægt að ganga úr skugga um að það sé ekkert misjafnt á seyði. Ef það kemur í ljós að svindlarar hafi haft samband er gott að láta þann aðila sem þeir eru að þykjast vera, vita af því. ■

mest spennandi vörurnar sem eru á tilboði klárast.

Það er líka alltaf gott að hafa umhverfisáhrifin af neyslu sinni í huga, sérstaklega þegar það er verið að eyða meiru en venjulega. Munið hvað þið eigið nú þegar og forðist að safna hlutum sem er ekki þörf á og að kaupa hluti sem koma langt að sem er hægt að fá í nágrenninu, til að takmarka kolefnisfótspor neyslunnar.

Hugsið ykkur tvisvar um

Það er ekki gott að missa sig í

spenningnum yfir öllum góðu tilboðunum og mikilvægt að muna að það er hægt að fá næstum allt með afslætti á Cyber Monday. Það ætti því ekki að falla fyrir tilboðum á hlutum sem er ekki þörf fyrir. Þarna kemur innkaupalistinn góði að gagni.

Það borgar sig líka að huga að gildum fyrirtækjanna sem maður verslar við og velta fyrir sér hvort þau samræmist manns eigin gildum. Áður en þú pantar vörur skaltu því spyrja þig tveggja spurninga: „Myndi ég kaupa þetta

ef þetta væri ekki á útsölu?“ og „Myndi ég styðja þetta fyrirtæki með veskinu mínu ef það væri ekki að bjóða svona gott tilboð?“

Mikilvægt að hafa varann á

Það er alltaf mjög mikilvægt að passa sig á svindli þegar verslað er á netinu, og í kringum kaupsvallið sem fylgir Black Friday og Cyber Monday verður rosaleg aukning á alls kyns svindli, ekki síst í ár, þannig að það þarf að fara mjög varlega. Passið ykkur á fölsuðum vefsíðum sem eru látnar líta út

Jól í Húsinu á Eyrarbakka



Bókaupplestur, jólaævintýri, jólalög og jólasýning Hússins

Byggðasafn Árnesinga býður upp á notalega jólastemningu á aðventunni. Upplæstur rithöfundar og skálda, bókastund fyrir börn, jólaævintýri, hátíðleg jólalög og jólasýning Hússins. Jólaandinn verður á Eyrarbakka!

Skáldastund. Sunnudaginn 28. nóvember, klukkan 16:00, lesa höfundar úr nýútkomnum verkum sínum. Í ár heimsækja Húsið þau *Harpa Rún Kristjánsdóttir, Einar Már Guðmundsson, Ólína Kjerúlf Þorvarðardóttir, Haukur Ingvarsson, Inga Kristjánsdóttir og Benedikt Jóhannsson.*

Bókastund fyrir börnin! Laugardaginn 4. desember, klukkan 15:00, koma Bergrún Íris Sævarsdóttir og Gunnar Helgason í skemmtilega heimsókn. Við lofum fjörugum upplestri og fræðandi spjalli um bækur, lestur og teikningar.

Hátíðleg jólastemning. Laugardaginn 11. desember, klukkan 13:00. *Sönghópurinn Lóurnar* mun syngja undurfögur jólalög og töfra fram sannkallaðan jólayl í hjörtum þeirra sem á hlýða.

Ævintýrið um Augastein. Jólaævintýrið dásamlega eftir Felix Bergsson verður aðgengilegt alla aðventuna á heimasíðu safnsins en jólasagan er í formi jóladagatala sem gaman er að sameinast um að fylgjast með á aðventunni. Sagan byggir á sögunum um sveinstaulana þrettán sem við þekkjum svo vel og í sögunni finnum við svarið við því af hverju börn hér á landi hafa mörg hver sett skó út í glugga rétt fyrir jól.

Jólasýning Byggðasafns Árnesinga verður opin frá 13:00 – 17:00 helgarnar 27.-28. nóv., 4.-5. des. og 11.-12. des., aðgangur ókeypis. Á öðrum tímum er opið eftir samkomulagi.

Opnunartímar: 1. maí – 30. sept. alla daga kl. 11–18 eða eftir samkomulagi | sími: 483 1504 & 483 1082 info@byggdasafn.is | www.byggdasafn.is



**BYGGÐASAFN
ÁRNESINGA**



Mögulega er hægt að gera góð kaup á ryksuguróbóta í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Góð kaup á rafrænum mánudegi

elin@frettabladid.is

Cyber Monday, eða rafrænn mánudagur, er í systkinahópi annarra slíkra tilboðsdaga í nóvember. Þessi dagur er mögulega síðasti tilboðsdagur fyrir jól. Tilboð Cyber Monday eru þegar farin að birtast í vefverslunum.

Þegar horft er til sögunnar hefur þessi dagur alltaf verið frábær til að kaupa ýmiss konar tæki, eins og snjalltæki og sömuleiðis gjafakort. Fólk þarf að bregðast hratt við bestu tilboðunum þar sem framboð er yfirleitt takmarkað. Þá er líka rétt að kynna sér verð fyrir fram og gera verðsamanburð. Rafrænn mánudagur er alltaf fyrsti mánudagur eftir svartan föstudag.

Eitt af bestu tilboðunum á síðasta ári, samkvæmt vefmiðlinum Insider, var til dæmis endurhlaðanlegur raftannbursti frá Philips. Hann kostaði upphaflega 29.999 krónur en var á 23.449 krónur á tilboði hjá vefversluninni kohls.com. Annað gott tilboð frá kohls.com reyndist vera FujiFilm Instax Mini myndavélapakki. Hann kostaði 15.750 krónur en var upphaflega á 18.340 krónur. Þá nefna þeir Keurig K-Supreme Single Serve, litla kaffivél, á 11.000 krónur, en hún var áður á 18.340 krónur.

» Meðal góðra tilboða núna benda þeir á ryksuguróbóta, Nintendo-tölvu, Air fryer-potta, þráðlausa hátalara, hljóðstöng fyrir sjónvarp, GoPro-myndavél og snjallúr.

Insider segir að þegar þeir völdu bestu tilboðin hafi þeir eingöngu skoðað vörur sem uppfylla gæðastandarda. Þeir skoðuðu heimasíður Amazon, Best Buy, Target og Walmart auk fleiri.

Meðal góðra tilboða núna benda þeir á ryksuguróbóta, Nintendo-tölvu, Air fryer-potta, þráðlausa hátalara, hljóðstöng fyrir sjónvarp, GoPro-myndavél og snjallúr.

Vegna þess hversu margir eru farnir að versla á netinu á svörtum föstudegi er ekki eins mikill munur á þessum degi og áður var. Bæði þessir dagar fara fram á netinu en tilboð á Black Friday eru líka í verslunum.

Rafrænn mánudagur hefst á miðnætti aðfaranótt mánudags og stendur í sólarhring. ■



ROBELL Nena09 gallabuxur
Fást líka í svörtu
Stærðir 36-52
Verð kr. 18.980



YEST Ornika treggings
Fást í fleiri litum
Stærðir 36-48
Verð kr. 6.980



YESTA Arah útvíðar buxur
Fást líka í Navybláu
Stærðir 44-60
Verð kr. 9.980



YEST/YESTA gallabuxur
Fást í fleiri litum
Stærðir 36-58
Verð kr. 11.980



ROBELL Mimi buxur
Stærðir 34-56
Verð kr. 13.980

yesta

yest

no^{secret}

Q'neel

ROBELL

ZHENZI

ZÉZE
Nordic

OPHILIA



ROBELL Marie stretchbuxur
Fást í fleiri litum
Stærðir 34-56
Verð kr. 6.980



ROBELL Chris gallabuxur
Stærðir 38-56
Verð kr. 17.980



ROBELL Bella09 stretchbuxur
Fást í fleiri litum
Stærðir 34-56
Verð kr. 7.980



ROBELL Nena09 ökklabuxur
Fást í fleiri litum
Stærðir 34-52
Verð kr. 11.980



STUDIO gallabuxur
Stærðir 38-54
Verð kr. 15.980

SYBEL+

FRANSEN

festival
DENMARK

STUDIO

Tamaris

GOZZIP

Handberg

SANDGAARD

Jana

LASESSOR



ZHENZI Jazzy stretchbuxur
Fást í fleiri litum
Stærðir 42-58
Verð kr 7.990



ZHENZI Jazzy gallabuxur
Fást líka í svörtu
Stærðir 42-58
Verð kr. 10.990



ZHENZI Twist stretchbuxur
Fást í fleiri litum
Stærðir 42-58
Verð kr 7.990



SANDGAARD Pleðurbuxur
Stærðir 38-54
Verð kr. 9.980



SANDGAARD Madrid útvíðar buxur
Stærðir 38-54
Verð kr. 9.980

Verslunin Belladonna

belladonna

Líttu við á
belladonna.is

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

Æðislegar lakkríssörur



Sjöfn
Þórðardóttir
sjofn
@frettabladid.is

Margir eiga sínar uppáhalds-jólasmákökur sem hefð er fyrir að baka á aðventunni og sumir búa til nýjar hefðir í jólasmákökubakstrinum og gera jafnvel sínar útgáfur með því bragði sem þeim þykir best. Fyrsti sunnudagur í adventu er á morgun og því ekki seinna vænna að hefðja smákökubaksturinn.

Guðrún Ýr Eðvaldsdóttir köku- og matarbloggari sem heldur úti síðunni dodlurogsmjor.is og Instagram-síðunni @dodlurogsmjor hefur mikla ástríðu fyrir bakstri og veit fátt skemmtilegra en að leika sér með nýtt bragð og áferð, sem gleður bragðlaukana. Hún er byrjuð á bakstrinum fyrir adventuna og er búin að gera sína útgáfu af sörum sem eru svo sannarlega nýstárlegar.

„Þessar kökur eru nýjar hjá mér, en ég eins og flestir Íslendingar, er sólgín í sörum í kringum jólin. Ég er vissulega ekki alin upp við að baka þær, en á dásamlegar minningar þar sem við vinkonurnar komum saman til þess að baka söror og njóta. Það eru svo dásamlegar stundir sem myndast við það að dunda sér saman fyrir jólin, hvort sem það er með vinum eða fjölskyldunni,“ segir hún.



Guðrún Ýr sem heldur hér á dóttur sinni vildi gera eigin útgáfu af sörum. Þær tókust svona ljómandi vel.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Jólatónleikar Kammersveitar Reykjavíkur

**EFTIR
LÆTIS
BACH**

Fiðlukonsert í E dúr
Brandenburgarkonsertar nr. 1 og 4

Harpa Norðurljós
5. desember kl. 16

Miðasala: harpa.is
Miðaverð: 3.500 kr.



Lakkríssörur fyrir alla lakkríssunnendur.

„Ég bara varð að prófa mína útgáfu af lakkríssörum, þar sem mér finnst lakkrís svo góður – útkoman er alveg dýrðleg, mjúkur makkarónubotn með lakkrísfyllingu og rjómasúkkulaðiskel,“ segir Guðrún.

Litlu hlutirnir svo dásamlegir

Á heimili Guðrúnar í bernsku var mikið um smákökubakstur. „Mamma mín var ótrúlega dugleg að baka og kannski aðeins of dugleg, því við komumst aldrei yfir það að borða allar þessar smákökur í kringum jólin. Amma mín kom yfirleitt til okkar og sat við eldhúsbordið og veitti okkur félagsskap, en við systkinin vorum fengin til að stinga út mömmukökum og hnoða kúlur fyrir allar þessar kökur. Uppáhaldið var að setja kremið á mömmukökurnar, enda vildum við systkinin sjá um það, þar sem mamma setti of lítið krem fyrir okkar smekk á kökurnar. Svo þegar kökurnar voru að klárast fengum við að gera eina í lokin með extra kremi og það var alveg hápunkturinn, litlu hlutirnir sem eru svo dásamlegir.“

Sörurnar hennar Guðrúnar

Makkarónur

3 eggjahvítur
200 g möndlumjöl
200 g flórskykur

Stillið ofn á 180°C. Stífþeytið eggjahvítturnar. Sigtíð saman í skál möndlumjöl og flórskykur. Blandið þurrefnunum varlega saman við eggjahvítturnar.

Setjið blönduna í sprautupoka, gott er að nota hringlaga stút, og sprautið dropum á bökunar-pappír. Ég vil ekki hafa mínar söror mjög stórar svo ég miða við sirka stærð á við tíu krónu pening. Setjið í ofn og bakið í 10-15 mínútur, eða þangað til þær verða ljósbrúnar.

Smjörkrem

100 g lakkrísreimar frá Sambó
1½ dl vatn
6 eggjarauður
300 g smjör
200 g mjólkursúkkulaði til hjúpunar

Bútið lakkrísinn niður og setjið ásamt vatni í pott og stillið á miðlungshita. Leyfið að malla í pottinum í um það bil 10 mínútur þangað til það er soðið saman í síróp. Setjið eggjarauðurnar í hrærið og hrærið þangað til þær eru kremgular og þykkar.

Hrærið í eggjarauðunum og hellið sírópinu í mjörri bunu saman við eggjarauðurnar, passa þarf að gera þetta ekki of hratt svo rauðurnar sjóði ekki þegar sírópið er allt komið saman við. Beytið saman í 4-5 mínútur eða þangað til skálin er orðin köld/volg viðkomu.

” Mamma mín var ótrúlega dugleg að baka og kannski aðeins of dugleg, því við komumst aldrei yfir það að borða allar þessar smákökur í kringum jólin.

Guðrún Ýr Eðvaldsdóttir

Skerið smjórið í litla teninga, og með vélina í gangi, skellið einum í einu ofan í skálina, hrærið síðan áfram í nokkrar mínútur.

Samsetning

Setjið kremið í sprautupoka, ef það er mjög mjúkt skellið því inn í frysti í nokkrar mínútur. Sprautið á skeljarnar með hringlaga stút. Annað hvort setjið þið kökurnar svona beint í kæli/frysti, eða takið ykkur smjörhníf og dreifið úr kreminu út að köntum. Kælið kökurnar þangað til þær eru vel kaldar, bræðið þá súkkulaðið yfir vatnsbaði í djúpri skál.

Dýfið krem partinum ofan í súkkulaðið og leggið á smjörpappír. Kökurnar eru svo best geymdar í frysti og teknar út stuttu áður en á að bera þær fram. ■



PRAKT
ÍSLENSKIR SKARTGRIPIR

PRAKT Laugavegur 82 101 Reykjavík www.prakt.is

BAADER

Managing Director for Baader in Iceland

Baader is the global partner on food processing solutions with over 100 years' experience. Baader is a leading supplier of sophisticated machinery within the fishing industry and as such in constant transformation. Baader is an international company focused on quality and increased performance for its customers. Baader is proud of being a family friendly company and a good place to work and where people will get an opportunity to grow their potential. www.baader.com.

We are looking for an experienced Managing Director to oversee business operations and provide strategic leadership. The Managing Director's responsibilities include developing and implementing strategic plans and company policies, maintaining an open dialogue with stakeholders, and driving organizational success.

To be successful as a Managing Director you should be able to manage and advance a business's strategic objectives. Ultimately, an outstanding Managing Director is an exceptional leader, drives a company's strategic vision, and is adept managing what situation the company finds itself in.

The role:

- Developing and executing business strategies to achieve short and long-term goals.
- Reporting to the board, providing market insights and strategic advice.
- Developing and implementing business plans to improve cost-efficiency.
- Maintaining positive and trust-based relations with the company's business partners and the Icelandic seafood industry.
- Overseeing the company's business operations and financial performance.
- The MD is responsible for promoting the company within the Baader global network and creating awareness of the company's capabilities and products.
- Maintain a good working relationship with corporate headquarters and other Baader business units.
- Ensuring company policies and legal guidelines are clearly communicated.
- Assessing, managing, and resolving problematic developments and situations.
- Building and enhancing the company's public profile at events, speaking engagements, etc.

The requirements:

- Degree in business, engineering, marketing, or a related field.
- Master's degree preferred.
- Extensive experience as a managing director or in a similar role.
- Experience in developing and implementing strategic and business plans.
- Excellent communication, negotiation, and presentation skills.
- Strong analytical, critical thinking, and problem-solving skills.
- Able to excel in high-pressure situations.
- Excellent organizational and leadership skills.
- Proficient in Microsoft Office.

The application must be in English, accompanied by a curriculum vitae and a detailed cover letter stating the reason for the application and the reasons for the person's ability to perform in the job.

Application deadline is through December 9th.

Apply for the jobs at www.vinnvinn.is.

Jensína K. Böðvarsdóttir
(jensina@vinnvinn.is) and Hilmar
G. Hjaltason (hilmar@vinnvinn.is)
oversee the recruitment process.

vinnvinn
RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF



vinnvinn



Dagar leita að fræðslustjóra

Ert þú jákvæður, skipulagður og útsjónarsamur einstaklingur sem vill leiða Daga áfram á vegferð okkar í fræðslumálum? Þrífst þú í líflegu vinnuumhverfi þar sem þú berð ábyrgð á innleiðingu, skipulagningu og framkvæmd fjölbreyttra verkefna sem snúa að fræðslumálum?

Dagar leita að fræðslustjóra sem mun hafa það hlutverk að móta fræðslustarf fyrirtækisins og ber ábyrgð á innleiðingu stafrænnar fræðslu hjá Dögum.

Fræðslustjóri Daga starfar á mannauðssviði Daga.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Skipulagning og mótun á fræðslustefnu og fræðsluefni Daga í samstarfi við aðra stjórnendur
- Ábyrgð á að starfsfólk Daga fái viðeigandi fræðslu og þjálfun
- Innleiðing, utanumhald og þróun stafrænnar fræðslu hjá Dögum

Um Daga

Dagar eru framsækið en rótgróið fyrirtæki sem er í fremstu röð í ræstingum og þrífum, fasteignasjón og vinnustaðalausnum fyrir fyrirtæki og stofnanir.

Hjá okkur starfa um 750 manns víðsvegar um landið af ýmsum þjóðernum. Við leggjum mikla áherslu á þjálfun og fræðslu starfsfólks þar sem þjónusta okkar byggir á árangursmiðuðum gæðaferlum. Þar að auki bjóðum við reglulega upp á fjölda námskeiða sem hjálpa starfsfólki okkar í lífi og starfi.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í uppeldis- og kennslufræði, sálfræði, mannauðsstjórnun eða sambærilegri menntun sem nýtist í starfi
- Framsýni og góður skilningur á stafrænni fræðslu og miðlun, kostur er ef umsækjandi hefur unnið með fræðsluforrit (t.d. eloomi)
- Samskiptahæfni og geta til að vinna í teymum

Umsóknarfrestur er til og með 5. desember nk. og sækja skal um á www.dagar.is.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Sigríður Héðinsdóttir, mannauðsstjóri Daga, siggah@dagar.is, eða í síma 580 0623.



Framkvæmdastjóri

Smith & Norland óskar eftir að ráða framkvæmdastjóra.

Leitað er að stjórnanda sem hefur vilja og getu til að stýra traustu, rótgrónu og jafnframt framsæknu fyrirtæki á rafbúnaðarsviði. Smith & Norland starfar á öflugum samkeppnismarkaði en í fyrirtækinu ríkir mikill sóknarhugur og góður starfsandi.

Starfs- og ábyrgðarsvið

- Stjórnun og rekstur
- Eftirfylgni ákvarðana stjórnar
- Stefnumótun
- Áætlanagerð
- Þátttaka í vörustjórnun
- Erlend og innlend viðskiptasambönd
- Mannauðsmál

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun, s.s. rafmagnsverkfræði, rafmagnstæknifræði eða viðskiptafræði
- Þekking og áhugi á tæknimálum og viðskiptum
- Árangursrík stjórnunarreynsla
- Miklir frumkvæðis- og skipulagshæfileikar
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar
- Áhugi og þekking á mannauðsmálum æskileg
- Stefnufesta og leiðtogahæfni
- Framsýni og hugmyndaauðgi
- Traust og trúverðug framkoma
- Góð tölvukunnátta
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Sæmileg kunnátta í þýsku er kostur

SMITH & NORLAND

Smith & Norland flytur inn og selur rafbúnað af margvíslegum toga, *allt frá vöflujárni til virkjunar* eins og slagorðið hljómar. Sögu þess má rekja allt aftur til ársins 1920 er Paul Smith stofnaði innflutnings- og heildsölufyrirtæki sem hann kenndi við sjálfan sig. Nú, hundrað og einu ári síðar, heitir fyrirtækið Smith & Norland hf. og starfar í eigin húsnæði í Nóatúni 4 og Borgartúni 22.

Hjá Smith & Norland starfa nú tæplega 40 manns. Í fyrirtækinu er mikil fag- og viðskiptaþekking.

Vöruval Smith & Norland er margbreytilegt. Má þar til að mynda nefna raflagnaefni, lágspennubúnað, rafstrengr, ljósabúnað, iðnstýringar, heimilistæki, búnað fyrir orkufyrirtæki, lækningatæki, umferðarstjórnubúnað og öryggistæki fyrir flugstöðvar. Fyrirtækið rekur einnig þjónustuverkstæði í Borgartúni 22. Smith & Norland er Siemens-umboðið á Íslandi.

Umsóknarfrestur er til og með 12. desember nk.

Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og með fylgi rökstuðningur fyrir hæfni umsækjanda og áhuga á starfinu.

Fyrirspurnir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál.

Upplýsingar veita:

Katrín S. Óladóttir,
katrin@hagvangur.is

Sverrir Briem,
sverrir@hagvangur.is

Sérfræðingur í launavinnslu

Norðurál leitar að sjálfstæðum, jákvæðum, samviskusömum og nákvæmum einstaklingi til að sinna fjölbreyttum og áhuga-verðum verkefnum í umhverfi þar sem metnaður og fagmennska eru í fyrirrúmi.

Helstu viðfangsefni: Stjórnun launavinnslu, útborgun og skil á gögnum. Skil á launagögnum í bókhald, tölfraeðiuvinnsla og skýrslugjöf til stjórnenda, umsjón með tímaskráningum og skráning í launakerfi. Samskipti við stjórnendur og starfsfólk.

Menntunar- og hæfniskröfur: Háskólamenntun sem nýtist í starfi og a.m.k. fimm ára reynsla af launabókhaldi. Hæfni til að vinna í ferlamiðuðu umhverfi og rík öryggisvitund. Kunnátta á SAP launakerfi er kostur og einnig góð færni í Excel, íslensku og ensku. Þekking á kjarasamningum og lögum um réttindi og skyldur starfsmanna. Frumkvæði, jákvæðni og góðir samskiptahæfileikar.

Umsóknarfrestur er til og með 7. desember næstkomandi.

Nánari upplýsingar og umsóknir á nordural.is og vinnvinn.is.

Norðurál á Grundartanga er eitt stærsta iðnfyrirtæki á Íslandi. Hjá fyrirtækinu starfa um 600 manns með fjölbreytta menntun og bakgrunn. Norðurál er jafn-launavottað fyrirtæki og handhafi gullmerkis PwC.



Hreint ál úr íslenskri orku | nordural.is

Ómótstæðilegt umhverfi og frábær börn Við leitum að leikskólastjóra og leikskólakennara við Reykhólaskóla í Reykhólahreppi

Reykhólahreppur auglýsir stöður leikskólastjóra og leikskólakennara við Reykhólaskóla lausa til umsóknar. Skólinn er samrekinn leik-, grunn- og tónlistarskóli undir einu þaki. Í skólanum eru um 50 nemendur á leik- og grunnskólastigi.

Á Reykhólum er hægt að lifa af launum sínum!
Flutningsstyrkur.



Reykhólar er sveitarfélag með um 230 íbúa og þar af býr um helmingur þeirra í þéttbýlinu á Reykhólum. Á Reykhólum er að finna margvíslega þjónustu. Í boði er flutningsstyrkur.

Staða leikskólakennara í 100% starfshlutfalli, best er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Starfssvið: Starfar samkvæmt lögum og reglugerð um leikskóla, öðrum lögum er við eiga, aðalnámskrá leikskóla og skólastefnu sveitarfélagsins. Nánar um starfssvið leikskólakennara má lesa hér.

Menntunar og hæfniskröfur:

- Kennaramenntun, leyfisbréf og hæfni til kennslu í leikskóla
- Góð íslenskukunnátta
- Áhugi, reynsla og hæfni í starfi með börnum
- Jákvæðni, frumkvæði og góður samstarfsvilji
- Lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, sjálfstæði og sveigjanleiki í vinnubrögðum
- Reglusemi og samviskusemi
- Hefur hreint sakarvottorð

Launakjör eru samkvæmt samningum Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands. Umsóknur skal fylgja greinargott yfirlit um nám og störf (ferilskrá), leyfisbréf til kennslu, kynningarbréf og meðmæli. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Hvetjum fólk af öllum kynjum til að sækja um.

Upplýsingar gefur Ingibjörg Birna Erlingsdóttir sveitarstjóri í síma 430 3200 eða í gegnum netfangið sveitarstjori@reykholar.is

Umsóknarfrestur til 10. desember 2021

Umsóknum skal skilað til sveitarstjóra Reykhólahrepps á netfangið sveitarstjori@reykholar.is

Staða leikskólastjóra í 100% starfshlutfalli, best að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Starfssvið: Leikskólastjóri starfar samkvæmt gildandi lögum og reglugerð um leikskóla, öðrum lögum er við eiga, aðalnámskrá leikskóla og skólastefnu Reykhólahrepps. Nánar um starfssvið leikskólastjóra má lesa hér.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Kennaramenntun, leyfisbréf og hæfni til kennslu í leikskóla
- Framhaldsmenntun á sviði stjórnunar er kostur
- Góð íslenskukunnátta
- Áhugi, reynsla og hæfni í starfi með börnum
- Jákvæðni, frumkvæði og góður samstarfsvilji
- Lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, sjálfstæði og sveigjanleiki í vinnubrögðum
- Reglusemi og samviskusemi
- Hefur hreint sakarvottorð

Leikskólastjóri á leikskóladeild starfar í nánu samstarfi við skólastjóra grunnskóladeilda. Þeir mynda skólastjórn Reykhólaskóla sem er ein og sama stofnunin. Þeim ber því að vinna saman að öllum þeim verkefnum og málum þar sem samstarf þeirra getur leitt til faglegra og árangursríkara skólastarfs þar sem hagsmunir nemenda/barna eru ávallt hafðir í fyrirrúmi. Launakjör eru samkvæmt samningum Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands. Umsóknur skal fylgja greinargott yfirlit um nám og störf (ferilskrá), leyfisbréf til kennslu, kynningarbréf og meðmæli. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Hvetjum fólk af öllum kynjum til að sækja um.

Upplýsingar gefur Ingibjörg Birna Erlingsdóttir sveitarstjóri í síma 430 3200 eða í gegnum netfangið sveitarstjori@reykholar.is

Umsóknarfrestur til 10. desember 2021.

Umsóknum skal skilað til sveitarstjóra Reykhólahrepps á netfangið sveitarstjori@reykholar.is

BAADER

Baader is the global partner on food processing solutions with over 100 years' experience. Baader is a leading supplier of sophisticated machinery within the fishing industry and as such in constant transformation. Baader is an international company focused on quality and increased performance for its customers. Baader is proud of being a family friendly company and a good place to work and where people will get an opportunity to grow their potential. www.baader.com.



The application must be in English, accompanied by a curriculum vitae and a detailed cover letter stating the reason for the application and the reasons for the person's ability to perform in the job.

Application deadline is through December 9th.

Apply for the jobs at www.vinnvinn.is.

Jensína K. Böðvarsdóttir (jensina@vinnvinn.is) and **Hilmar G. Hjaltason** (hilmar@vinnvinn.is) oversee the recruitment process.

Your NEW CAREER starts here

Be the future of food processing innovation

Baader is expanding its operations in Iceland and is looking for people to participate in the growth and development of the company. At Baader, you will have the opportunity to impact the world through the global team, moving the industry forward and doing meaningful work.

Software and Electrical Engineers

We are looking for ambitious software, electrical and automation engineers for various challenges in automation and digitalization for the food processing industry.

The role:

- Experienced, ambitious software engineers for various positions.
- Have significant influence on our strategy by helping define and build the next wave of product features.
- Skilled in back-end and front-end development.
- Being able to apply your depth of knowledge and expertise to all aspects of the software development lifecycle.
- Fields include automation, databases, and vision systems.
- Be motivated by building elegant and maintainable systems that get the job done with minimal complexity.

The requirements:

- BSc or MSc in computer science, mechatronics, electrical engineering or similar.
- Self-motivated, organized, and supportive team player.
- Being passionate around solving business problems through innovation and engineering practices.
- Knowledge of industry-wide technology trends and best practices.
- Excellent verbal and written communication skills.
- Organized, supportive, methodological, and resourceful.
- Solid English skills, written and verbal.
- Ability to travel and work flexible hours across different time zones.

Mechanical Engineers

As a Mechanical Engineer you are responsible for developing and designing machine design concepts and you will play a pivotal role in each machines production.

The role:

- Working in teams on the development of concepts, testing, exploration and verification of concepts and designs.
- Secure the successful implementation of the prescribed function, cleaning requirements, stability, safety, production technologies and cost price.
- To execute the maintenance and mechanical design of machinery, layouts, machine parts and components, to deliver a ready machine in accordance with the Baader standard and requirements.
- You must be able to meet deadline and conduct your work in an organized manner in accordance with the company's standards.
- Be an effective member of the Baader team and be a good team player.

The requirements:

- Experience from machine manufacturing technics, materials, and components.
- Knowledge of the food processing industry requirements – particularly the seafood industry.
- Good understanding of mechanics and what is needed to increase industrial automation.
- Understand the value of what can be done with the existing design, and in terms of standardization and modularization.
- Strong communication skills; cooperate with customers and other stakeholder such as suppliers and colleagues.
- Problem solver who works well under time constraints.
- Bachelor's degree in Mechanical Engineering or Diploma in Mechanical Technology or comparable work/education experience.
- Experience with or knowledge of 3D design tools.
- Ability to travel and work flexible hours across different time zones.

vinnvinn
RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF

vinnvinn

Sérfræðingur í eignastýringu



Lífsverk lífeyrissjóður óskar eftir að ráða sérfræðing í eignastýringu með áherslu á innlent hlutabréfasafn sjóðsins. Í boði er spennandi og krefjandi starf hjá ört vaxandi lífeyrissjóði þar sem viðkomandi fær tækifæri til að móta starf sitt innan eignastýringarteymis sjóðsins.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Ábyrgð á stýringu innlendra hlutabréfa
- Greining hlutabréfamarkaðar og fjárfestingarkosta
- Ákvarðanir um fjárfestingar í samræmi við fjárfestingarstefnu sjóðsins
- Samskipti við verðbréfafyrirtæki og aðila á fjármálamarkaði
- Skýrslugerð og almenn upplýsingagjöf til stjórnenda sjóðsins
- Sækja upplýsinga- og kynningarfundir tengda starfinu
- Önnur tilfallandi verkefni á eignastýringarsviði

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi, s.s. á sviði fjármála, viðskipta, hag-, eða verkfræði
- Prófi í verðbréfavíðskiptum er kostur
- Haldgöð starfsreynsla við eignastýringu eða á fjármálamarkaði
- Greiningarhæfni og hæfni til að setja fram efni og niðurstöður með skipulögðum hætti
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót
- Gott vald á íslensku og ensku

Umsóknarfrestur er til og með **13. desember 2021**. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is og þarf henni að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi sem nýtist í starfi. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

Lífsverk er opinn lífeyrissjóður fyrir háskólamenntaða. Allir sem lokið hafa grunnnámi á háskólastigi geta skráð sig í sjóðinn.

Lífsverk var fyrsti lífeyrissjóðurinn sem byggði á aldurstengdum réttindum, tók upp sjóðfélagalýðræði og rafrænt stjórnarkjör.

Sérstaða Lífsverks er m.a. hár ávinningur réttinda og val um leiðir fyrir skyldu-sparnað.

Sjóðurinn er ört vaxandi og nemur hrein eign um 140 milljörðum króna.

Gildi sjóðsins eru:

Heilindi – jákvæðni – ábyrgð

Nánari upplýsingar um sjóðinn má finna á www.lifsverk.is

Nánari upplýsingar um starfið veita Helga Birna Jónsdóttir (helga@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511 1225.

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir



Skipulagsfulltrúi

Við leitum að einstaklingi til að halda utan um skipulagsmál á Keflavíkurflugvelli.

Um áhugavert og fjölbreytt starf er að ræða í lifandi umhverfi. Mikil uppbyggingaráform eru í flugvallarsamfélaginu og þurfum við öflugan og framsýnan einstakling sem er tilbúinn til að þróa skipulag Keflavíkurflugvallar í takt við þau.

Nánari upplýsingar veitir **Stefán Jónsson** forstöðumaður skipulagsdeildar Keflavíkurflugvallar; stefan.jonsson@isavia.is

Sótt er um störfin á isavia.is undir **Störf í boði**.
Umsóknarfrestur er til og með 12. desember.

Hæfniskröfur

- Menntun og sérhæfing skv. 7. gr. skipulagslaga nr. 123/2010
- Reynsla af starfi tengdu skipulagsmálum er skilyrði
- Þekking og reynsla af stjórnun og áætlanagerð er æskileg
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Metnaður, skipulagshæfni og leiðtogaþæfileikar



Isavia er þjónustufyrirtæki í rekstri flugvallar og flugleiðsögu og leggur grunn að öflugum flugsamgöngum. Hjá félaginu og dótturfélögum þess starfar samhentur hópur sem telur um þúsund manns.



ISAVIA



Verkefnastjóri kynningarmála

Fræðslusetrið Starfsmennt leitar að öflugum starfsmanni til að leiða og vinna að verkefnum á sviði kynningarmála, fullorðinsfræðslu og náms til að efla hæfni opinberra starfsmanna.

Starfsmennt á í samskiptum við marga hagsmunaaðila svo leitað er að einstaklingi sem er flinkur í samskiptum, getur sýnt frumkvæði að úrlausnum verkefna, unnið sjálfstætt en jafnframt verið góður liðsmaður í teymisvinnu.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið

- Kynningarstarf og yfirumsjón með heimasíðu, útgáfu vef-fréttabréfs og samfélagsmiðlum
- Upplýsingagjöf og samskipti við þátttakendur, stofnanir og hagsmunaaðila
- Umsjón með vefkerfi og rafrænni skráningu á námsvef
- Þátttaka í þróun námsframboðs
- Önnur tilfallandi verkefni

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, svo sem á sviði kennslu, ráðgjafar, miðlunar, markaðsfræði og/eða upplýsingatækni
- Starfsreynsla úr svipuðum störfum
- Þekking á fullorðinsfræðslu og íslenskum vinnumarkaði er kostur
- Mjög góð tölvukunnátta, þekking á vefvinnslu og miðlun efnis á rafrænan máta
- Mjög gott vald á íslensku og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Gott vald á ensku, önnur erlend tungumál eru kostur
- Nákvæmni, sjálfstæði, frumkvæði og geta til að fylgja verkefnum eftir
- Mjög góð samstarfs- og samskiptahæfni

Fræðslusetrið Starfsmennt var stofnað árið 2001 og er samstarfsvettvangur fjármála- og efnahagsráðuneytis og flestra aðildarféлага BSRB um starfstengt nám, starfsþróun og ráðgjöf á sviði mannauðsefningar.

Starfsmennt styður færniþróun opinberra starfsmanna svo þeir séu betur í stakk búnir til að takast á við fjölbreytt verkefni og breytingar í starfsumhverfi. Jafnframt aukast möguleikar stofnana á að þróa starfssvið sitt þannig að það samræmist þeim kröfum sem gerðar eru til þeirra á hverjum tíma.

Verkefnastjóri

Fræðslusetrið Starfsmennt leitar að öflugum starfsmanni til að leiða og vinna að fjölbreyttum verkefnum á sviði fullorðinsfræðslu. Verkefnin snúa að náms- og starfsráðgjöf, raunfærnimati, mati á fræðsluþörfum starfsmanna og starfsmannahópa og þróun fræðslu til að efla hæfni opinberra starfsmanna.

Starfsmennt á í samskiptum við marga hagsmunaaðila svo leitað er að einstaklingi sem er flinkur í samskiptum, getur sýnt frumkvæði að úrlausnum verkefna, unnið sjálfstætt en jafnframt verið góður liðsmaður í teymisvinnu.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið

- Upplýsingagjöf og samskipti við þátttakendur, stofnanir og hagsmunaaðila
- Þróun, uttanumhald og umsjón með gæðum og verkefnum á sviði einstaklingsráðgjafar og raunfærnimats þ.m.t. samtöl við ráðþega
- Þátttaka í verkefnum á sviði *Ráðgjafa að láni*
- Þróun, skipulag, umsjón og eftirfylgd náms
- Önnur tilfallandi verkefni

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, svo sem á sviði kennslu og ráðgjafar, gerð er krafa um leyfisbréf náms- og starfsráðgjafa
- Starfsreynsla úr svipuðum störfum
- Þekking á fullorðinsfræðslu og íslenskum vinnumarkaði er kostur
- Almenn tölvukunnátta og þekking á vefvinnslu
- Mjög gott vald á íslensku og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Gott vald á ensku, önnur erlend tungumál eru kostur
- Greiningarhæfni
- Sjálfstæði, frumkvæði og geta til að fylgja verkefnum eftir
- Þjónustulipurð og mikil samstarfs- og samskiptahæfni

Umsóknarfrestur er til og með 13. desember nk.

Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is

Fólk af öllum kynjum er hvatt til að sækja um.



Vilt þú koma með í ævintýri?

Nú leitum við að áhugasömu og metnaðarfullu fólki til að taka þátt í uppbyggingu og mótun nýrra leikskóla, Ævintýraborga, sem staðsettir verða miðsvæðis í Reykjavík. Í Ævintýraborgum verður góð starfsmannaaðstaða, nægt rými er til staðar og vinnuvikan er 36 stundir. Ef þú hefur það sem til þarf öðlast þú mikilvæga reynslu sem fylgir slíku uppbyggingarverkefni á sviði uppeldis og kennslu með ungum börnum.

Umsóknarfrestur er til og með 12. desember 2021
Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is

hagvangur.is



Helstu verkefni og ábyrgð

- Að vinna að uppeldi og menntun leikskólabarna samkvæmt stefnu og skipulagi skólans og Reykjavíkurborgar undir stjórn deildarstjóra

Hvaða fríðindi fylgja starfinu?

- Sundkort í allar sundlaugar Reykjavíkurborgar
- Samgöngustyrkur
- Heilsustyrkur
- Forgangur barna í leikskóla
- Afsláttur af dvalargjaldi
- Menningarkort
- Frír hádegismatur



Deildarstjóri / leikskólakennari / leiðbeinandi í Dalskóla

Ert þú í leit að starfi þar sem lögð er áhersla á sveigjanlega starfshætti, samvinnu í starfi og lífandi, skemmtilegt og skapandi skólastar? Dalskóli, sem er leik-, grunn- og frístundaskóli hjá Reykjavíkurborg, leitar nú að starfskrafti sem býr yfir frumkvæði og sjálfstæði og vill taka þátt í þróun leikskólans. Dalskóli leikskólahluti er starfandi í tveimur húsum þar sem börn frá eins árs til þriggja ára dvelja í öðru húsinu en fjögurra til fimm ára dvelja í hinu. Unnið er eftir hugmyndafræði Reggio Emilia, þar sem barnið er í brennidepli og nær að njóta sín í leik og starfi. Frá Dalskóla er stutt í náttúruna og tækifæri til náms í tengslum við náttúruna fjölmörg.

hagvangur.is

Helstu verkefni og ábyrgð

- Að vinna að uppeldi og menntun leikskólabarna samkvæmt stefnu og skipulagi skólans og Reykjavíkurborgar undir stjórn deildarstjóra

Hvaða fríðindi fylgja starfinu?

- Sundkort í allar sundlaugar Reykjavíkurborgar
- Samgöngustyrkur
- Heilsustyrkur
- Forgangur barna í leikskóla
- Afsláttur af dvalargjaldi
- Menningarkort
- Frír hádegismatur

Umsóknarfrestur er til og með 12. desember 2021
Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is



Fyrirtæki ársins 2021

hagvangur.is



Golfklúbbur Kópavogs og Garðabæjar auglýsir eftir vert.

Golfklúbbur Kópavogs og Garðabæjar, GKG, rekur glæsilega íþróttamiðstöð sem stendur við tvo golfvelli, Leirdalsvöll sem er 18 holu völlum og Mýrina sem er 9 holu völlum. Jafnframt rekur GKG 22 golfherma. Með þeim hætti veitir GKG félagsmönnum sínum heilsársþjónustu.

Í Íþróttamiðstöð GKG er 150 manna salur, 30 manna hliðarsalur auk 50 manna veitingarástöðu á neðri hæð. GKG úthýsir allri veitingasölu og auglýsir nú eftir vert til að sjá um hana.

Peir sem eru áhugasamir, vinsamlegast sendið póst með ferilskrá á agnar@gkg.is fyrir 3. des. 2021




Lyfjaval
Apótek

Okkur vantar lyfjafræðing

Bílaapótek Lyfjavals í Hæðasmára auglýsir eftir lyfjafræðingi til starfa. Viðkomandi þyrfti að geta hafið störf fyrir áramót.

Áhugasamir sendi fyrirspurnir eða umsóknir ásamt ferilskrá á netfangið lyfjaval@lyfjaval.is.

Viltu vera með okkur í spennandi vegferð?

Lyfjaval er nú hluti af Lyfsalanum sem rekur 6 apótek.



intellecta.is

RÁÐNINGAR



intellecta

Markaðsstjóri

Eignarhaldsfélagið Hornsteinn leitir nú að markaðsstjóra sem mun hafa umsjón með öllu markaðsefni fyrirtækisins með stafræna vegferð að leiðarljósi. Um er að ræða uppbyggingu á nýju starfi innan félagsins og mun viðkomandi bera ábyrgð á stefnu, markmiðum og framkvæmd markaðsmála. Hjá fyrirtækinu er lögð mikil áhersla á úrvalshráefni með sjálfbærni, nýsköpun og umhverfismál að leiðarljósi.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Yfirumsjón með markaðssetningu á félaginu og vörumerkjum þess
- Uppbygging og ábyrgð á stafrænni þróun markaðsmála félagsins
- Umsjón með almannatengslum og vefmiðlum/samfélagsmiðlum
- Innri markaðssetning í samstarfi við mannauðsstjóra

Hæfniskröfur

- Menntun og/eða reynsla á sviði markaðsfræða
- Þekking og/eða vilji til að kynna sér til hlítar sérstöðu á markaðssetningu umhverfissvænnar og kolefnisjafnaðrar framleiðslu
- Þekking á vefmiðlum og stafrænni markaðssetningu
- Góð samskiptahæfni, frumkvæði og sköpunargáfa
- Leiðtogaþæfni og mjög góð færni í mannlegum samskiptum
- Góð tjáningarfærni í ræðu og riti á íslensku og ensku



HORNSTEINN

Eignarhaldsfélagið Hornsteinn ehf. á og rekur þrjú dótturfélög sem starfa við öflun hráefna, framleiðslu, sölu og þjónustu á byggingarmarkaði og við mannverkja-gerð á Íslandi. Fyrirtækin eru Björgun ehf., BM Vallá ehf. og Sementsverksmiðjan ehf. Hjá fyrirtækinu er lögð áhersla á úrvalshráefni með sjálfbærni, nýsköpun og umhverfismál að leiðarljósi og starfa nú hjá fyrirtækinu um 200 manns á starfsstöðvum víða um land en skrifstofa Hornsteins ehf. er á Bildshöfða.

Mannauðsstefna Hornsteins lýsir vilja fyrirtækisins til að vera eftirsóttur vinnustaður sem byggir á sterkri sögu ásamt liðsheild með viðamikla reynslu og þekkingu. Stefnunni er ætlað að tryggja starfsmönnum sem best starfsskilyrði og möguleika til að vaxa og dafna. Mikil áhersla er á faglega vinnu þar sem ferlar, árangur og stöðugar úrbætur eru hafðar að leiðarljósi. Jafnréttisstefna Hornsteins er skýr og tryggir að starfsfólk hafi jafna möguleika óháð kyni, þjóðerni, kynþætti, kynhneigð, aldri og fleiri þáttum.

Umsóknarfrestur er til og með 12. desember 2021
Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is



ERUM VIÐ AÐ LEITA AÐ ÞÉR?

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins leitar að öflugum fólki óháð kyni og uppruna til að sinna slökkvistarfi og/eða sjúkraflutningum á höfuðborgarsvæðinu, ásamt ýmsum störfum sem því tengjast.

Við leitum að starfsfólki sem vill láta gott af sér leiða og vill tilheyra öflugum liði fólks sem sinnir bráðastörfum. Um er að ræða vaktavinnu og verða umsækjendur að geta hafið störf í febrúar 2022.

Umsækjendur þurfa að hafa fullgilt sveinspróf eða stúdentspróf, hafa náð 21 árs aldri og búa yfir góðri íslenskukunnáttu. Færni í samskiptum, gott líkamlegt og andlegt ástand og gott siðferði er áskilið.

Ítarlegar upplýsingar um hæfniskröfur og inntökuskilyrði ásamt umsóknarferlinu í heild sinni má finna á vef SHS (www.shs.is)

Umsóknarfrestur er til og með
12. desember 2021.



Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins | www.shs.is

STARF

Vilt þú vinna að sjálfbærum heimi?

Framtíðarsýn okkar er sjálfbær heimur, knúinn endurnýjanlegri orku. Við þurfum rétta samstarfsfólkið, sem hjálpar okkur að láta þennan draum rætast.

Núna leitum við að þér, sem hefur áhuga og þekkingu á sjálfbærni og vilja til að gera heiminn betri, þannig að ekki sé gengið á verðmæti og auðlindir komandi kynslóða.

Starfið er í teymi stefnumótunar og sjálfbærni. Við leiðum stefnumótun fyrirtækisins, höfum sjálfbærni að leiðarljósi og tryggjum innbyrðis samræmi við aðrar innri stefnur. Teymið vinnur þétt saman, en á líka mikið samstarf við annað starfsfólk, vitt og breitt um fyrirtækið.

Í þessu teymi tekur þú þátt í að:

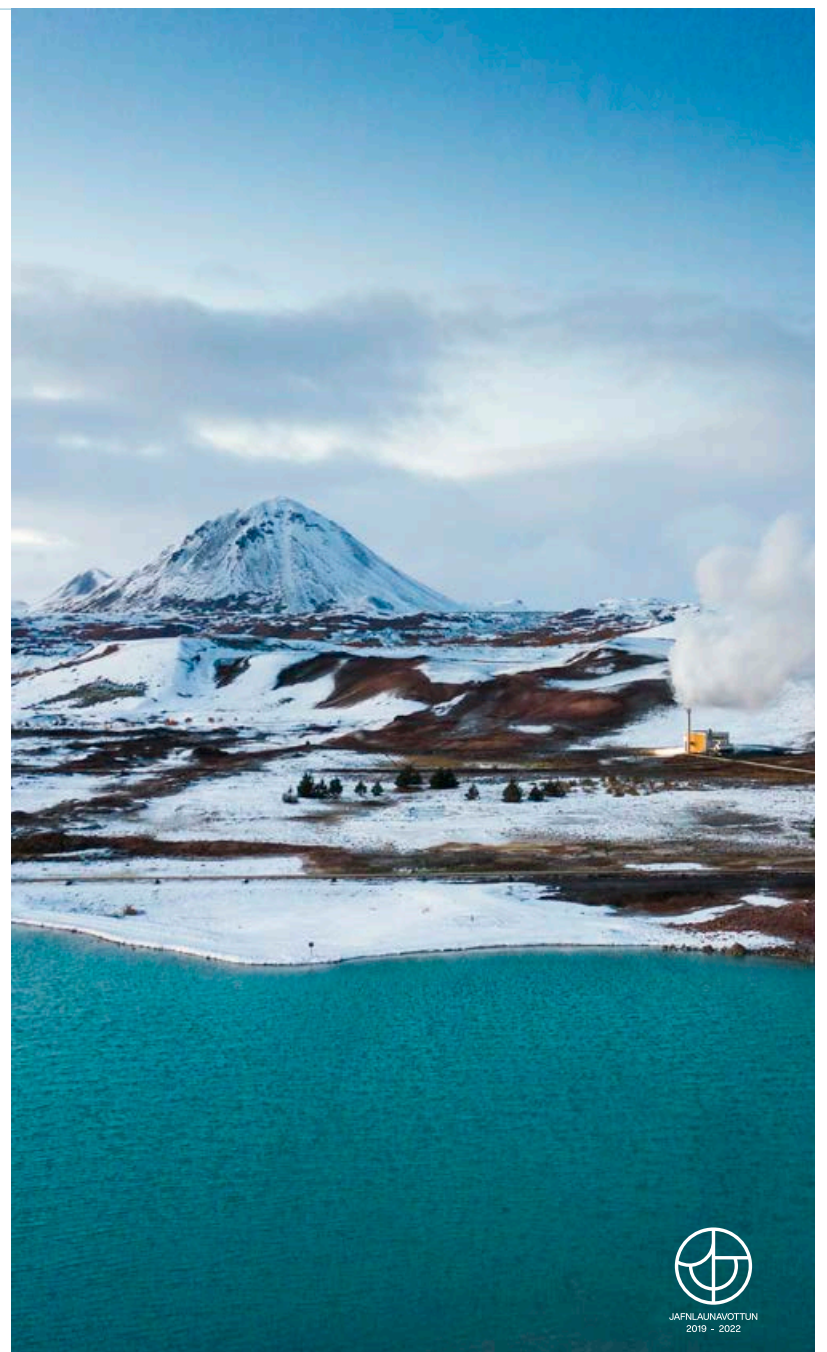
- móta stefnu fyrirtækisins og styðja við innleiðingu hennar og umbótaverkefni
- marka sjálfbærniáherslur og samþætta við stefnu okkar
- móta upplýsingagjöf sem tengist sjálfbærni og samþætta við almenn skilaboð okkar
- vakta breytingar í umhverfi okkar og hafa frumkvæði að viðbrögðum

Hæfni og reynsla:

- háskólamenntun sem nýtist í starfi
- góð samskiptahæfni og vilji til að vinna í teymi
- gott vald á íslensku og ensku, í ræðu og riti
- frumkvæði og skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð

Umsóknarfrestur er til og með 8. desember

Sótt er um starfið hjá Hagvangi
hagvangur.is



Vilt þú vinna í frábæru liði sem þróar vörur og þjónustur á stækkandi dansgólfi á stærsta skemmtistað í heimi?

STÆRST
SKEMM
STAÐ
Í HEI

Vilt þú..

- Vinna með margverðlaunuðu vöruteymi og metnaðarfullum vinnufélögum?
- Hafa áhrif á framtíð og þróun starfrænna vara?
- Taka þátt í að smíða vörur sem hundruðir þúsunda notenda nýta alla daga?
- Þróa tæknikunnáttu þína og vinna í 'scrum/agile' umhverfi í áhugasömu og styðjandi teymi?

Ert þú..

- Liðsmanneskja með framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum, hræðist ekki að gera mistök og tekur þig ekki of alvarlega?
- Með drifkraft, metnað og vinnur markvisst að markmiðum þínum, bæði í einkalífi og í vinnunni?
- Lausnamiðuð manneskja, sérð áskoranir sem tækifæri og hefur ekkert á móti því að spyrja erfiðra spurninga?

PO (Vörustjóri)

Þitt hlutverk er að þróa nýjar og núverandi vörur á einstaklingsmarkaði enn frekar og stuðla að því að fjölga ánægðum viðskiptavinum. Þú vinnur þvert á vöru-, markaðs-, þróunar og stjórnendateymi Nova og stjórnar sambandi við helstu hagsmunaaðila.

Meira á [Alfreð.is](#)

Framendaforritari

Þú munt taka virkan þátt í þróun á veflausnum sem styðja við sölu og þjónustu á vörum á fjarskiptamarkaði, taka þátt í teymisvinnu við úrlausn og skipulagningu verkefna, koma að vöruþróun, samskiptum við hönnuði, kröfuhafa og aðra leikmenn á dansgólfinu.

Meira á [Alfreð.is](#)

Senior Bakendaforritari

Fjölbreytt hlutverk þar sem þú munt taka þátt í þróun og uppbyggingu á sölu-, áskrifta- og viðskiptamannakerfum Nova, vinna að samþættingu kerfa og sinna skipulagi verkefna í samstarfi við kröfuhafa, vörustjóra og aðra sem koma að vöruþróun.

Meira á [Alfreð.is](#)

Gagnaforritari (e. Data Engineer)

Hlutverkið snýr að hönnun og útfærslu gagnainnvíða Nova, ásamt því að dansa þétt með hagsmunaaðilum og öðrum sérfræðingum til að tryggja að afurðir gagnainnvíðana séu gagnlegar og tímabærar.

Meira á [Alfreð.is](#)

App forritari

Sem app forritari munt þú sjá um þróun og viðhald á Nova appinu. Þú munt taka þátt í teymisvinnu við úrlausn og skipulagningu verkefna, koma að vöruþróun, samskiptum við hönnuði, kröfuhafa og aðra leikmenn á dansgólfinu.

Meira á [Alfreð.is](#)

Sérfræðingur í kerfisþróun (DevOps)

Í þessu fjölbreytta starfi munt þú m.a. vinna að því að einfalda og bæta umhverfi og verkferla til hugbúnaðargerðar hjá Nova, vinna að útgáfuferlum, sjálfvirkum prófunum og sinna effirliti á hugbúnaði í rekstri.

Meira á [Alfreð.is](#)

Nova er skemmtilegur og sveigjanlegur vinnustaður þar sem mikið er lagt upp úr góðum starfsanda og sjálfstæðum vinnubrögðum. Við leggjum gríðarlega áherslu á sterka liðshéild! Svo ef þú ert hress og lífsglöð manneskja sem vilt umgangast glás af lífsglöðu hæfileikafólki, vaxa og dafna í spennandi umhverfi, vinna fjölbreytt starf og hafa nóg að gera, þá viljum við endilega fá þig í hópinn!

INNOVA

Staða sérnámslæknis í heimilislækningum

Við auglýsum eftir áhugasömum lækni í námsstöðu heimilislæknis við Heilsugæsluna Lágmúla 4. Viðkomandi þarf að geta hafið störf í byrjun janúar 2022.

Við stöðina starfa 7 sérfræðingar í heimilislækningum auk sérnámsgrunnslæknis. Stöðin mun flytja í nýtt húsnæði með mjög góðri aðstöðu í byrjun ársins.

Fyrirspurnir og umsóknir berist til Heilsugæslunnar Lágmúla stílað á Odd Steinarsson, framkvæmdastjóra.



Lausar stöður í Langholtsskóla á vorönn 2022

- Kennari í 1. bekk. 100%
- Stuðningsfulltrúi í sérdeild fyrir nemendur með einhverfu. 80%

Nánari upplýsingar á vef Reykjavíkurborgar: <http://reykjavik.is/laus-storf> og hjá Hreiðari Sigtryggssyni skólastjóra í síma 411 6600 og á hreidar.sigtryggsson@rvskolar.is.



VERKFRÆÐINGAR/ TÆKNIFRÆÐINGAR

Hnit verkfræðistofa leitar að verkfræðingum og/eða tæknifræðingum í samhentan hóp sérfræðinga með ýmis úrlausnarefni. Starfssviðin eru fjölbreytt, s.s. veg- og gatnahönnun, hönnun veitna, burðarþols- og lagnahönnun ásamt framkvæmdaefirliti.

Starfsreynsla er kostur, en ekki skilyrði.

Hnit verkfræðistofa hf. var stofnuð árið 1970 og í dag starfa um 40 manns hjá fyrirtækinu. Við vinnum að fjölmörgum verkefnum, s.s. hönnun Borgarlínu í samstarfi við erlenda samstarfsaðila, ýmsa hönnun á sviði samgöngutækni og mörg spennandi verkefni við hönnun mannvirkja. Einnig eru mörg krefjandi verkefni við umsjón og eftirlit framkvæmda.

Þú finnur okkur á Facebook!

Hvort sem þú ert nýútskrifaður eða reynslubolti skaltu ekki hika við að hafa samband. Þú getur hringt í Þór Gunnarsson í síma 693 7402 eða sent fyrirspurn eða umsókn beint á starf@hnit.is. Fullur trúnaður ríkir um allar fyrirspurnir og umsóknir.

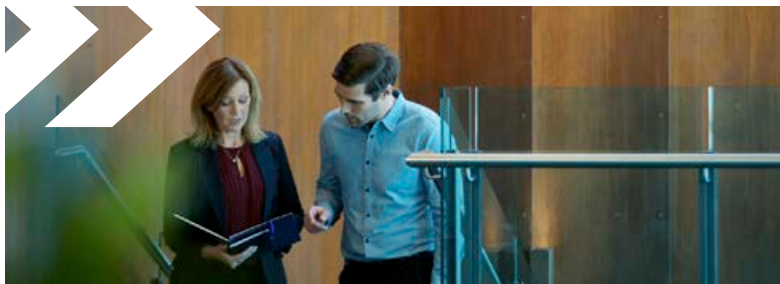


Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • www.radum.is • radum@radum.is



samskip

Viðskiptastjóri í útflutningsdeild

Við leitum að metnaðarfullum og hugmyndaríkum viðskiptastjóra í útflutningsdeild. Viðkomandi þarf að hafa afburða samskiptahæfni, jákvætt viðmót og brennandi áhuga á íslenskum sjávarútvegi.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Tengiliður og viðskiptastjóri fyrirtækja í útflutningsviðskiptum
- Þjónusta og ráðgjöf til viðskiptavina
- Kynning á þjónustulausnum Samskipa
- Tilboðs- og samningagerð
- Samskipti við erlenda samstarfsaðila
- Þátttaka í markaðs- og söluáætlunum

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Marktæk reynsla og þekking á sambærilegu starfi
- Skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð
- Gott vald á ensku og íslensku í ræðu og riti
- Afburða samskiptahæfni og jákvætt viðmót
- Kappsemi og metnaður til að ná árangri
- Brennandi áhugi á íslenskum sjávarútvegi og útflutningi

Umsóknarfrestur til og með 5. desember nk. Nánari upplýsingar um starfið veitir Gunnar Kvaran, framkvæmdastjóri útflutningssviðs, í gunnar.kvaran@samskip.com.

Verkefnastjóri í stafrænni þróun og CSR

Ert þú verkefnastjóri sem brennur fyrir stafrænni þróun þjónustu og samfélagslegri ábyrgð?

Við leitum að metnaðarfullum og hugmyndaríkum verkefnastjóra í markaðs- og samskiptadeild til þess að leiða spennandi verkefni þvert á fyrirtækið. Markaðs- og samskiptadeild ber ábyrgð á markaðsstarfi, innri og ytri samskiptum, samfélagslegri ábyrgð og stafrænni þróun þjónustu félagsins. Verkefnastjóri vinnur að fjölbreyttum verkefnum bæði er varða samfélagslega ábyrgð, framþróun á þjónustuvef og vef félagsins ásamt öðrum tilfallandi verkefnum.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Leiðir stafræn þróunarverkefni
- Leiðir verkefni sem snúa að samfélagslegri ábyrgð félagsins
- Þátttaka í innri og ytri markaðssetningu fyrirtækisins
- Leiðir verkefni þvert á fyrirtækið

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af verkefnastjórnun
- Þekking og áhugi á umhverfismálum og þróunarverkefnum
- Reynsla af vefþróun og verkefnastjórnun stafrænna verkefna
- Þekking á notendaviðmóti og virkni stafræns umhverfis
- Framúrskarandi íslensku- og enskukunnátta

Umsóknarfrestur til og með 5. desember nk. Nánari upplýsingar um starfið veitir Þórunn Inga Ingjaldsdóttir, forstöðumaður markaðs- og samskiptasviðs, í thorunn.inga.ingjaldsdottir@samskip.com eða í síma 858 8150.

Viðskiptastjóri í stórflutningsdeild

Samskip óska eftir að ráða viðskiptastjóra í stórflutningsdeild. Stórflutningsdeild sér um umboðsþjónustu fyrir skip sem koma til Íslands. Viðskiptastjóri sér um samskipti og þjónustu við viðskiptavini Samskipa í umboðsþjónustu með áherslu á skemmtiferðaskip.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Þjónusta við skemmtiferðaskip og önnur umboðsskip hjá Samskipum
- Uppgjör vegna skipa og eftirfylgni með þeim
- Tilboðs- og samningagerð
- Samskipti við erlendar útgerðir, þ.m.t. útgerðir skemmtiferðaskipa
- Samskipti við hafnir og yfirvöld

Menntunar- og hæfnikröfur

- Menntun á háskólastigi æskileg
- Haldgóð reynsla af sölumennsku og/eða þjónustustarfi
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti
- Talnagleggni og góð tölvukunnátta
- Afburða samskiptahæfileikar og jákvætt viðmót
- Metnaður, seigla og framsýni til að ná árangri í starfi
- Frumkvæði, áreiðanleiki og sjálfstæði í verki
- Lausnamiðuð hugsun og sjálfstæði í vinnubrögðum

Umsóknarfrestur er til og með 29. nóvember nk. Nánari upplýsingar um starfið veitir rekstrarstjóri skiparekstrar, Blængur Blængsson, í blaengur.blaengsson@samskip.com

Við hvetjum einstaklinga af öllum kynjum til þess að sækja um.

Við hjá Samskipum einsetjum okkur að vera jákvæð, sveigjanleg og eiga góð samskipti, hvort sem er gagnvart viðskiptavinum, samstarfsfólki, birgjum eða öðrum hagaðilum. Stefna okkar er að vera ávallt í fararbroddi á sviði umhverfismála. Í starfi okkar leggjum við áherslu á að rækta okkar samfélagslega ábyrgð í öllum okkar starfsháttum. Við kappkostum að fylgjast vel með þróun og nýjungum og setjum okkur skýr markmið.



Sunnulækjarskóli

Við Sunnulækjarskóla á Selfossi eru eftirtaldar stöður lausar til umsóknar

- Kennari á elsta stigi 100% staða
- Kennari til að sinna forföllum 60-100% staða

Í Sunnulækjarskóla eru um 700 nemendur og þar er lögð áhersla á fjölbreytta kennsluhætti, einstakling-smiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólastarfinu koma.

Í Sveitarfélaginu Árborg búa rúmlega 10 þúsund manns og lögð er áhersla á öflugt skóla- og frístundastarf og góða velferðarþjónustu. Skólar og aðrar deildir fjölskyldusviðs vinna að því að styrkja heildstæða nærþjónustu við börn, foreldra og skóla. Áhersla er lögð á snemmtækan stuðning, góð tengsl skóla og skólastiga og skólaþróunarverkefni sem unnin eru í anda lærdómssamfélagsins.

Umsóknarfrestur er til 6. desember 2021.

Nánari upplýsingar um störfín eru á ráðningarvef sveitarfélagsins starf.arborg.is og hjá skólastjóra í síma 480-5400 og netfang birgir@sunnulækjarskoli.is.

Sækja þarf um stöðurnar á vef sveitarfélagsins, starf.arborg.is.

Skólastjóri



Vélastjóri

Vinnlustöðin hf. óskar eftir að ráða yfirvélastjóra á Brynjólf VE 3 (1752)

Brynjólfur VE3 er 39,8 metra langur ísfisktogari sem gerður er út frá Vestmannaeyjum. Vélastærð skipsins er 728 kW.

Umsóknarfrestur er til 10. desember nk. Í umsóknum þurfa að koma fram ítarlegar upplýsingar um menntun, reynslu og fyrri störf.

Nánari upplýsingar veitir Guðni Ingvar Guðnason í síma 893-9741 og umsóknir skulu sendar með tölvupósti á netfangið guдни@vsv.is.



Vinnlustöðin hf.
Hafnargötu 2, 900 Vestmannaeyjar
Sími 488 8000 • vsv@vsv.is • www.vsv.is



Rangárvalla og Vestur-Skaftafellssýslu

Náms- og starfsráðgjafi hjá Skólaþjónustu Rangárvalla- og Vestur-Skaftafellssýslu

Laus er til umsóknar 100% staða náms- og starfsráðgjafa frá 1. janúar nk. eða eftir samkomulagi

Á svæði skólaþjónustunnar eru u.þ.b. 550 nemendur í fimm grunnskólum. Upplýsingar um skólana er að finna gegnum heimasíðu skólaþjónustunnar: www.vefur.skolamal.is

Starfssvið náms- og starfsráðgjafa, m.a.

- Náms- og starfsfræðsla í elstu bekkjum grunnskóla.
- Fræðsla í bekkjum um námstækni, skipulag og markmiðssetningu.
- Fyrirlögn og úrvinnsla áhugasviðskannana.
- Stuðningur og ráðgjöf um líðan og námsframvindu einstakra nemenda.
- Ráðgjöf um markmið, námstækni og námsval til einstakra nemenda.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Réttindi til að nota starfsheitið náms- og starfsráðgjafi á Íslandi.
- Samskipta- og skipulagshæfni.
- Stundvísi, sjálfstæði og öguð vinnubrögð.
- Kennslureynsla í grunnskóla æskileg.
- Góð færni í íslensku máli, jafnt ræðu sem riti.

Laun og starfskjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningi Kennarasambands Íslands og Sambands íslenskra sveitarfélaga.

Áhugasamir eru hvattir til að skoða heimasíðu sem er í smíðum www.vefur.skolamal.is eða hafa sambandi við Þórunni Jónu Hauksdóttur, forstöðumann (s. 488-4231).

Umsóknarfrestur er til og með 13. desember 2021.

Umsóknum skal fylgja ferilskrá um menntun og fyrri störf ásamt rökstuðningi fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Umsóknir eiga að berast forstöðumanni á netfangið thorunnjona@skolamal.is.



Hver er góður greinandi? Ert þú góður greinandi?



Sérfræðingur í greiningum

Við leitum að áhugasömum einstaklingi til að vinna við greiningar gagna ásamt hönnun og rekstri á mælaborðum fyrir starfsfólk fyrirtækisins. Viðkomandi aðili þarf að hafa reynslu af úrvinnslu gagna á tæknilegum grundvelli auk þess að hafa reynslu af ákvarðanatöku byggða á gögnum.

Hæfni og reynsla

- Háskólapróf í tölvunarfræði, stærðfræði, verkfræði eða skyldum raungreinum er æskilegt
- Yfirgripsmikil reynsla af fyrirsprungarmálum; SQL, MDX og DAX
- Reynsla í PowerBI umhverfinu og notkun á SSAS líkönum
- Þekking á Jupyter Notebook, Azure skýjaumhverfi og hugtökum tengdum vörðum
- Þekking á tölfræðilegu forritunarumhverfi, eins og Python, R
- Áhugi og/eða reynsla af UX hönnun
- Góður skilningur á tölfræði, hæfni til að túlka gögn af öryggi og tillögum/niðurstöðum

Helstu verkefni og ábyrgð

- Framkvæmd meginlegra greininga, framsetning gagna og gagnavinnsla
- Hönnun á skýrslum og mælaborði samkvæmt skilgreindum mælikvörðum félagsins (KPI's and metrics)
- Þátttaka í þróun gagnalíkana

Persónulegir eiginleikar

- Hæfni í samskiptum auk hæfni til að vinna í teymi
- Góð alögunarhæfni og skapandi hugsun
- Mjög góð færni í ensku

Umsóknarfrestur er til og með 8. desember næstkomandi.

Aðeins er tekið við umsóknum í gegnum siminn.is/storf.

Fyrirsprungnum skal beint á netfangið mannaudur@siminn.is.

Í anda jafnréttisstefnu Símans hvetjum við alla til að sækja um; óháð kyni.



Lögfræðingur

Dómstólasýslan leitar að öflugum og áhugasömum lögfræðingi til að starfa að fjölbreyttum og krefjandi verkefnum.

Helstu verkefni og ábyrgð

Starfið er fjölbreytt og felur m.a. í sér að leysa úr lögfræðilegum álitaefnum á verkswiði dómstólasýslunnar, svara erindum svo sem frá dómsmálaráðuneytinu, öðrum stjórnvöldum, Alþingi og almenningi, veita umsagnir um lagafrumvörp, undirbúa setningu reglna og annast eftirlit með framkvæmd reglna sem dómstólasýslan hefur sett svo og þjónusta nefndir sem aðsetur hafa hjá henni.

Menntunar og hæfnikröfur

- » Fullnaðarnám í lögfræði með embættis- eða meistaraþrófi
- » Haldgóð reynsla af störfum á sviði lögfræði og þekking á stjórnsýslurétti
- » Reynsla af störfum í stjórnsýslu og reynsla og þekking af starfsemi dómstóla er æskileg
- » Góð tölvu- og tæknifærni
- » Mjög gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- » Mjög góð færni til að tjá sig í ræðu og riti á ensku. Gott vald á einu Norðurlandamáli er æskilegt
- » Frumkvæði, drifkraftur og jákvæðni
- » Sjálfstæði, skilvirkni og nákvæmni í vinnubrögðum
- » Mjög góð samvinnu- og samskiptahæfni

Um dómstólasýsluna

Dómstólasýslan annast og er í fyrirsvari fyrir sameiginlega stjórnsýslu dómstólanna allra með það að markmiði að efla og styrkja sameiginlega stjórnsýslu þeirra og um leið stuðla að samræmingu í framkvæmd er varðar innri starfsemi allra dómstíganna þriggja. Dómstólasýslan gerir tillögur um hvað eina sem getur orðið til úrbóta í störfum dómstóla og löggjöf sem um þá gilda. Framundan eru krefjandi verkefni við að leiða dómstólana áfram inn í nýja tíma stafrænnar umbreytingar og rafræns réttarfars. Endurupptökudómur, nefnd um dómastörf og dómnefnd um mat á hæfni umsækjenda um embætti dómara hafa aðsetur hjá dómstólasýslunni og njóta þjónustu hennar.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Kristín Haraldsdóttir framkvæmdastjóri í síma 432-5010. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir. Umsókn skal fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er fyrir ástæðu umsóknar og hæfni til að gegna starfinu.

Athygli er vakin á því að umsóknir munu gilda í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Um fullt starf er að ræða. Laun greiddast samkvæmt kjarasamningi Stéttarfélags lögfræðinga við fjármálaráðherra f.h. ríkissjóðs.

Sótt er um starfið á alfred.is
Umsóknarfrestur er til og með
12. desember nk.

Tækjavörðastöður Borgarholtsskóli

Eftirfarandi stöður eru lausar við Borgarholtsskóla frá 1. janúar 2022.

Laust er til umsóknar 100% starf tækjavörðar iðngreina við Borgarholtsskóla.

Í starfi tækjavörðar iðngreina felst fyrst og fremst að þjónusta kennslu í mál- og bíliðngreinum ásamt því að vera hluti af stoðteymi skólans sem heyrir undir rekstrarstjóra fasteigna.

Menntunar- og hæfnikröfur.

Leitað er eftir einstaklingi sem:

- hefur iðnmenntun, sérstaklega á sviði málmiðngreina og/eða bíliðngreina eða sem hefur ríka reynslu af að vinna á þessu sviði
- hefur ríka þjónustulund og getur starfað sjálfstætt.
- getur séð um birgðastöðu tengda kennslunni
- getur séð um minniháttar viðhald á kennslutækjum og fasteignum skólans.

Laust er til umsóknar 55% starf tækjavörðar listnáms við Borgarholtsskóla.

Tækjavörði í listnámi er ætlað að mynda hlekk í öflugu teymi tækjavörðar undir stjórn rekstrarstjóra fasteigna við að þjónusta skólustarfið almennt en þó sérstaklega nemendur og kennara listnámsbrautar. Tækjavörður ber ábyrgð á öllu sem viðkemur skráningu, flokkun, merkingum, útlánnum og innköllun tækja og sér um að uppfæra tækjalista listnámssviðs.

Tækjavörður þarf að hafa áhuga og þekkingu á margmiðlunar-, ljósmynda- og kvikmyndabúnaði og geta miðlað þekkingu sinni til notenda. Æskilegt er að hann geti gert við einfaldar bilanir og nauðsynlegt að hann sé nákvæmur og samviskusamur í skráningu útlána.

Tækjavörður iðngreina heyrir beint undir rekstrarstjóra fasteigna og tækjavörður listnáms undir rekstrarstjóra fasteigna og sviðsstjóra listnáms. Kjör eru skv. kjarasamningi ríkisins við Sameyki. Öll kyn eru hvött til að sækja um.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Ásta Laufey Aðalsteinsdóttir, skólameistari Borgarholtsskóla, asta.adalsteinsdottir@borgo.is.

Umsókn ásamt fylgigögnum sendist í tölvupósti til skólameistara fyrir **6. desember 2021**.

Borgarholtsskóli er fjölbreyttur, framsækinn og skapandi skóli sem leggur áherslu á að allir fái nám við sitt hæfi. Bodið er upp á margar námsleiðir. Í bóknaði, listnámi, iðnnámi og starfnámi. Einkunnarorð Borgarholtsskóla eru: agi, virðing, væntingar.



Borgarholtsskóli

www.bhs.is

domstolasyslan.is

DÓMSTÓLASÝSLAN

RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR



Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavinum til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

intellecta



Stýrðu ferðalaginu

með okkur



icelandair.is

Icelandair leitar að leiðtogum til að slást í för með reynslumiklu og öfluggu starfsfólki félagsins. Með sjálfbærni að leiðarljósi ætlum við okkur að ná árangri til framtíðar með enn ríkari áherslu á jákvæða upplifun viðskiptavina og stafræna umbreytingu. Við horfum til fólks sem leggur áherslu á að skapa sterka liðsheild og hefur ástríðu fyrir því að gera ferðalag viðskiptavina okkar ánægjulegt og áreynslulaust.

Framkvæmdastjóri þjónustu og markaðsmála Chief Customer Officer

- Svið þjónustu og markaðsmála vinnur að stöðugum umbótum á upplifun viðskiptavina og styrkir markvisst jákvæða ásýnd og ímynd Icelandair. Framkvæmdastjóri sviðsins skal hafa víðtæka reynslu af stefnumótun í þjónustu og markaðsmálum, vörubrúun, stafrænum umbótum, og þarf einnig að búa yfir yfirburða leiðtogahæfni.

Framkvæmdastjóri stafrænnar þróunar Chief Digital Officer

- Stafræn þróun styður við allar einingar félagsins í þeirri vegferð að stuðla að einföldu og ánægjulegu ferðalagi fyrir viðskiptavini Icelandair. Sviðið hagnýtir stafræna tækni til þess að leggja grunninn að bættri nýtingu gagna við ákvarðanatöku innan félagsins. Framkvæmdastjóri sviðsins skal hafa reynslu af stafrænni umbreytingu í alþjóðlegu og síbreytilegu umhverfi, og þarf að búa yfir framúrskarandi leiðtogahæfni.



JAFNLAUNAVOTTUN

Nánari upplýsingar veitir
Sverrir Briem, sverrir@hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 7. desember.
Sótt er um störfín á hagvangur.is

Icelandair er eitt stærsta fyrirtæki landsins og fjölbreyttur vinnustaður í alþjóðlegum rekstri. Hjartað í starfsemi félagsins er alþjóðlegt leiðakerfi sem nýtir einstaka staðsetningu Íslands milli Evrópu og Norður Ameríku fyrir hagkvæmar tengingar til, frá, um og innan Íslands. Áfangastaðir félagsins eru rúmlega fjórutíu talsins og hjá félaginu starfa um 2.500 manns.

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Hofsstaðaskóli

- Stuðningsfulltrúi

Sjálandsskóli

- Umsjónarkennari á yngsta stig
- Stuðningsfulltrúi
- Proskapjálfi

Urriðaholtsskóli

- Leikskólakennari
- Leiðbeinandi
- Sérkennari

Leikskólinn Akrar

- Deildarstjóri
- Leikskólakennari

Leikskólinn Bæjarból

- Aðstoðarleikskólastjóri

Leikskólinn Holtakot

- Deildarstjóri
- Leikskólakennari

Leikskólinn Kirkjuból

- Deildarstjóri
- Leikskólakennari

Leikskólinn Krakkakot

- Deildarstjóri
- Leikskólakennari
- Leiðbeinandi

Leikskólinn Mánahvoll

- Leikskólakennari
- Leiðbeinandi

Heimilið Krókamýri

- Starfsmaður

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á ráðningarverf Garðabæjar <https://starf.gardabaer.is>



Waldorfskólinn Sólstafir í Reykjavík

Vegna forfalla óskar skólinn að ráða kennara í 100% stöðu á yngra stigi skólans á vorönn 2022.

Waldorfskólinn er sjálfstætt rekinn grunnskóli sem starfar eftir aðferðafræði þar sem skapandi og heildræn nálgun á nám og kennslu er höfð að leiðarljósi. Við leitum eftir metnaðarfullum kennara sem hefur áhuga á að starfa í framsæknu skólaumhverfi.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf 3. janúar n.k.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Leyfi til að nota starfsheitið grunnskólakennari.
- Faglegur metnaður og sjálfstæð vinnubrögð.
- Hæfni í mannlegum samskiptum.
- Reynsla og áhugi á að starfa með börnum.

Eftirfarandi stöður eru enn fremur lausar til umsóknar við skólann:

**Staða fristundaleiðbeinanda 40% -50% staða
Staða stuðningsfulltrúa við skólann 50%-60% staða**

Menntunar og hæfniskröfur:

- Reynsla og áhugi á starfi með börnum.
- Polinmæði og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Vera skipulagður, geta sýnt sjálfstæði og frumkvæði.
- Stundvísi og áreiðanleiki skilyrði.
- Framhaldsskólamenntun eða önnur menntun sem nýtist í starfi æskileg.

Vinnutími getur hentað fólki sem er í námi.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf 3. janúar n.k.

Störf þessi eru jafnt í boði fyrir konur og karla.

Umsóknarfrestur er til 12. desember n.k.

Nánari upplýsingar um störfín eru veittar í síma 5771110 og á solstafir@waldorf.is

Upplýsingar um skólastarfið er að finna á heimasíðu skólans www.waldorf.is

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

intellecta.is

RÁÐNINGAR



intellecta



HAGVANGUR

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í 50 ár



Viltu vaxa með okkur?

LYFJAFRAMLEIÐSLUTÆKNAR

Starfsþjálfun í sérhæfð störf í framleiðslu

Alvotech býður upp á launaða starfsþjálfun lyfjaframleiðslutækna. Að þjálfun lokinni mun þeim sem uppfylla kröfur bjóðast framtíðarstarf í lyfjaframleiðslu innan fyrirtækisins.

Starfsþjálfunin er tilvalið tækifæri fyrir þau sem vilja skapa sér framtíð í líftækni-geiranum. Þjálfunin er hugsuð með þau í huga sem t.d. hafa ekki lokið háskólanámi eða viðbótarnámi, starfa í framleiðslufyrirtækjum eða í heilbrigðisgeiranum, eða eru starfandi á rannsóknarstofu og hafa áhuga á að skipta um starfsvettvang.

Starfsþjálfun lyfjaframleiðslutækna er sex mánuðir að lengd og er unnin í vaktavinnu rétt eins og störfin sem bjóðast að henni lokinni.

Umsóknarfrestur er til 6. desember 2021. Gert er ráð fyrir 10 starfsþjálfunarstöðum. Áhugasöm eru hvött til að sækja um á alvotech.com.

Í ÞJÁLFUNINI FELST:

- Verklegr þjálfun í helstu verkþáttum framleiðslu, eins og að keyra frumurækt í tönkum, próteinhreinsun með súlskiljun og síunarkerfum og í notkun rannsóknartækja.
- Skoðun á lyfjum í áfylltum lyfjaformum.
- Þjálfun í að vinna í hreinrymum.
- Gæða- og gæðaeftirlitsþjálfun, GMP (Good Manufacturing Practices).
- Kynning á almennu verklagi á rannsóknarstofum og við lyfjaframleiðslu.
- Þjálfun í skráningu og meðferð gagna.

HÆFNISKRÖFUR:

- Jákvæðni ásamt vilja og getu til að læra nýja hluti.
- Stúdentspróf, iðnpróf eða önnur menntun, s.s. sjúkraliði eða lyfjatæknir, er æskileg en ekki nauðsynleg.
- Reynsla af starfi á rannsóknarstofu eða starfi í mjög reglumiðuðu umhverfi er kostur.
- Nákvæmni og samviskusemi er æskilegur eiginleiki.
- Þekking á góðum framleiðsluháttum (GMP), skjala-reglum og hæfni til að fylgja skriflegum vinnuleiðbeiningum er kostur.
- Enskukunnátta er mikilvæg.
- Íslenskukunnátta er ekki skilyrði.

Við höfum byggt upp fjölbjóðlegt fyrirtæki með höfuðstöðvar í hjarta Reykjavíkur, með 700 starfsmenn frá yfir 60 þjóðlöndum, þar sem áhersla er lögð á jafnrétti og fjölbreytileika. Við þrífumst á fjölbreyttri fyrirtækjamenningu, fögnum sérstöðu og leggjum metnað okkar í þátttöku allra og jafnrétti. Við erum stöðugt að bæta við nýjum störfum og hvetjum áhugasama til að fylgjast vel með á vef Alvotech.

BIOSIMILARS MANUFACTURING TECHNICIANS – Training program

Alvotech has designed a training program for those who are interested in a career in the biotech industry. This is a six-month paid training program starting in January 2022. Ten individuals will be admitted at a time and those who meet the training requirements will be offered a permanent position in Alvotech's drug manufacturing division. These positions are shift work positions and the training program also takes place in shifts.

This is an ideal opportunity for individuals who want to create a future in the biotechnology sector, for example those that have not completed a university degree or any other formal education, and individuals that currently work in manufacturing, service, the healthcare sector or laboratories.

The training program consists primarily of GMP awareness training, practical hands-on training and education. Individuals will acquire skills and competencies in all the basic aspects of working in the field of manufacturing of biosimilar medicine in Iceland.

THE TRAINING PROGRAM CONSISTS OF THE FOLLOWING:

- Getting a theoretical introduction to Drug substance Operations and Manual Visual inspection.
- Practical introduction to bioreactors, chromatography systems, filtration equipment and in-process lab instruments.
- Fundamentals of Visual inspections and their application to injectable products
- Clean room training.
- Good documentation practices, Compliance and Data Integrity.
- Good manufacturing training (GMP).

QUALIFICATIONS:

- We are looking for positive individuals with a desire to learn new things.
- No formal education is required, although vocational training or other education or training is desirable.
- Experience of laboratory work or work in a highly standardized environment is an advantage.
- Accuracy and attentiveness are desirable qualities.
- Knowledge of good manufacturing practice (GMP), documentation principles and the ability to follow written work instructions is an advantage.
- Good English language skills are necessary.
- Icelandic is not a requirement.

These are full-time training positions with the training being conducted in groups on shifts. If this sounds interesting to you, please submit your application no later than December 6th, 2021 on Alvotech.com





Sérfræðingur í rannsóknateymi

Sérfræðingur óskast í fullt starf hjá rannsókn- og nýsköpunarsviði Rannís. Starfið felur í sér umsjón með tveimur fagráðum Rannsóknasjóðs; fagráði raunvísinda og stærðfræði og fagráði verkfræði og tæknivísinda, umsjón með Loftslagsjóði og öðrum innlendum sjóðum og alþjóðlegum verkefnum á þessum fagsviðum með sérstakri áherslu á umhverfismál.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Meistarapróf á sviði verkfræði eða raunvísinda er áskilið en doktorspróf er kostur
- Reynsla af rannsóknum ásamt þekkingu á rannsóknnaumhverfi er skilyrði
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku bæði tal- og ritmáli
- Góð kunnátta í Norðurlandamáli er kostur
- Mjög góð færni í töflureikni er skilyrði ásamt færni í helstu Office forritum eða sambærilegu
- Mjög góð hæfni í greiningu og lausn vandamála er skilyrði
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð ásamt góðri samskiptafærni áskilin
- Metnaður til að ná árangri í starfi með því að sýna vönduð vinnubrögð, frumkvæði og veita góða þjónustu

Upplýsingar um starfið veitir Ágúst Hjörtur Ingþórsson, sviðsstjóri rannsókn- og nýsköpunarsviðs, í síma 515 5830 eða netfanginu agust.h.ingthorsson@rannis.is.

Umsóknarfrestur er til kl. 16:00, þriðjudaginn 30. nóvember 2021.

Sækja skal um á vefsíðu Rannís, www.rannis.is/starfsemi/laus-storf/.

Umsókn skal fylgja ferilskrá, kynningarbréf og prófskírteini. Umsækjendur eru beðnir um að kynna sér vel starfsemi sviðsins og sérstaklega Rannsóknasjóðs (sjá handbók sjóðsins fyrir 2022 https://www.rannis.is/media/rannsoknasjodur/Rsj_Handbok.pdf).

Rannís er líflægur vinnustaður með um 60 sérfræðingum sem starfa eftir gildum stofnunarinnar: Áhrif, fagmennska og samstarf. Hlutverk Rannís er að treysta stoðir íslensks samfélags með stuðningi við rannsóknir, nýsköpun, menntun og menningu og styðja þekkingarsamfélagið með rekstri samkeppnissjóða, aðstoð og kynningu á alþjóðlegum sóknarfærum og samstarfsmöguleikum. Rannís greinir og kynnir áhrif rannsókna, menntunar og menningar á þjóðarhag og þjónustar undirbúning vísinda- og tæknistefnu.



rannís

Borgartúni 30, 105 Reykjavík,
sími 515 5800, rannis@rannis.is
www.rannis.is

Verkefnastjóri innkaupa og sölu



Slysavarnafélagið Landsbjörg eru landsamtök björgunarsveita og slysavarnadeilda á Íslandi. Félagið er ein stærstu samtök sjálfboðaliða á Íslandi. Slysavarnafélagið Landsbjörg leitar að reynslumiklum einstaklingi til að sjá um innkaup, innflutning og sölu. Um 100% starf er að ræða.

Helstu verkefni eru:

- Hafa yfirumsjón með innkaupa- og sölumálum félagsins.
- Sjá um samskipti við innlenda og erlenda birgja.
- Umsjón með framleiðslu, vöruþróun, innkaupum og dreifingu flugelda.
- Vera tengiliður við einingar félagsins vegna flugelda.
- Sinna ráðgjöf við kaup á vörum og búnaði fyrir félagið og einingar þess.
- Almenn skrifstofuvinnna.
- Önnur tilfallandi störf.

Hæfniskröfur:

- Menntun eða reynsla sem nýtist í starfi.
- Reynsla af markaðs- og/eða sölustörfum.
- Þekking og reynsla af alþjóðaviðskiptum.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Skipulögð, sjálfstæð og öguð vinnubrögð.
- Góð kunnátta í ensku.
- Líðshugsun og þekking á félagsstörfum.
- Framúrskarandi samskiptahæfni, jákvætt viðmót og þjónustulund.
- Þekking á starfsemi félagsins æskileg.
- Hreint sakavottorð.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Upplýsingar um starfið veitir Gunnar Stefánsson, skrifstofustjóri Slysavarnafélagsins Landsbjargar, í síma 570 5900 eða gunnar@landsbjorg.is

Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar á netfangið starf@landsbjorg.is fyrir 29. nóvember 2021.





BLÁSKÓGABYGGÐ

Útboð

Bláskógabyggð óskar eftir tilboðum í verkið:

Laugarvatn-Fráveita 1. áfangi

Verklok eru 15.10.2022

Verkið felur í sér lagningu vatns- og fráveitu á Laugarvatni. Grafa skal fyrir vatns- og fráveitulögnum og leggja samanber útboðslýsingu.

Helstu magnþölur eru:

Gröftur á lausu efni, brottekkið	800 m³
Gröftur á lausu efni útjafnað við vinnusvæði	1.000 m³
Fylling undir og yfir lagnir	1.800 m³
Vatnsveitulagnir	1.260 m
Fráveitulagnir	820 m
Malbik	110 m²

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með þriðjudeginum 30. nóvember 2021. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Magnús hjá eflu Suðurlandi með því að senda tölvupóst á netfangið magnus.olason@efla.is og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila til skrifstofu Bláskógabyggð, Reykholti 806 Selfossi, fyrir kl. 10:30 þriðjudaginn 16. desember og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.



Akraneskaupstaður

Ræsting á stofnunum Akraneskaupstaðar 2022-2025

Akraneskaupstaður óskar eftir tilboðum í ræstingu á 11 stofnunum, m.a. leikskólum, söfnum, skrifstofum og félagsmiðstöðum.

Verktaki skal ræsta stofnanirnar reglulega og ræsta einstök rými í samræmi við kröfur um fjölda þrífunda í hverri viku. Um er að ræða hefðbundna ræstingu, m.a. á gólfplötum, borðum, láréttum flötum, gleri og snyrtingum, og losun ruslatunna. Þjónusta skal stofnanirnar virka daga yfir allt árið utan skilgreindra hátíðardaga og lokunardaga stofnunar.

Gólfpletir eru samtals um 6.400 m².

Samningstími er 1. apríl 2022 til 31. mars 2025 með heimild til framlengingar, samtals 4 ár.

Verkið er auglýst á EES. Útboðsgögn eru aðgengileg á rafrænu formi frá fimmtudeginum 25. nóvember 2021 í gegnum útboðsvef Mannvits: <https://mannvit.ajoursystem.is/>.

Tilboðum skal skilað á útboðsvefinn fyrir kl. 11:00 fimmtudaginn 13. janúar 2021. Opnunarfundur verður ekki opinn bjóðendum, en fundargerð verður send öllum bjóðendum eftir opnun tilboða.

Sviðsstjóri stjórnsýslu- og fjármálasviðs



Auglýsing um breytt deiliskipulag í Kópavogi.

Kópavogsbraut 69. Breytt deiliskipulag.

Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 13. apríl 2021 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Kópavogsbraut 69.

Í breytingunni felst að rífa núverandi hús og byggja í staðinn parhús á einni hæð + kjallara á þremur pöllum. Húsið verður í heild sinni 356 m², hver íbúð um 180 m². Mesta hæð byggingar-reits frá aðkomuhæð verður 4,95 metrar. Gert er ráð fyrir engri bílageymslu og fjórum bílastæðum, tvö fyrir hvora íbúð. Eftir breytingu verður nýtingarhlutfall 0,49 á lóð. Kynningarupprættir í mkv. 1:500 og 1:1000 dags. 25. nóvember 2021. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Kópavogsbraut 71. Breytt deiliskipulag.

Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 13. apríl 2021 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Kópavogsbraut 69.

Í breytingunni felst að rífa núverandi hús og byggja í staðinn parhús á einni hæð + kjallara á þremur pöllum. Húsið verður í heild sinni 356 m², hver íbúð um 180 m². Mesta hæð byggingar-reits frá aðkomuhæð verður 4,95 metrar. Gert er ráð fyrir engri bílageymslu og fjórum bílastæðum, tvö fyrir hvora íbúð. Eftir breytingu verður nýtingarhlutfall 0,49 á lóð. Kynningarupprættir í mkv. 1:500 og 1:1000 dags. 25. nóvember 2021. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Ofangreind tillögur eru til kynningar á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is og í afgreiðslu skipulagsdeildar Umhverfissviðs að Digranesvegi 1 frá kl. 8:30 til 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá 8:30 til 13:00. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. Athugasemdir eða ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulagsdeildar Umhverfissviðs að Digranesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en kl. 12:00 þann 14. janúar 2022

Skipulagsfulltrúi Kópavogs



Kópavogsbær

kopavogur.is



Skipulagsstofnun

Umhverfismat

Matsáætlun í kynningu

Íþróttasvæði Hauka að Ásvöllum í Hafnarfirði

Hafnarfjarðarbær hefur lagt fram matsáætlun til Skipulagsstofnunar vegna umhverfismats uppbyggingar á íþróttasvæði Hauka að Ásvöllum í Hafnarfirði.

Kynning á matsáætlun: Matsáætlunin er aðgengileg á vef Skipulagsstofnunar www.skipulag.is.

Umsagnarfrestur: Allir geta kynnt sér matsáætlunina og veitt umsögn. Umsagnir skulu vera skriflegar og berast eigi síðar en 28. desember til Skipulagsstofnunar, Borgartúni 7b, 105 Reykjavík eða með tölvupósti á skipulag@skipulag.is.

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- Elliðavogur/Ártunshöfði, svæði 1 og 2 – Gatnagerð og lagnir. Hönnun. EES útboð nr. 15332.

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



Reykjavíkurborg

Innkaupaskrifstofa

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík

Sími 411 1111

Netfang: utbod@reykjavik.is

FERÐAÞJÓNUSTUFYRIRTÆKI

Óska eftir að kaupa hvers konar fyrirtæki í ferðaþjónustu, einnig kemur til greina að kaupa heimasíðu.

Vinsamlegast hafið samband í síma 8214331 eða 8612319.

job

Finnum draumastarfið saman



Erum við að leita að þér?

EIGNAMIDLUN

OPIÐ HÚS
29. nóv. 17:30-18:00



Dalsbraut 30 260 Reykjanesbær
Fjölbýlishús 106,7 fm 4ra herb. - 3 svefnherb.



Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
bjarni@eignamidlun.is
895 9120

51.990.000

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidlun.is

Hungurfit fjallaskáli

851 Þjóðlenda



Glæsilegur tvískiptur 156,4 fm fjallaskáli á frábærum stað í Rangaárþingi Ytra

- Staðsetning skálans er 2 km út frá veginum við **Fjallabak syðri** í Rangárbotnum.
- Stýrsta leið til byggða er niður á Keldur u.p.b 40 km
- **Ásókn hefur aukist mikið á svæðið** sem býður upp á mikla útivist og ferðabjónustu tengir saman göngu, hesta og hjólaeidið um allt fjallabak, Tindfjöll og Heklusvæðið.
- **Á veturna** er upplagt að vera með **gönguskiðahópa** eða aðra **vetrarferðamennsku** enda svæðið ekki sláðra á þeim tíma árs.
- **Gisting fyrir 46 manns** auk sér aðstöðu fyrir skálaverð, salerni og sturtuástoða.
- **12v rafmagn** með sólasellum og öflugum geymum.



Hélt samband við:
Jason Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
sími: 569 7000
jason@miklaborg.is

Verð: **Tilboð**

MIKLABORG

569 7000 | Lág múla 4 | miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is

Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

Elliðabraut 8-10

110 Reykjavík

NÝTT Í SÖLU



OPIÐ HÚS
sunnudaginn 28. nóv
milli kl. 13.00 - 14.00

Glæsilegar nýjar íbúðir í Norðlingaholti

- Mikið úrval af **2-5 herbergja** íbúðum
- Stærðir frá **81,9 - 136,5 fm**
- **Aukin lofthæð** í mörgum íbúðum
- **Bílastæði fylgir** öllum íbúðum
- Rétt við **Elliðavatn** og **Heiðmörk**
- Afhending **strax**

Glæsilegt fjölbýlishús á þessum eftirsóttu stað í Norðlingaholti. Húsið er teiknað af +Arkitektum og byggt af Þingvangi. Vandaðar sérsmíðaðar innréttingar og fataskápar sem ná upp í loft. Öllum íbúðum fylgir sérgeymsla og sérmerkt stæði í lokaðri bílageymslu. Sumum íbúðum fylgir einnig bílskúr.



14 nýjar íbúðir í sölu

Verð frá: **69,9 millj.**



Óskar H. Bjarnasen
Lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931
oh@miklaborg.is



Jason Ólafsson
Lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jo@miklaborg.is



Ómar Hvanndal
Hdl. og aðst. fasteignasali
Sími: 832 3200
omar@miklaborg.is

MIKLABORG

Með þér alla leið

569 7000 | Lág múla 4 | miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar



vinnvinn

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

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF

Reykjavík | Snæfellsbæ | Höfn Hornafirði

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



Síðumúla 27 | 588 4477 | www.valholl.is

Fagleg þjónusta - Vönduð vinnubrögð

GLÆSILEG NÝ RAÐHÚS VIÐ URÐARBRUNN 84-92 Í ÚLFARSÁRDAL Í RVK.



OPIÐ HÚS

Húsin eru 212 fm á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. Fjögur svefnherbergi, rúmgóðar stofur og opið sjónvarpsrými sem möguleiki er á að breyta í herbergi, tvö badherbergi og þvottarhús. Húsin skilast fullbúin að utan með hellulögðu bílplani og sorttunnuskýli við hvert hús. Að innan er búið að fullmála og klára rafmagn og pípuþagnir. Húsin eru skemmtilega skipulögð og eru á góðum stað í þessu vinsæla, barnvæna hverfi.

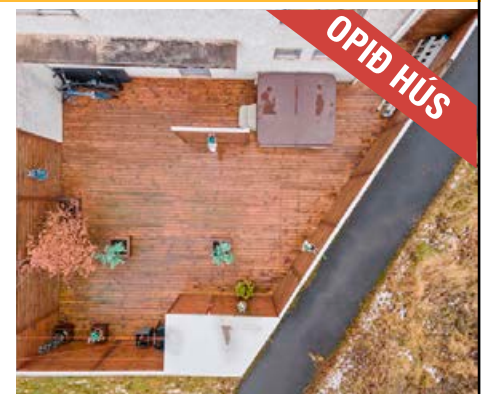
Verð á miðjuhúsum er **106,9 millj** og endahús á **108,9 millj.**

Heiðar verður á staðnum á laugardag 27. og sunnudag 28. nóv. frá kl 16.00 til 16.30 og sýnir áhugasömum.



Nánari upplýsingar:
Heiðar Friðjónsson
Lögg. fasteignasali
Sími: 693-3356
heidar@valholl.is

ENDARAÐHÚS VIÐ RAUÐAMÝRI 14 Í MOSFELSBÆ.



OPIÐ HÚS

Húsið er 215,2 fm og vel skipulagt á tveimur hæðum með fjórum svefnherbergjum, rúmgóðum bílskúr og góðum palli með heitum potti og skjólgirðingum. Neðri hæðin skiptist í bílskúr, þvottarhús, opið sjónvarpsrými, þrjú rúmgóð herbergi, badherbergi með útgengi út á pall og opnu sjónvarpsrými. Efri hæðin skiptist í rúmgott herbergi, fataherbergi, badherbergi, eldhús og rúmgóðar stofur með svölum. Gott útsýni er úr húsinu og stutt í vinsælar gönguleiðir.

Verð **103,5 millj.**

Heiðar verður á staðnum sunnudaginn 28. nóv. frá kl. 14.30 til 15.00 og sýnir áhugasömum.



Nánari upplýsingar:
Heiðar Friðjónsson
Lögg. fasteignasali
Sími: 693-3356
heidar@valholl.is

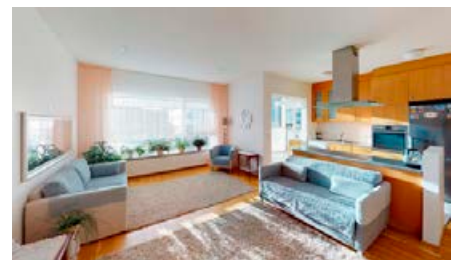


- Er komið að húsnæðis-skiptum eða vantar þig stuðning og ráðgjöf við erfðaskrá, kaupmála eða dánarbússkipti?
- Vilt þú fá lögmann þér við hlið við sölu fasteignar án þess að greiða aukalega fyrir þá þjónustu?
- **BÚUM VEL** veitir nýja tegund þjónustu. Kynntu þér málið.

Elin Sigrún, lögmaður
Tryggvagötu 11, 2. hæð
sími 783 8600
elin@buumvel.is
www.buumvel.is



Sérhæfð
lögfræðiþjónusta
við búsetuskipti
með áherslu á 60+



OPIÐ HÚS
LAUGARDAGINN 27. NÓVEMBER
FRÁ 15:00-15:30

BOÐAÞING 10 - „Fyrir 55 ára og eldri“

Glæsileg og björt 93fm íbúð með yfirbygðum svölum á besta stað í Kópavogi.

- Um er að ræða rúmgóða 2ja herb. íbúð á 2. hæð ásamt geymslu í kjallara.
- Mjög stutt í alla þjónustu og útivistarsvæði.
- Íbúar Boðaðings hafa aðgang að þjónustumiðstöðinni Boðaðing sem rekin er af Kópavogsbæ og Hrafnistu.

Verð 59,9 millj.



Birgir Ó. Birgisson lögfr. og lögg. fasteignasali
56605040 - www.consenza.is

ÁLFHEIMAR - GLÆSIBÆR TIL SÖLU



Atvinnuhúsnæði á neðstu hæð til sölu. Birt stærð er 846,5 fm. Húsnæðið er skráð sem veitingahús, en er í dag nýtt undir geymslur (91 klefar) með aðgangsstýringu.



Húsnæðið hentar undir margvíslega starfsemi, fjölnota-eining. Aðgengi er að húsnæðinu á þremur stöðum. Húsnæðið er til afhendingar við kaupsamning. Veðbandalaus eign.

Óskað er eftir tilboðum í eignina.

Upplýsingar gefur Dan Wium lögg. fasteignasali
símar 533-4040 og 896-4013 eða dan@kjoreign.is



FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is

valborgfs.is



Atvinnuhúsnæði til sölu eða leigu

HAFNARFJÖRDUR

Strandgata 9

Um er að ræða 236 fm hús (Súfistinn) á tveimur hæðum og kjallara (friðað) ásamt 644 fm byggingarrétti á núverandi reit.

Dofrahella 2

Vandað stálgrindarhús við Dofrahellu 2, á Völlunum í Hafnarfirði til sölu eða leigu. Grunnflötur á hverju bili er 270 fm auk 150 fm millilofts eða samtals 420 fm. Tilbúið til afhendingar í nóv./des. Tilvalið fyrir léttan iðnað eða verkstæði.

Álfhella 13

Atvinnuhúsnæði á tveimur hæðum samtals 234 fm sem skiptist nokkurn veginn í tvo jafna hluta. VSK kvöð er á eigninni. Góð aðkoma og næg bílastæði.

Bæjarhraun 14

Skrifstofuhúsnæði samtals 260 fm á tveimur hæðum á einum besta stað í Hafnarfirði fyrir slíkt húsnæði. Góð aðkoma við alfararleið. Laust við kaupsamning.

REYKJAVÍK

Skútuvegur 1F

Lagerhúsnæði í Skútuvegi á fyrstu hæð. Samtals 187 fm. Til afhendingar um áramót. Tilvalið fyrir minni heildsölur sem hentar að hafa skrifstofur og lager í sama rými.

Lyngháls 10

Atvinnuhúsnæði 317,9 fm húsnæði með ca. 3,25 m háum innkeyrsludryrum. Lofthæð í rýminu er um 4 m. Traustar leigutekjur.

Tunguháls

Samtals um 3.800 fm á 4 hæðum með stórra birgðageymslu þ.m.t. frystigeymslu og miklum bílastæðum. Skrifstofuhúsnæði á efri hæðum. Tilvalið fyrir stórar matvælaheildsölur eða birgðageymslur stærri fyrirtækja.

Allar frekari upplýsingar um eignirnar ásamt myndum er að finna á www.valborgfs.is



Elvar Guðjónsson
Viðskiptafræðingur
Lögg. fasteignasali
Sími 895 4000
elvar@valborgfs.is



Gunnar Biering
Agnarsson
Lögg. fasteignasali
Sími 823 3300
gunnar@valborgfs.is



Díana Arnfrjörð
Löggiltur
fasteignasali
Sími 895 9989
diana@valborgfs.is

Nóatún 17 | 105 Reykjavík | valborg@valborgfs.is | Sími 419 7900



Suðurlandsbraut 52
108 Reykjavík
Sími 533 6050
Faxnr. 533 6055
www.hofdi.is

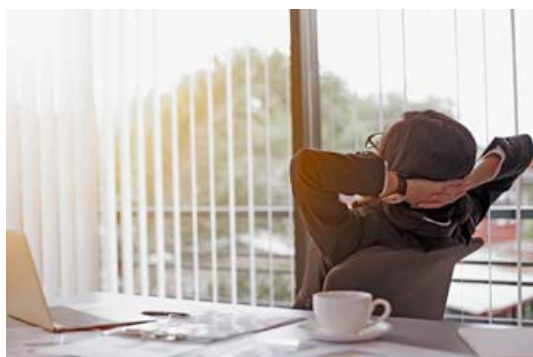
TIL LEIGU Á HÚSAVÍK



Vel staðsett húseign á einum besta stað í miðbænum á Húsavík. Húsið er samtals 1500 fm. Óflugt rafmagns inntak. Góð lofthæð. Fjölnota hús sem býður eftir því að fá nýtt og krefjandi hlutverk. Innkeyrsluhurð og gönguhurðir. Næg bílastæði og góð aðkoma. Möguleiki er að leigja húsið í minni einingum. Eignin getur hentað vel sem dagvöruverslun.

Allar nánari upplýsingar veitir
Ásmundur Skeggjason fasteignasali
as@hofdi.is - Gsm 895 3000

Ásmundur
Skeggjason



Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningar sniðnar að þörfum viðskiptavinarins.

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770
www.radum.is • radum@radum.is

ráðum
ráðningarstofa



FASTEIGNA MIÐLUN

Skólavörðustíg 3 - 2. hæð - 101 Reykjavík
Sími 575 8500 - www.fasteignamidlun.is

Sverrir Pálmason,
lögmaður og löggiltur fasteignasali,
sími 867-1001

Gunnar Bergmann Jónsson,
Löggiltur fasteignasali, sími 839-1600



Laugarásvegur 1

FJÁRFESTINGARTÆKIFÆRI GÓÐUR LANGTÍMA LEIGUSAMNINGUR

Til sölu 135,8 verslunar- og þjónustuhúsnæði. Áberandi staðsetning. Fjárfesting, leigusamningur um eignina. Innréttað sem ísbúð og ísgerð. Leigusamningur til langs tíma. Birt stærð er 135,8 fm. Efri hæðin er 72,2 fm. en kjallari 63,6 fm. Efri hæðin sem er á tveimur þöllum og með gegnheilu parketi á gólfi og stórum verslunargluggum. Gólfhitakerfi á jarðhæð. Bakinnangur er á jarðhæðinni. Gengið er niður í kjallara frá innra rýminu. Í kallara sem eru tvö opin rými, geymsla, salerni og vinnu-aðstaða. **Verð 50,8 milljónir**



Skólavörðustígur 3

130,6 fm. 3ja - 4ra herb. íbúð á annarri hæð í hjarta miðborgarinnar.

Stórir gluggar í alrými eignarinnar, sem gera íbúðina mjög bjarta og sjarmerandi. Sameiginlegur inngangur og gengið upp um eina hæð. Gengið er inn í rúmgott og bjart alrými. Eldhúsaðstaða er í hinu opna rými. Tvö svefnherbergi er í dag í eigninni og útgengt út á svalir úr öðru herberginu. Badherbergið var endurnýjað árið 2017 og er með sturtuklefa. Snýrtileg sameign.

Verð 89,9 milljónir



Lyngháls 2

TIL LEIGU - LAUST FLJÓTLEGA

Fasteignamiðlun kynnir til leigu um 791 m² húsnæði á jarðhæð við Lyngháls 2 í Reykjavík. Eignin er sýnileg með góða aðkomu frá gatnamótum Hálsbrautar og Lyngháls. Nánari lýsing: Húsnæðið er stórt opið rými. Lofthæðin er um 4,6 m til 5,2 m. Í rýminu er niðurtekið gólf að hluta og góðar innkeyrsludyr sem snúa að Lynghálsi, þar er þvottaaðstaða í dag. Mjög auðvelt er að breyta húsnæðinu í verslunarhúsnæði með góðum sýningarsal. Málning var áður með starfsemi í þessum hluta hússins. **Tilboð óskast.**



Viðarhöfði 3

TIL LEIGU - Síðasta lausa bilið í húsinu. í afhendingar 1 desember 2021.

Fasteignamiðlun kynnir til leigu 918,6 fm. atvinnuhúsnæði á góðum stað við Viðarhöfða 3, 110 Reykjavík. Eignin getur verið til afhendingar mjög fljótlega. Um er að ræða bilið sem er vinstramegin í húsinu. Gott útipláss. **Tilboð óskast.**

**Nánari upplýsingar veitir:
Gunnar Bergmann Jónsson
Löggiltur fasteignasali
s. 839-1600**



Fasteignasalan TORG | Garðatorgi 5 | 210 Garðabæ | www.fstorg.is

520 9595

Mánabraut 10 200 Kópavogur

Verð: 130.000.000



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 30. nóvember kl. 17.00-17.30

Herbergi: 6 Stærð: 205,3 m²

FRÁBÆR STAÐSETNING - GLÆSILEGT ÚTSÝNI - TILBÚÐ TIL INNRÉTTINGA - EINBYLISHÚS MEÐ AUKAÍBÚÐ. Fallegt og vel skipulagt einbýlishús með stúdíóíbúð og rúmgóðum bílskúr. Húsið hefur verið mikið endurnýjað að utan og að innan er aðalíbúð tilbúin til innréttinga en stúdíóíbúð fullbúin. Húsið skiptist m.a. í samliggjandi stofu og borðstofu, eldhús, 4 herbergi, tvö badherbergi, þvottahús, hol og anddyri. Á jarðhæð er stúdíó íbúð með sér inngangi, badherbergi og eldhúsi. Góð geymsla og rúmgóður og bjartur bílskúr. Húsið er teiknað af Kjartani Sveinssyni. Skjólgóður garður er til suðurs og útsýni til sjávar. Frábær staðsetning, nálægt sjó og stutt í helstu þjónustu s.s. leikskóla, skóla, sundlaug, verslanir og fallegar gönguleiðir.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222



Víkurás 3

110 Reykjavík

42.500.000



OPIÐ HÚS sunnudaginn 28. nóv. kl. 13:00-14:00

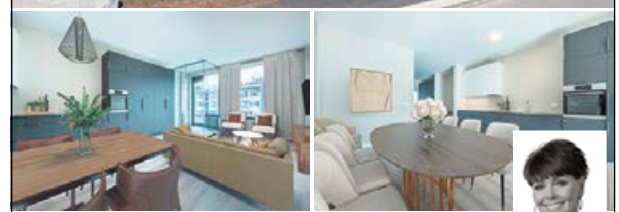
Herbergi: 2 Stærð: 80,6 m² Stór pallur

Björt og rúmgóð 2ja herbergja íbúð með stórum palli og sérstæði í bilageymslu. Eignin er mikið endurnýjuð og skiptist í forstofu/hol, eldhús, stofu/borðstofu með útgengi út á stóran pall, svefnherbergi og badherbergi. Sérgeymsla í sameign. **Upplýsingar veitir Ragnar fasteignasali í gsm: 844 6516**

Furugrund 3

200 Kópavogur

53.900.000



OPIÐ HÚS sunnudaginn 28. nóv. kl. 13.00-13.30

Herbergi: 2 Stærð: 80,8 m²

Glæsileg fullbúin ný og vönduð íbúð með séringangi á þessum eftirsóttá og rótgróna stað við náttúruparadísina Fossvogsdalinn Kópavogsmegin. Falleg innrétting frá Axis, harðplankaparkett og flisar frá Agli Árnasyni, AEG eldhústæki og innbyggður ísskápur með frysti og uppþvottavél fylgir með. Húsið er staðsett í veðursælu hverfi þar sem stutt er í leik og grunnskóla, verslanir og veitingastaði. Eignin er tilbúin til afhendingar við kaupsamning.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222





TRAUSTI
fasteignasala

**ÞÚ HRINGIR
VIÐ SELJUM
ÞAÐ BER ÁRANGUR**

546-5050

OPIÐ HÚS

29. nóv. kl. 17:30-18:00



FERJUVAÐ 1

110 Reykjavík

61,9 millj.

4 herb. | Fjölþýli | 104,4 fm.

OPIÐ HÚS

29. nóv. kl. 17:30-18:00



SOGAVEGUR 116

108 Reykjavík

39,9 millj.

3 herb. | Tvíþýli | 56,8 fm.

OPIÐ HÚS

30. nóv. kl. 17:30-18:00



HJÁLMOHOLT 3

105 Reykjavík

98,5 millj.

4 herb. | Efri sérhæð | 172,5 fm.

OPIÐ HÚS

30. nóv. kl. 17:30-18:00



AUKAÍBÚÐ

OPIÐ HÚS

1. des. kl. 17:30-18:00



HOLTSGATA 16

101 Reykjavík

59,9 millj.

4 herb. | Fjölþýli | 82 fm.

OPIÐ HÚS

1. des. kl. 17:30-18:00



HOLTSGATA 16

101 Reykjavík

51,9 millj.

3 herb. | Fjölþýli | 63,2 fm.

SKELJAGRANDI 15

107 Reykjavík

143 millj.

9 herb. | Einþýli | 287,4 fm.

OPIÐ HÚS

2. des. kl. 17:30-18:00



VESTURBERG 50

111 Reykjavík

49,9 millj.

4 herb. | Fjölþýli | 86,6 fm.



Guðbjörg G. Sveinbjörnsd.
Löggiltur fasteignasali

899-5949



Kristján Baldursson
Löggiltur fasteignasali

867-3040



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIDLUN

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidlun.is



Norðurstígur 3

101 Reykjavík

🏠 2 íbúðir + innréttaður bílskúr ↔ 210,6 fm 🛏️ 5 herbergi

144.000.000



Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
kjartan@eignamidlun.is
824 9093

**BYGGINGARRÉTTUR FYRIR
2 ÍBÚÐIR OFAN Á HÚSIÐ**



OPIÐ HÚS
28. nóv. 14:00-15:00

Ásvallagata 81

101 Reykjavík

🏠 Einbýlishús – aukaíbúð ↔ 320 fm 🛏️ 10 herb.

169.900.000



Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
777 2882



OPIÐ HÚS
27. nóv. 13:00-13:30

Birtingakvísl 13

110 Reykjavík

🏠 Raðhús ↔ 218,4 fm 🛏️ 6 herb.

109.900.000



Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
olafur@eignamidlun.is
663 2508



Brekkutröð 1

220 Hafnarfjörður

🏠 Atvinnuhúsnæði ↔ 143,6 fm

39.900.000



Þórarinn M. Fríðgeirsson
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri
thorarinn@eignamidlun.is
899 1882



OPIÐ HÚS
30. nóv. 12:30-13:00

Pósthússtræti 5

230 Reykjanesbær

🏠 Fjölbýlishús ↔ 105-113 fm 🛏️ 3 herb.

55.900.000



Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968



OPIÐ HÚS
28. nóv. 15:00-15:30

Mánatún 2

105 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 125,5 fm 🛏️ 3 herb.

76.500.000



Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
896 1168



Trönuhraun 3

220 Hafnarfjörður

🏠 Atvinnuúsnæði – íbúðarrými ↔ 260 fm 🛋️ 10 herb.

79.500.000



Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
777 2882



Blesugróf 29

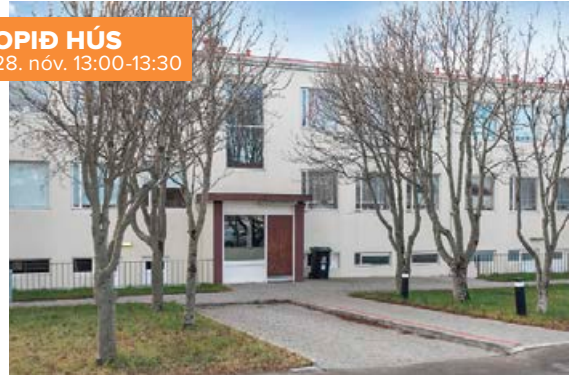
108 Reykjavík

🏠 Einbýlishús ↔ 139.3 fm 🛋️ 5 herb.

104.900.000



Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali og framkvæmdastjóri
kjartan@eignamidlun.is
824 9093



OPIÐ HÚS
28. nóv. 13:00-13:30

Hörðaland 16

108 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 86,1 fm 🛋️ 4ra herb.

57.900.000



Magnea Sverrisdóttir
MBA og löggiltur fasteignasali
magnea@eignamidlun.is
861 8511

OPIÐ HÚS
29. nóv. 17:15-17:45



Eyrarholt 16

220 Hafnarfirði

🏠 Fjölbýlishús ↔ 93 fm 🛋️ 4 herb.

53.900.000



Kári Sighvatsson
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
kari@eignamidlun.is
899 8815

OPIÐ HÚS
30. nóv. 17:00-17:30



Bergstaðastræti 48

101 Reykjavík

🏠 Fjölbýlishús - stúdíóbúð ↔ 48,9 fm 🛋️ Stúdíó

34.900.000



Kári Sighvatsson
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
kari@eignamidlun.is
899 8815

OPIÐ HÚS
1. des 17:00-18:00



Skaftahlíð 40

105 Reykjavík

🏠 Hæð + bílskúr ↔ 149,1 fm 🛋️ 5 herb.

84.900.000



Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
olafur@eignamidlun.is
663 2508



Grandavegur 11

107 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 67,3 fm 🛋️ 2 herb.

49.900.000



Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
olafur@eignamidlun.is
663 2508

OPIÐ HÚS
30. nóv. 17:00-17:30



Krummahólar 6

111 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 161,9 fm 🛋️ 5 herb.

57.900.000



Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
896 1168

OPIÐ HÚS
29. nóv. 17:00-17:30



Kelduland 19

108 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 52,1 fm 🛋️ 2 herb.

44.900.000



Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
896 1168



Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali og framkvæmdastjóri
824 9093



Guðlaugur I. Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
864 5464



Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
588 9090



Guðmundur Sigurjónsson
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
588 9090



Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri
899 1882



Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
777 2882



Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur leigumíðlari og löggiltur fasteignasali
824 9098



Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
896 1168



Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
824 9096



Magnea Sverrisdóttir
MBA og löggiltur fasteignasali
861 8511



Herdís Valb. Hílludóttir
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
694 6166



Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
895 9120



Ólafur H. Guðgeirsson
MBA rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
663 2508



Gunnar Helgi Einarsson
Löggiltur fasteignasali
615 6181



Kári Sighvatsson
Löggiltur fasteignasali og lögfræðingur
899 8815



Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
867 0968



Lárus Ómarsson
Löggiltur fasteignasali
824 3934



Ragnhildur A. Gunnarsdóttir
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
861 1197



Jenny Sandra Gunnarsdóttir
Skrifstofustjóri
588 9090



María Guðrún Waltersdóttir
Móttaka
588 9090



Daniela R. Reynisdóttir
Móttaka
588 9090

MIKLABORG



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



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5855



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Elin Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 899 3090



Hreiðar L. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 661 6021



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000



Ómar Hvanndal
hdl. & aðst. fasteignasali
Sími: 832 3200



Barbara R. Bergþórs
lögg. fasteignasali
Sími: 823 0339



Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 7515



Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500



Þröstur Þórhalsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634



Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skapta
lögg. fasteignasali
Sími: 868 4508



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178



Óskar H. Bjarnason
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931



Kjartan Í. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 663 4392



Þórhallur Þiering
lögg. fasteignasali
Sími: 696 8232



Friðrik Þ. Stefáns
hdl. & aðst. fasteignasali
Sími: 616 1313



Friðjón Ó. Magnúss.
lögg. fasteignasali
Sími: 692 2704



Óskar S. Axelsson
aðst. fasteignasala
Sími: 691 2312



Ingi Þór Ingólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 698 4450



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929



Ragnheiður Péturs
hdl. og löggjafir
fasteignasali



Marbakkabraut 26

200 Kópavogur

Einstök hönnunarperla eftir Manfreð Vilhjálmsson á veðursælli 992fm sjávarlóð

- 225,7 fm þar af er bílskúr 30,2 fm.
- Öll hönnun miðar að því að magnað sjávarútsýnið njóti sín sem best.
- Á neðri hæð er eldhús, borðstofa, stofur, svefnherbergi, snyrting og þvottahús og innangengt í bílskúr
- Uppi er hjónaherbergi, baðherbergi og barnaherbergi.
- Yfir bílskúr er um 30 fm risloft með mikilli lofthæð.



Verð: **Tilboð**

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



NÝTT Í SÖLU

PANTID SKOÐUN
hjá Þórunni í síma 773 6000



NÝTT Í SÖLU

OPID HÚS

sunnudaginn 28. nóv
milli kl. 15.00 - 15.30

Hvannahólmi 14

200 Kópavogur

Stórt og vel skipulagt 250 fm einbýlishús rétt við Fossvogsdalinn

- Góð alrými, 5 svefnherbergi, tvö baðherbergi, rúmgóður bílskúr og skjólgóð suðurverönd með heitum potti.
- Eigendur skoða makaskipti á minni eign.



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is

Verð: **126,5 millj.**



NÝTT Í SÖLU

PANTID SKOÐUN
hjá Svan í síma 697 9300

Hvassaleiti 48

103 Reykjavík

Rúmgott og sérlega vel staðsett 317,8 fm parhús með aukaíbúð

- Mjög góð aðkoma að húsinu og bílaplan sem rúmar nokkra bíla við húsið Gott fjölskylduhús með aukaíbúð í nálægð við alla helstu þjónustu og skóla
- Algerlega endurnýjuð 3-4 herbergja íbúð á jarðhæð með sérinnngangi



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is

Verð: **145 millj.**

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

569 7000

Með þér
alla leið

MIKLABORG

Með þér
alla leið

miklaborg.is

NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
í síma 775 1515 eða 770 0500

Ránargata 24

101 Reykjavík

Fallegt og mikið endurnýjað
184,5 fm hús við Ránargötu

- 5 svefnherbergi
- 2 baðherbergi
- Stofur með mikilli lofthæð
- Þvottahús er sér
- Þrennar geymslur í garði og við hús.
- Mikið endurnýjað hús.
- Miðsvæðis í Reykjavík



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

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

Verð: **132 millj.**

OPÍÐ HÚS

mánudaginn
29. nóvember
kl. 17.00 - 18.00

Ásakór 4

203 Kópavogur

Falleg og vel skipulögð
4ra herb. íbúð á efstu
hæð í góðu lyftuhúsi

- Stórt og opið stofu og eldhúsrými, þrjú fin svefnherbergi, gott baðherbergi, sér þvottahús ásamt geymslu í sameign
- Stæði í bílageymslu.

Verð: **65,9 millj.**



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is



NÝTT Í SÖLU

OPÍÐ HÚS

sunnudaginn
28. nóvember
kl. 15.00 - 15.30

Asparás 2

210 Garðabær

Falleg og björt 81,9
fm tveggja herbergja
endaíbúð á neðri hæð

- Séríngangur, Opíð rými, stofa/boðstofa.
- Úr stofu er gengið út á 32,7 fm afgirtan sérafnotarétt
- Geymslu innan íbúðar
- Góð bílastæði eru á lóð.
- Sérgeymsla í sameign

Verð: **59,9 millj.**



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



HAFIÐ SAMBAND
við Óskar í síma 691 1931



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

Víkurbraut 17

230 Keflavík

Glæsileg 246 fm þakíbúð
á 2 hæðum á einum besta
stað í Reykjanesbæ.

- Einstaklega björt og falleg
- Stórbrotið útsýni
- Gólfslíðir gluggar að hluta.
- Tvennar svalir, þar af 102 fm þaksvaflir með snjóbræðslu og möguleika á heitum potti.
- Baðherbergi er á báðum hæðum. Hiti er í gólfum. Aukin lofthæð á efri hæð.
- Rúmgott stæði í bílageymslu.
- Afhent tilbúin undir tréverk

Verð: **110 millj.**

NÝTT Í SÖLU

OPÍÐ HÚS

sunnudaginn
28. nóvember
kl. 13.00 - 13.30

Álfheimar 11a

104 Reykjavík

Mjög falleg 186,7 fm
efri sérhæð

- Mikið endurnýjuð
- Hægt er að byggja verönd eða rúmgóðar svalir út frá eldhúsi.
- Búið er að endurnýja skolp
- 22,4 bílskúr sem búið er að breyta í stúdíó-íbúð.

Verð: **94,9 millj.**



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jóni Rafni í síma 695 5520



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

Bankastræti 14

101 Reykjavík

2 og 3 hæðin í þessu
glæsilega húsi í
hjarta miðbæjarins

- Tvö fastanr sem bæði eru í langtímaútleigu
- Húsið endurnýjað að utan
- Vel innréttað að innan
- Góðar leiguteklar

Verð: **185 millj.**

NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
í síma 775 1515 eða 770 0500



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



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



Verð: **92 millj.**



Fyrir
60 ára
og eldri

BÓKIÐ SKOÐUN
í síma: 616 1313

Eiðismýri 30

170 Seltjarnarnes

Björt og falleg 102 fm íbúð á 2. hæð

- Aðgengi er að þjónustu innan dyra og sameiginlegur frístundasalur
- Rúmgóð 3ja herbergja íbúð með yfirbyggðum svölum og rúmgóðum stofum
- Tvö svefnherbergi og geymsla 7,0 fm

Verð: **62,9 millj.**

Nánari upplýsingar: **Fríðrik Þ. Stefánsson** hd. og aðst. fasteignas. s. 616 1313 **Ólafur Finnbogason** löggiltur fasteignasali sími: 822 2307



NÝTT Í SÖLU



BÓKIÐ SKOÐUN
í síma: 775 1515

Skálmarbær lóð 2

881 Skaftárhreppur

Fallegt ca 65 fm sumarhús
í Skaftárhreppi

- Tvö svefnherbergi og svefnloft
- Pallur er í kringum húsið ásamt aukapalli austan við húsið
- Geymsluskúr með rafmagni og þvottahúsi
- Gufubað og heitur pottur

Verð: **43,9 millj.**

Nánari upplýsingar: s. 775 1515 **Jason Kr. Ólafsson** löggiltur fasteignasali



NÝTT Í SÖLU



BÓKIÐ SKOÐUN
í síma: 691 1931

Fossatunga 20-22

270 Mosfellsbær

Glæsilegt og vel skipulagt 173,2 fm
parhús á einni hæð í byggingu

- Glæsilegt og bjart alrými með mikilli lofthæð og stórum 2,5 m háum gluggum.
- Þrjú rúmgóð svefnherbergi, fataherbergi, tvö baðherbergi
- Skilast á tilbúin til innréttinga. Afhending er sumar 2022.

Verð frá: **89,9 millj.**

Nánari upplýsingar: s. 691 1931 **Óskar H. Bjarnason** löggiltur fasteignasali



ÍSLENSKT
LÁTTU ÞAÐ GANGA

afsláttur
60.000
krónur

SVARTUR FÖSTUDAGUR

Hvernig væri að skella sér á einn sjóðandi heitan?
SNORRALAUG, stærsti potturinn okkar, á sérstöku „Black Friday“ verði!

218.000 kr.

Verð áður 278.000 kr.
*Tilboði gildir aðeins þennan eina dag, föstudaginn 26. nóvember 2021.
NORMX
565 8899 - normx.is

Framlengjum tilboðið á Snorrallauginni út 28/11
Hægt að ganga frá kaupum á normx.is

Heitir og kaldir gæðapottar sem hitta í mark hjá ÖLLUM í fjölskyldunni!



Sigurlaug
124.500 kr.

Gvendarlaug
177.000 kr.

Grettislaug
239.000 kr.

Geirslaug
257.000 kr.

Unnarlaug
285.000 kr.

Snorrallaug
278.000 kr.

NORMX.IS

Íslensk framleiðsla í 39 ár!

OPÍÐ Í DAG LAUGARDAG, FRÁ KL. 12-14

Auðbrekku 6 200 Kópavogi Sími 565-8899 normx@normx.is

job

Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita að þér?



Skoðið // www.hjahrafnhildi.is

25. - 29. nóvember

BLACK FRIDAY

20% AFSLÁTTUR

af Mosh Mosh,
Depeche, LaSalle
og Lofina

Gildir bæði
í verslun og
á vefverslun.

hjá
Hjahrafnhildi

Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is



Bach hringir inn jólin með Kammersveitinni

Una Sveinbjarnardóttir var sex ára þegar hún hóf nám í fiðluleik og í dag er hún þriðji konsertmeistari hjá Sinfóníuhljómsveit Íslands. Hún mun flytja draumaverkið, Fiðlukonsert í E-dúr eftir J.S. Bach á jólatónleikum Kammersveitar Reykjavíkur, annan sunnudag í aðventu.

jme@frettabladid.is

Fiðlan er gullfallett hljóðfæri, bæði hvað varðar form og hljóm. Sem starfandi tónlistarmaður hjá Sinfóníuhljómsveit Íslands segir Una að fiðlan sé stór hluti af lífinu. „Ég eyði gríðarlegum tíma í að æfa og spila á fiðluna og sem betur fer finnst mér þetta endalaust skemmtilegt hljóðfæri,“ segir Una.

„Það er svo gaman hversu ótrúlega fjölbreytt hljóð geta komið frá fiðlunni. Allt frá alveg gífurlega fallettum tónum til hrikalega ljótra og allt þar á milli. Indverjar segja að fiðlan sé það hljóðfæri sem kemst næst mannsróddinni og ég hef alltaf tengt sterkt við þetta. Fyrir mér býður fiðlan upp á tjaningarform sögunnar, eins og mannsróddin. Hún enda liggur við hálsinn þegar maður spilar. Tónsviðið er eins og róddin og það má túlka svo margt með hljóminum, allt frá depurð til ofsagleði og allt þar á milli. Það er allur tilfinningaskalinn þarna undir.“ Una fæst einnig við tónsmíðar á strengjakvartettum fyrir Strokkvartettinn Sigga. Þá lauk sveitin nýlega við upptökur á öllum strengjakvartettum Atla Heimis.

Helþjökud af heimþrá

„Ég var sex ára þegar ég byrjaði í Tónmenntaskóla Reykjavíkur. Ellefu ára fór ég að læra hjá Tónlistarskólanum í Reykjavík. Ég held það hafi verið ég sem valdi fiðluna en ég var líka hrifin af trompeti og píanóinu. Ég var líka mjög virk í íþróttum og æfði badminton og skyldingar og hafði því eiginlega ekki tíma í að læra á fleiri en eitt hljóðfæri.“

Una fór í framhaldsnám í fiðluleik í Köln og lauk Konzertexamen frá UdK í Berlín. „Í Þýskalandi er rík tónlistarhefð og ég lærði hjá konsertmeistarum Berlínarfilharmóníunnar, Thomas Brandis. Ég var í Berlín í alls sjö ár og flutti heim til Íslands árið 2005, helþjökud af heimþrá,“ segir Una, en bætir við: „Það er þó alltaf gaman að koma til Berlínar og ég hef fengið æðisleg tækifæri til að koma þar fram með



Una er á góðri leið með að komast í jólastapið, en jólastelpa innra með henni mun vakna fyllilega á jólatónleikum Kammersveitar Reykjavíkur 5. desember.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR ÁRNASON

Instrumental tónlist gefur öðruvísi pláss til að njóta og mögulega meira tækifæri til að hugsa inn á við. Svo er tónlist barokktímabilsins svo íhugul.

Una Sveinbjarnardóttir

ýmsum hljómsveitum og kammer-sveitum.“

Frið endist í tvo daga án fiðlu
En fer fiðlan alltaf með þér í útlandaferðir?

„Ef ég fer til útlanda og í lengri ferðir, þá tek ég fiðluna alltaf með mér. Einu sinni fór ég til Prag án fiðlunnar. Það var í fyrsta vetrarfríinu mínu í Köln. Það frí entist í tvo daga. Þá var ég búin að fjárfesta í fiðlu,“ segir Una og hlær. „Þessi fiðla er stundum kölluð poppfiðlan á mínu heimili. Hún hljómar rosalega vel uppmögnuð, en er nú í eigu Úlfs bróður míns. Ég tek mér þó alveg sumarfrí frá stanslausum æfingum og fer í fjallgöngur og dagsferðir, án þess að taka fiðluna með mér,“ bætir Una við.

Þá er ekki úr vegi að spyrja til hversu margra landa fiðlan hefur ferðast með Unu. „Fiðlan hefur

ferðast með mér víða um heim og ég hef ekki tölu á því hve mörg löndin eru orðin. Ég túraði með Björk og það ferðalag koveraði náttúrulega mjög mörg lönd. Svo var ég að læra í Köln og Berlín og ferðaðist þá víða. Með Sinfóníuhljómsveit Íslands er mér eftirminnilegt ferðalag til USA 1996 og Kammersveitin hefur slegið í gegn á Mallorca, og fiðlan er auðvitað alltaf með í för. Ég er orðin lunkin að ferðast með lítinn handfarangur og kemst núorðið upp með að ferðast eingöngu með fiðlukassann í handfarangri og það sem kemst í hann.“

Margrómaður svanasöngur

Í sumar kom út geisladiskurinn Last Song, með Unu og Tinnu Þorsteinsdóttur píanóleikara. Lögin á plötunni eru blanda af uppáhaldstónverkum þeirra Tinnu, mörg hver íslensk. „Þarna má finna Íslenska svítu eftir Jörunni Viðar. Það verk er algerlega sér á parti. Við Tinna höfum spilað það oft og ég vann það með henni Jörunni á Laufásveginum. Einnig er verk eftir Atla Heimi og Magnús Blöndal og verkið Winter eftir Karólínu er algjör gimsteinn. Svo er þarna ýmis eldri tónlist eftir Hildegard von Bingen og fleiri.“ Hljómdiskurinn hefur fengið gríðargóðar viðtökur síðan hann kom út í sumar, meðal annars hjá BBC og Limelight í Ástralíu.

Hent í djúpu laugina

Una spilaði fyrst með Sinfóníuhljómsveitinni sautján ára gömul í MR og stuttu seinna með Kammer-sveitinni. „Ég var í fjórða bekk þegar ég tók inntökupróf í Sinfó til að spila sem aukamanneskja. Daginn eftir mætti ég á æfingu með hljómsveitinni á Forleik að Galdrá-Lofti eftir Jón Leifs. Þetta er háepískt verk og svolítið spes, eins og Jóni einum er lagið. Mér var hent beint í djúpu laugina í þessum fyrstu upptökum mínum með Sinfóníuhljómsveitinni.“

Ég man líka vel eftir fyrstu tónleikum með Kammersveitinni. Ég var nýbúin með stúdentinn og einleikaraprófið og tók þátt í mögnum verkefni. Paul Zukofsky stjórnaði þá Tímanum og vatninu eftir Atla Heimi Sveinsson. Þarna kynntumst við Tinna honum Atla.“

Jólatónleikar Kammersveitar

Jólatónleikar Kammersveitar Reykjavíkur verða haldnir þann 5. desember, annan sunnudag í aðventu, klukkan 16.00 í Norður-ljósum í Hörpu. „Ég hef spilað með Kammersveitinni nær sleitulaust frá 2005 þegar ég tók við konsertmeistarakeflinu af Rut Ingólfsdóttur. Kammersveitin samanstendur af metnaðarfullum hópi sóloista og við höfum brallað ýmislegt saman. Ég vil benda á gríðarlegan katalóg af íslenskri

tónlist í túlkun Kammersveitarinnar á Spotify.“

Jólatónleikar Kammersveitarinnar eru ávallt með barokktónlist og tónleikarnir í ár eru þar engin undantekning. Verður tónlist Johanns Sebastians Bachs í algleymingi. „Ég hlakka sérstaklega til að fá að flytja Fiðlukonsert í E-dúr, en verkið á sérstakan stað í hjarta mér og er eitt uppáhaldsverkið mitt fyrir fiðlu. Ég er gríðarlega þakklát fyrir að fá að spila það með Kammersveitinni.“

Á dagskrá eru einnig tveir Brandenburgarkonsertar eftir Bach, sá fyrsti og sá fjórði. „Það eru margir sóloistar og blásarar í þessu stykki og ég er viss um að margir munu kannast við verkin þegar þeir heyra, enda eru þetta með frægustu verkum Bachs. Konsertarnir eru ólíkir en allir fyrir sólóhljóðfæri. Brandenburgarkonsertarnir hafa undarlega sjaldan verið fluttir á Íslandi.“

Tónlistin sendir hugann á flug

Tónleikar Kammersveitarinnar segir Una að séu mjög sérstakir í jólatónleikaflörunni. „Þeir eru eingöngu instrumental, bara sungið á hljóðfærin. Instrumental tónlist gefur öðruvísi pláss til að njóta og mögulega meira tækifæri til að hugsa inn á við. Svo er tónlist barokktímabilsins svo íhugul. Þetta eru dansar sem voru samdir á þessu tímabili og á tónleikunum getur hlustandinn dansað í huganum. Tónlistin tekur mann á svo marga mismunandi staði.“

Ekki útvarpað í ár

Gríðarlegur jólabragur er yfir jólatónleikum Kammersveitarinnar hvert ár. „Það er á þessum tónleikum sem ég kemst loksins í jólastapið. Sama gildir með jólatónleika Sinfóníunnar. Þeir eru alltaf einstaklega falleg fjölskyldustund í aðdraganda jóllanna.“

Una harmar að í fyrsta sinn í ár taki Ríkisútvarpið ekki upp jólatónleika Kammersveitarinnar, en venjan er að spila tónleikana á jóladag í útvarpinu. „Eflaust eru margir sem hafa það fyrir hefð að stilla á Gufuna til að hlýða á jólatónleikana í ró og næði. En það verður því miður ekki í boði í ár. Ég hvet því fólk eindregið til þess að næla sér í miða á tónleikana sunnudaginn 5. desember. Miðaverðinu er stillt í hóf og er ekki nema 3.500 krónur. Krafist er hraðprófs fyrir tónleikana og er hægt að bóka slíkt á covidtest.is og fer það meðal annars fram í bilakjallara Hörpu, K1.“ ■

25% afsláttur Cyber Monday

Við bjóðum 25% afslátt af öllum námskeiðum og gjafakortum mánudaginn 29. nóv.

Gjafakortið kemur í fallettri öskju og hægt er að velja hvaða upphæð sem er.

Nánar á dale.is



Dale Carnegie

Matorka svarar kallinu um sjálfbært sjávarfang

Við Grindavík hefur Matorka byggt upp fyrsta flokks aðstöðu fyrir landeldi laxfiska, sem nýtir meðal annars jarðhita á svæðinu til að tryggja bestu eldis-skilyrði. Landeldið í Grindavík svarar vaxandi kröfum markaðarins um sjálfbæra framleiðslu sjávarfangs.

Að sögn Árna Páls Einarssonar, framkvæmdastjóra vinnslu og sölusviðs Matorku, hefur uppbygging fyrirtækisins staðið yfir undanfarinn áratug. „Við tókum stórt skref árið 2016 þegar við höfum loks byggingu á fyrstu nýju landeldisstöðinni fyrir laxfiska á Íslandi í áratugi. Innviðirnir í landeldi hér á landi voru nokkuð komnir til ára sinna, þannig að þetta var stórt skref. Við áttuðum okkur fljótt á því að landeldi væri eitthvað sem hægt væri að gera miklu meira með á Íslandi. Það eru þessar sjálfbæru lausnir sem heimurinn er að biðja um.“

Undirbúningurinn tók mörg ár en framkvæmdir hófust 2016. Hjá Matorku starfa í dag um 45 manns og undanfarin ár hefur verið unnið að því að koma sjálfbærri framleiðslu í landeldi á fót á Íslandi. „Við erum með góða vöru. Íslenska bleikjan er okkar aðallína en við erum líka með regnbogasilung, en í minna mæli,“ segir Árni Páll.

Traustur grunnur og öflugur vöxtur

Verkefnið hefur verið kostnaðarsamt. 25-30 milljónum evra hefur verið varið í að byggja upp trausta innviði. Árni Páll segir að vandað hafi verið til allra verka. „En þrátt fyrir þessar miklu fjárfestingar er félagið enn að slíta barnsskónum, þar sem aðalvöxturinn er fram undan. Þetta er verkefni til framtíðar og við ætlum að byggja þetta upp í töluvert magn hér á Reykjanesinu.“

Matorka byrjaði með litla fiskeldisstöð í Landsveit, norðan við Hellu, árið 2010. Þar hófst ævintýrið. Fljótlega kom í ljós að fiskeldisfyrirtæki verða að vera með mikið magn á bak við sig til að eiga einhverja möguleika í þessum stóra heimi sjávarútvegs. Segja má að sagan byrji þarna í Landsveitinni, en hún springur út í Grindavík.

„Í Landsveitinni vorum við að ala 40-50 tonn á ári, en á þessu ári verðum við með um það bil 1.300 tonn, sem er auðvitað bylting frá því sem var. Markmiðið með þessu öllu var að koma með sjálfbærar lausnir inn á fiskeldismarkaðinn. Erlendis eru margir stórnotendur á fiski, á borð við stórar verslanakeðjur og veitingahúsakeðjur, farnir að kalla eftir því að hlutirnir séu gerðir á umhverfisvænan og sjálfbæran hátt. Við erum í raun að svara kallinu um að hlutirnir séu gerðir öðruvísi en þeir hafa alltaf verið gerðir.“

90 prósent seld til útflutnings

Bróðurparturinn af sölu Matorku er til útlanda, en hér á landi er það fiskbúðin Hafid sem dreifir vörum fyrirtækisins. Auk þess að vera fiskbúð sem margir þekkja af góðu, er Hafid stór dreifingaraðili inn í verslanakeðjur, veitingahús og mótuneyti. Útflutningur er hins vegar 90 prósent af sölu Matorku. Mjög mikið er selt til Bandaríkjanna og Kanada, en Evrópa er einnig mikilvægur markaður. Í Evrópu er salan fyrst og fremst til meginlandsins. Í Bretlandi hefur ekki verið mikill bleikjumarkaður, en Matorka hefur hug á að sækja þar fram líka.

Stjórnendur Matorku horfa til Asíu sem framtíðarmarkaðar með mikla vaxtamöguleika og



Árni Páll Einarsson, framkvæmdastjóri vinnslu- og sölusviðs Matorku, með framleiðslu fyrirtækisins.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR



Landeldisstöð Matorku við Grindavík tryggir umhverfisvæna og sjálfbæra framleiðslu við kjöraðstæður. MYND/ AÐSEND



Matorka leggur áherslu á sjálfbæra framleiðslu.

eru farnir að þreifa fyrir sér með sendingar þangað. „Til framtíðar sjáum við fyrir okkur að vöxturinn geti orðið mikill í Asíu, því að þar er mikill áhugi á okkar vöru. Erlendis seljum við mikið til stórnotenda á borð við verslanakeðjur, veitingahús og flugfélög. Við erum ungt fyrirtæki og færum okkur sífellt nær markaðinum, nær neytandanum. Í Seattle í Bandaríkjunum erum við til dæmis með litla söluskrifstofu, þar sem við sinnum stórnotendum í sjávar-

fangi á Bandaríkjamarkaði,“ segir Árni Páll Einarsson.

En hvert er ferlið í landeldi á laxfiskum?

„Við byrjum á því að kaupa frjóvguð hrogn frá innlendum birgjum. Þau eru flutt í seiðastöðina okkar fyrir austan fjall, í Landsveitinni. Þar er seiðum klakið út sem eru síðan alin í Landsveit í fersku íslensku fjallavatni án allrar seltu þangað til þau vega 10 grömm. Þetta eru einhverjir átta mánuðir. Þegar

halda jöfnu hitastigi allan ársins hring í kvíunum. Þetta er gríðarlegur kostur, til dæmis samanborið við sjókvíar þar sem hitastigið getur rokkað mikið milli vetrar og sumars og jafnvel nálgast frostmark á veturna. Í landkvíum Matorku er um 9-10 gráðu vatns-hiti allan ársins hring.

Matorka leggur áherslu á að halda kolefnissporinu í lágmarki og afla helst allra aðfanga hér innanlands. Föðrið kemur frá Föðurlöndunni. Bleikjan, sem er aðalframleiðsla fyrirtækisins, er þannig alíslensk og allt sem kemur að ferlinu er íslenskt. Þetta segir Árni Páll vera góðan sölupunkt á erlendum mörkuðum.

Ársframleiðsla Matorku er, sem fyrr segir, um 1.300 tonn, en framleiðslugetan er um 3.000 tonn á ári. Fyrirtækið hefur leyfi til að margfalda þá getu og stefnir að því að verða leiðandi í greininni þegar fram í sækir.

Matorka hefur lagt mikið upp úr vottunum sem matvælaframleiðandi. Í ljósi aukinnar meðvitundar um umhverfismál og samfélagslega ábyrgð, hafa mjög margir stórnotendur á sjávarfangi sett sér ákveðnar reglur hvað varðar innkaup á fiskmeti. Því getur verið gríðarlega mikilvægt að fá vottanir þriðja aðila um hversu vel birgir stendur sig í framleiðslu þegar kemur að þessum þáttum. Matorka var fyrsta bleikjufyrirtækið á Íslandi til að taka upp Aquaculture Stewardship Council (ASC) staðalinn og hefur nú einnig hlotið vottun frá Global GAP, en þetta eru leiðandi gæðastaðlar hvað varðar ábyrga, alþjóðlega matvælaframleiðslu.

„Það hefur verið mikið ævintýri að byggja upp þetta fyrirtæki og varan hefur fengið mikið hrós um allan heim,“ segir Árni Páll. „Hinn heimsfrægi kokkur, Nobu Matsuhisa, tók bleikjuna okkar inn á staðina sína í London, og í fyrra var bleikjan okkar pöntuð í veislu fyrir Karl Gústaf Sviakonung.“

Covid hefur þó hægt á vexti fyrirtækisins og ekki hjálpaði það þegar allt hristist og nótraði á Reykjanesinu og jarðeldar byrjuðu í mars. „Þetta mótlæti hefur þó bara styrkt fyrirtækið og þrátt fyrir þetta jukust tekjur félagsins um 30 prósent á milli ára,“ segir Árni Páll Einarsson framkvæmdastjóri vinnslu og sölusviðs Matorku. ■

” Erlendis eru margir stórnotendur á fiski, á borð við stórar verslanakeðjur og veitingahúsakeðjur, farnir að kalla eftir því að hlutirnir séu gerðir á umhverfisvænan og sjálfbæran hátt.

þau eru orðin 10 grömm eru þau flutt til Grindavíkur, þar sem þau eru höfð innanhúss þangað til þyngdin er orðin að minnsta kosti 150 grömm. Innanhúss eru þau í svona 3-6 mánuði og á þeim tíma eru þau bólusett. Þegar þau eru orðin 150-200 grömm eru þau sett í stóru stöðina okkar hérna í Grindavík og hér er fiskurinn alinn alveg upp í sláturstærð, sem getur verið á bilinu 1-2 kíló og allt upp í 2,5 kíló. Í útikerjunum er fiskurinn í um það bil sex mánuði, þannig að ferlið spannar á bilinu 18-20 mánuði alls að jafnaði.“

Landeldisstöðin í Grindavík er í nágrenni við Bláa lónið og jarðhita og nýtur góðs af því. Hægt er að

Síungur öldungur með puttann á púlsinum

Brynjólfur Björnsson, kaupmaður í Brynju, hefur staðið þar vaktina í 55 ár. Hann tekur vitaskuld þátt í verslunarháttum nútímans.

thordisg@frettabladid.is

„Mér þykja Black Friday og Cyber Monday skemmtileg viðbót við lífið og tilveruna. Við Íslendingar erum nýjungagiarnir og gleypum allt frá Ameríku, en mér finnst skrytið þegar afslættir þessa daga standa fram til 10. desember, þar sem þeir eru stílaðir inn á þessa helgi og svo búið.“

Þetta segir Brynjólfur Björnsson, kaupmaður og eigandi Verslunarinnar Brynju, sem staðið hefur opin gestum og gangandi á Laugavegi 29 í 102 ár.

„Brynja er síungur öldungur og alltaf með puttann á púlsinum,“ segir Brynjólfur og hlær. Hann hefur fylgir því nýjasta eftir, þótt verslunin sé nú orðin meira en aldargömul.

„Við höfum alltaf tekið þátt í Black Friday og Cyber Monday, en gefum hins vegar ekki 30 til 70 prósentu afslátt eins og títt er, því við flytjum inn svo mikið af vörum sjálfir. Við leggjum á þær



Brynjólfur í Brynju segist vissulega sakna þess þegar Laugavegurinn var aðalverslunargatan í Reykjavík, en sem betur fer haldi enn margir í þá hefð að labba Laugaveginna á adventunni til að kaupa jólagjafir og komast í gott jólaslap.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

Rafmagnsgítar Kassagítar Rafmagnsbassi Klassiskur gítar Kassabassi Gítarbanjó



Kassagítarar á tilboði

Jólagjafir í úrvali



Kajun tromma



Heyrnartól



Mikrafónar í úrvali



Ukulele



Fíðla 26.900



Þráðlaus mikrafónn



Hljómborð í úrvali

Hljómborð á tilboði



Magnari fyrir kassagítar og mikrafón



Gítarmagnari fyrir rafmagnsgítara

Gítarinn ehf

Stórhöfða 27 • 110 Reykjavík • S. 552 2125 • gitarinn@gitarinn.is • www.gitarinn.is

hóflega álagningu sem viðskiptavinir njóta árið um kring, en í tilfalli þessara tilteknu daga bjóðum við ýmis góð tilboð,“ greinir Brynjólfur frá.

Tilboðin má til dæmis finna á heimasíðunni brynja.is.

„Eftir að við opnuðum heimasíðuna hefur verslun þar inni aukist ár frá ári og þaðan seljum við mikið um allt land. Það er mikill þægindaauki fyrir landsbyggðarfolk að geta skoðað og keypt vörur á netinu, og æ fleiri sem læra að nýta sér vefverslun. Hédan úr Reykjavík er líka mikið pantað á netinu og sótt í búðina, en Reykvíkingum þykir gott að geta skotist eftir tilbúnum pakka úr vefversluninni; það er fljótlega en að stoppa við í búðinni og leita þar hófanna.“

Eldest vel í líflegri verslun

Brynjólfur hefur staðið vaktina við búðarborðið í Brynju í 55 ár.

„Ég er mættur til vinnu klukkan átta á morgnana og fer ekki heim fyrr en hálf sjö. Ég er enn fullfrískur til heilsunnar en kannski ekki allveg jafn sprækur og ég var á árum áður, enda verð ég áttæður í febrúar. Ég held það fari vel með mann að vinna í jafn líflegri verslun og Brynju; ég tala nú ekki um við Laugavegin, þar sem maður hittir svo margt fólk og útlendir ferðamenn hafa aukið enn á fjölbreytileikann. Ég hef gaman af því að fá útlendinga til mín í búðina og inn úr dyrunum koma íðulega Kanar sem versla mikið og tala um hversu gaman þeim þykir að koma inn í jafn gamla og rótgróna búð af þessu tagi, sem þeim eru horfnar í Ameríku.“

Ásamt Brynju standa tveir aðrir öldungar í verslunarrekstri við Laugaveg; Herrafataverslun Guðsteins og Bakarí Sandholt.

„Tímarnir hafa breyst mikið síðan ég byrjaði að vinna í Brynju á sínum tíma og ég sakna þess þegar Laugavegur, Bankastræti og Austurstræti voru einu staðirnir þangað sem allir komu til að gera jólaínnkaupin. Þá ríkti líka allt annar hugsunarháttur, en fólk heldur áfram að koma í miðbæinn til að upplifa jólastemninguna, kaupa jólagjafir og hitta mann og annan. Utandyra er fólk afslappaðra og gefur sig á tal við fólk sem sést kannski sjaldan. Slíka fagnadardarfundir sé ég oft í Brynju,“ segir Brynjólfur, glaður í bragði.

Jólagleðin í mínu hjarta vaknar í byrjun desember þegar leikskólabörn labba um Laugavegin og dást að jólaljósunum.

Ekki enn sofnað ofan í diskinn Brynjólfur segir Black Friday og Cyber Monday hafa sín áhrif á jólasölu.

„Fólk nýtir sér tilboðin og kaupir jólagjafir. Í jólapakkana fer allt mögulegt frá okkur, verkfæri og alls kyns dót, því við erum með drjúgt og mikið vöruúrval þótt búðin sé ekki stór. Hér fæst svo margt sem hvergi fæst annars staðar því við flytjum það inn sjálf. Nú eru lærisstándar til dæmis vinsæl gjöf, fyrir hangikjöt og tvíreykt kjöt sem stendur þá í standinum og fólk getur fengið sér flís af á borðinu,“ upplýsir Brynjólfur og er kominn í jólaslap.

„Þetta er mikill uppáhaldstími hjá mér og þótt vinnudagar adventunnar séu langir og opið til 22 eftir miðjan desember, gerir fólkíð og gleðin í loftinu það allt þess virði. Þegar Laugavegurinn var og hét helsta verslunargata landsins var alltaf líf og fjör, og fólk kemst enn í jólaslap við það eitt að labba í bæinn, kaupa jólagjafir og gera sér glaðan dag á Laugaveginum. Því vona ég að Laugavegurinn haldi áfram að vera miðpunkturinn í jólastemningu landsmanna. Það er ríkt í þjóðarsálinni að ganga niður Laugavegin fyrir jól og þegar snjóar á Þorláksmessu eykur það enn á jólastemninguna,“ segir Brynjólfur.

Hann viðurkennir að vera oft orðinn lúinn þegar aðfangadagur rennur upp.

„En ég hef ekki enn sofnað ofan í diskinn minn og næ vitaskuld að halda mér vakandi með rjúpur á borðum. Ég fór í fimmtíu ár á rjúpu á Holtavörðuheidi, þar sem við gistum á sveitabæ í Norðurárdal og var þá 15. nóvember alltaf frátekinn dagur. Annars vaknar jólagleðin í mínu hjarta í byrjun desember þegar leikskólarnir koma með káta krakka sem labba um Laugaveg og dást að jólaljósunum og skreytingum. Það er gaman að sjá hversu börnin eru hrífnaem og verða vitni að einskærri gleði þeirra og eftirvæntingu.“

Smáauglýsingar

550 5055

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

Bílar & Farartæki

AÐALKAUP



GLÆNÝR BÍLL - ÓTRÚLEGT VERÐ!!!

NISSAN LEAF TEKNA 40kwh. Glænýr árgærd 2021, 100% rafmagn, Sjálfskiptur. TEKNA útfærsla með leðri, propilot, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Bíll í ábyrgð. VERÐ ADEINS kr.4.177.000- Rnr.120602. Til afhendingar strax hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3c.



GLÆNÝR BÍLL - ÓTRÚLEGT VERÐ!!!

NISSAN LEAF TEKNA 40kwh. Glænýr árgærd 2021, 100% rafmagn, sjálfskiptur. TEKNA útfærsla með leðri, propilot, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Bíll í ábyrgð. VERÐ ADEINS kr.4.177.000- Rnr.120602. Til afhendingar strax hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3c.

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

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bilauppbod - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is



Toyota Yaris Actice Hybrid 4/2018 ekinn aðeins 28 þús. km. Sjálfskiptur. Álfelgur. Fluttur í snattíð eða skólann. Verð: 2.490.000,-

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.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 málaramaestari. Löggiltir málarar. Vönduð vinna, vanir menn. www.regnbogalitir.is malarar@simnet.is. Sími 8919890

Málaramaestari getur bætt við sig verkefnum. S. 8511128 og 6951543 haraldur1006@gmail.com.

Búslóðaflutningar

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskripti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Lampa og ljósakrónu viðgerðir & almenn rafvirkja vinna. Jens G. Löggiltur rafvirkji s: 778-7171

Húsviðhald



Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu frjá ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is



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

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

Til sölu



Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

BÓLSTRUN – SAUMASKAPUR

Uppgerðir Rokkókóstólar með áklæði að eigin vali á góðu verði



FYRIR



EFTIR

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

Sérhæfum okkur í bílsætaviðgerðum, mótörhjóllum, snósleðasætum, líumum og gerum við tréverk á húsgögnum.

Formbólstrun

Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekkumegin | S. 544 5750 | www.hsbolstrun.is

Varmadælur

Ný kynslóð: Innbyggð sóttthreinsun



Innbyggt:

- WiFi
- Spennuvörn
- Lágprýstivörn



NØRDIS Áratuga reynsla í Noregi



KGG

Kristjan G. Gislason ehf • 552-0000 • kgg@kgg.is

Varmadæluskjól



- Öflug
- Úr málm
- Vindpölin

Frágangshlífar

Frágangshlutur



Vatnsdælur



Varmadælurör



Húsviðhald

FAGLIST
ALLT ALMENNT HÚSAVIÐHALD
OG JARÐVINNA

SMÍÐAVINNA - MÚRVINNA - MÁLNINGARVINNA
DRENLAGNIR - HELLULAGNIR

ÞJÓNUSTUM EINSTAKLINGA,
HÚSFÉLÖG OG FYRIRTÆKI

faglist@faglist.is

**FLÍSLAGNIR - MÚRVERK
- FLOTUN - SANDSPARSL -
MÁLUN - TRÉVERK**

Ásamt öllu almennu viðhaldi
fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar
fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

NUDD NUDD NUDD

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

Keypt
& Selt



Slensk framleiðsla fyrir íslenskt veðurfar
Vandaðir krossar á leiði!
31. ár
JS LJÓSAMÍÐJAN
MÉLAVERKSTÆÐI
SLÁTTUVELAÐJÓNUSTAN

Skemmuveg 34 - 200 Kóp. Sími 554 0661

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmíðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-17

Til sölu



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

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



**Gítarar og
hljómborð
í miklu úrvali**

Verð við allra hæfi

Heimilið

Barnavörur



SYSTKINA VAGN/KERRA

Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar -
Hliðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313
barnidokkar.is

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Parftu þitt pláss? Við erum með nóg
af því. Allt að 20% afsláttur. www.
geymslur.is

Tilkynningar

Einkamál



**NÝLEG UNGLEG EKKJA,
68 ÁRA**

Nýleg unglæg, heilbrigð og
reglusöm ekkja, 68 ára,
(158 cm á hæð, 65 kg),
með uppruna frá Suður-Evrópu,
vantar traustan, vandamálalausn,
andlega- og líkamlega heilbrigðan,
ekta Íslending 65-75 ára,
ákveðinn í að upplifa áfram góða
og skemmtilega stundir
t.d. í komandi jöl.

Skilyrði:
menntaður á háskólastigi, hress,
reglusamur,
jákvæður og hjartagóður, úr
höfuðborgarsvæðinu, með
facebook eða skype.

S. 845 4219. Æskilegt er að senda
myndir á netfang:
heimur2001@hotmail.com

Heilsa

Heilsuvörur



Atvinnublaðið

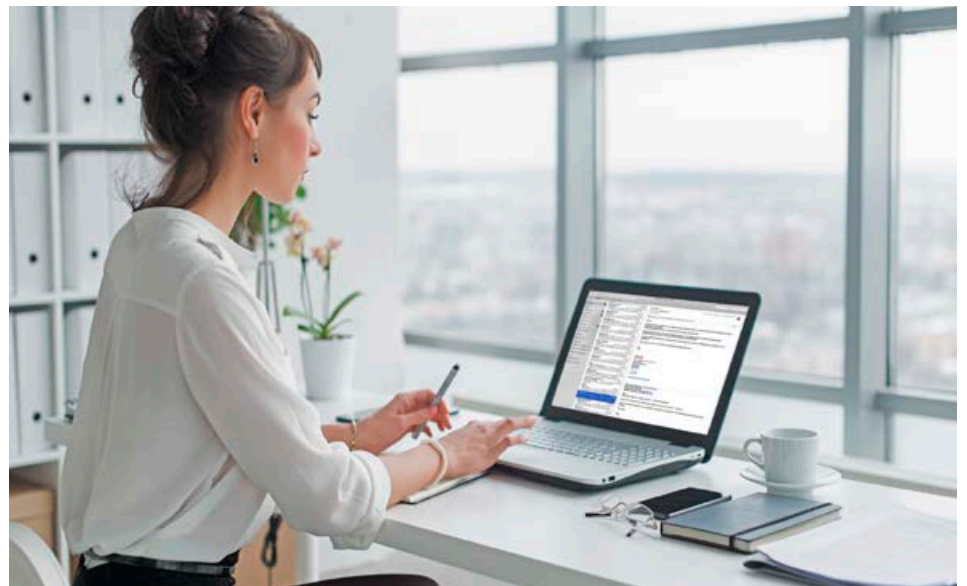
— Mest lesna atvinnublað Íslands —



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

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



Parftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.
Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum
lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • www.radum.is • radum@radum.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055



LED leiðiskrossar



- Gengur fyrir rafhlöðum eða tengist rafmagn.
- Rafhlaða endist um það bil í einn mánuð.

Upplýsingar í s. 699 6869 og rafeindir.is

LOK Á HEITA POTTA



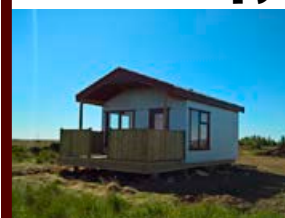
Framleiðum einangrunarlok
og yfirbreiðslur á allar
tegundir potta.

Metum ástand og gerum við.

www.fjardarbolstrun.is

Fjardarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta
vel í ferðaþjónustuna,
afhendað fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is
eða í síma 899 0913 Fríða
www.reisum.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bástál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða
s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

EYJALIND

Varahlutir í lyftara



- Toyota
- Hyster
- Yale
- Jungheinrich
- Ofi.

Vertu vinar okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is



Tímamóta **uppgötvun** gegn litablettum með **sjáanlegum árangri** á 4 vikum



Skannaðu mig til að byrja þitt tímamótaskref fyrir ljómandi húð

NÝJUNG





Halldór Reynisson starfaði sem prestur í fjölda ára og í ýmissi sorgarvinnu.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

Erfitt þegar einn stóllinn er skyndilega auður



Lovisa
Arnardóttir
lovisaa

@frettabladid.is

Jólin eru alla jafna gleðilegur tími, en fyrir fólk í sorg eru jólin og áramótin erfiður tími. Halldór Reynisson, fyrrverandi prestur, leggur áherslu á að fólk gæti að tilfinningum og líðan þeirra sem syrgja og virði það að sorgin er langhlaup.

Allar stundir fyrir þau sem hafa misst, og ekki síst þau sem hafa misst ótímabært eða skyndilega, eru erfiðar fyrstu árin, en ákveðnir tímar eru erfiðari en aðrir," segir Halldór Reynisson, fyrrverandi prestur, og telur upp sem dæmi afmæli hins látna, dánardagur, frí eins og um páska og sumur og svo jólin og hátíðirnar í kring.

„Jólin eru afar hefðbundin hátíð á Íslandi og eru tengd sterkum fjölskylduhefðum. Þá erum við sem aldrei fyrr afar mikið fjölskyldufólk um jólin og treystum á hefðirnar og það er mikill kostur við íslenskt samfélag. En þegar einhver úr nánasta hópnum er dáinn og einn stóllinn við borðið auður, þá getur þetta verið afskaplega erfiður og sár tími," segir Halldór, og að fyrir suma sé það mikil raun að komast í gegnum jólin.

Hann segir gott að undirbúa sig fyrir þann tíma, hafi maður upplif að slíkan missi og að það þurfi ekki að vera flóknara en að vita hvað eigi að gera þegar einhver óskar manni gleðilegra jóla.

„Manneskja í sorg upplifir ekki gleðileg jöl og það er jafnvel raun þegar einhver, í velvild auðvitað, en mögulega misskilinni velvild, óskar einhverjum í slíku ástandi

gleðilegra jóla. Það er miklu nær að segja fólk að ganga vel að komast í gegnum jólin.“

Gott að fara eitthvað annað

Hann segir að stemningin sem almennt sé um jólin í samfélaginu sé í hrópanði mótsögn við líf þeirra sem hafa misst og orðið fyrir slíku áfalli.

Það er engin páska yfir jólin, frá sorginni?

„Nei, en reyndar er það þannig að eitt ráð sem við gefum fólk og nýtist því vel er að taka sér frí eða frímínútur frá sorginni og þess vegna hefur það reynst fólk vel að fara í nýtt umhverfi um jólin," segir Halldór.

„Heimili þitt er hús sorgarinnar og stundum þarf maður að stíga út úr því til að ná andanum. Til að hvíla sig á þessum sterku tilfinningum. Sorg eru allar vondar tilfinningar sem við getum hugsað okkur og þegar eitthvað svona óeðlilegt hefur gerst, eins og skyndidauði eða ótímabært andlát, þá eru allar þessar vondu tilfinningar eðlilegar. Við sem höfum verið í þessari sorgarvinnu erum að hjálpa fólk að stíga upp úr sorginni. Hún hverfur aldrei en fólk þarf að læra að lifa með henni. Hluti af því er að tala, gráta, hlæja og tala og tjá sig um líðan sína um það sem er í gangi í lífinu. Jólin eru með erfiðustu stundum þeirra sem eru í sorg og það þarf að ræða það og þær tilfinningar sem kvikna.“

Hann segir að það geti verið ýmislegt sem fólk veltir fyrir sér, eins og hvað eigi að gera við auða stólinn við matarborðið, hvort það eigi að leggja á borð fyrir einstaklinginn sem nú er farinn, eða hvort það eigi að kaupa pakka. Svo er það leiðið

og kirkjugarðurinn, hvernig eigi að huga að því og hvenær eigi að fara og hversu oft.

„Þetta geta verið stórmál fyrir fólk. Umfram allt leggjum við, sem störfum við þetta, áherslu á að fólk sé gott við sjálft sig og setji sig í fyrir-rúm, en ekki hefðirnar eða ætlanir annarra. Fólk á að vera frekt á eigin líðan og tilfinningar og að það geri það sem því sýnist, sama hvort það sé að sleppa öllum jólahefðum. Því hefðirnar geta verið eins og harðstjóri og að þau eigi að vera á einn eða annan hátt, og að það sé verið að brjóta náttúrulegum ef ekki er haldið í þær, en þær eru bara í kollinum á okkur sjálfum.“

Þá segir Halldór að það geti verið gott fyrir fjölskyldur að ræða það hvernig eða hvort það eigi að minnst hins látna sérstaklega á aðfangadag og um jólin, og tekur dæmi um fjölskyldu sem tók sér tíma við upphaf borðhaldsins og talaði um hinn látna eða hina látnu. Svo grétu þau saman og að því loknu hélt jólahaldið áfram.

Ekki vera uppþrengjandi

Spurður hvort hann sé með ráð fyrir þau sem standa nærri þeim sem hafa misst, segir Halldór að það sé gott að bjóðast til þess að aðstoða fólk við eitthvað mjög afmarkað, ekki hafa boðið opið, heldur spyrja hvort þau eigi að hjálpa með að kaupa gjafir, fylgja þeim út í búð eða eitthvað annað.

„Það er afar mikilvægt að standa við það sem maður segir, en vera ekki uppþrengjandi. Taka púlsinn á líðan þeirra sem hafa misst og hafa frumkvæði að því að bjóða hjálp, en hafa líka skilning á því þegar fólk þiggur ekki aðstöðina og vill vera í friði.“

Halldór segir að eitt grundvallaratriði í þessu sé að gleyma því ekki að sorgin tekur tíma.

„Sorgin er langhlaup og þetta er ekkert endilega búið fyrstu jólin eftir missi.“

Áramótin líka erfið

Hann segir að erfiðleikarnir einskorðist þó ekki aðeins við jólin sjálf heldur þyki mörgum áramótin jafnvel erfiðari.

Góð ráð frá Sorgarmiðstöðinni

- Hvettu syrgjandann til að hugsa fyrst um sig.
- Sendu persónulega kveðju í stað hefðbundins jólakorts.
- Skoðuðu að gefa minningargjöf.
- Vertu til staðar.
- Mundu að það eru ekki einungis fyrstu jólin sem eru erfið.
- Veittu aðstoð við undirbúning jólaanna.
- Sýndu breyttu jólahaldi skilning.
- Bjóddu syrgjanda með, án þess að vera ýtin/n.
- Vertu því viðbúin/n að plön geta breyst.



Það er afar mikilvægt að standa við það sem maður segir, en vera ekki uppþrengjandi.

„Tönn áramótanna er dálítið melankólískur. „Árið er liðið í aldanna skaut og aldrei kemur það aftur.“ Þetta er mjög dramatískt og það er vegna þess að um áramót erum við að minnst þess sem gerðist það árið og að sjá fyrir okkur árið sem er að ganga í garð og hvernig það verður. Fólk minnst þess að hafa misst maka, barn, vin eða annan ættingja og hugsar svo með sér hvernig það eigi að lifa lífinu án þessa einstaklings næsta árið. Ég þekki fólk sem finnst áramótin jafnvel erfiðari tími.“

Hann segir mikilvægt að fólk finni leiðir til að halda minningu þess látna á lofti.

„Ég segi að þegar einhver nákominn manni deyr, þá er eins og maður missi hluta af manni sjálfum, en um leið verður viðkomandi áfram hluti af lífi okkar og það verður að leggja áherslu á að rækta tengsl við þann látna með því að tala um hann, minnst hans og halda minningu hans á lofti. Það er gott og nærandi fyrir okkur sjálf að gera það.“

Hann segir að það sé þó aðeins nýttílkomið að fólk ræði þessa hluti, og sérstaklega ef fólk fór skyndilega eða ótímabært.

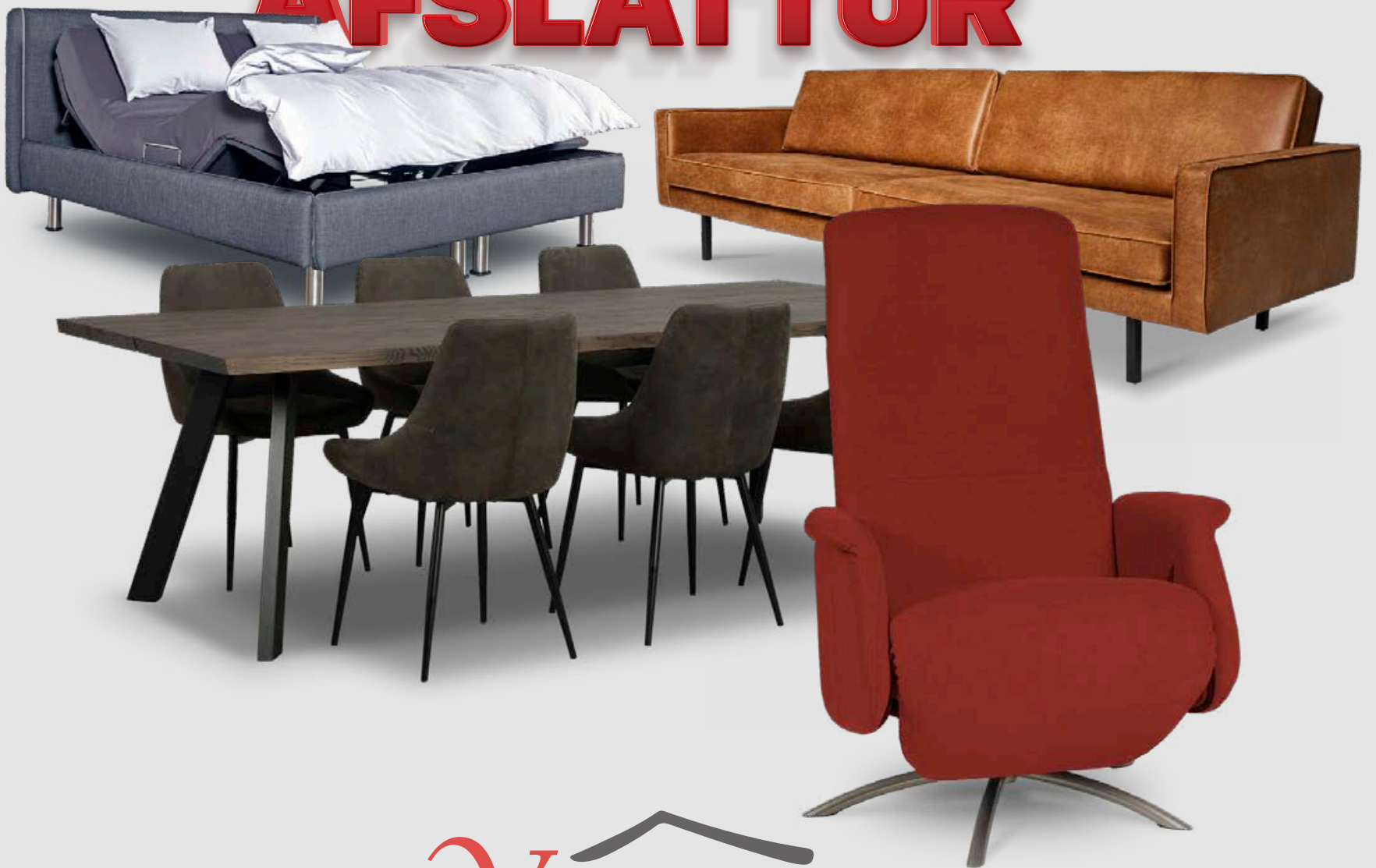
„Ég hef hitt fólk sem segir að það að hafa ekki haft tækifæri til að ræða þann látna eða missinn, hafi verið jafn erfitt og að missa þennan einstakling. Þess vegna er það þannig þegar við lítum til nýs árs, að þá hugsum við hvernig megi halda minningunni á lofti og tryggja að þessi einstaklingur verði áfram hluti af okkar lífi.“ ■

Svartur föstudagur

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

30%

AFSLÁTTUR



Vogue
FYRIR HEIMILIÐ



Elskulegi eiginmaður minn, lífsförunautur og ferðafélagi, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Reynir Benediktsson
skipstjóri,

lést á sjúkrahúsi í Alicante þann 11. nóvember. Útförin fer fram í kyrrþey frá Ástjarnarkirkju, Hafnarfirði, 2. desember kl. 14.00 að viðstöddum fámennum hópi aðstandenda og vina. Þeim sem vilja minnast hins látna er bent á Umhyggju, félag langveikra barna.

Jóhanna Gunnarsdóttir

Rúnar Reynisson

Einar Ingi Reynisson

Benedikt Reynisson

Gunnar Reynisson

Kristþór Reynir Gunnarsson, Ása Margrét Gunnarsdóttir

Konráð Ari, Reynir Erling og Óskar Glói Benediktssynir

Rósa Óskarsdóttir

Sigríður Kristín Kristþórsdóttir

Ása Margrét Gunnarsdóttir

Konráð Ari, Reynir Erling og Óskar Glói Benediktssynir



Ástkær systir, mágkona og frænka,

Helga Gunnarsdóttir

lést á Landspítalanum Fossvogi mánudaginn 15. nóvember. Útförin hefur farið fram.

Gunnar Gunnarsson

Herdis Erna Gunnarsdóttir

Gunnar Helgi Gylfason, Einar Gylfason,

Hanna Lára Gylfadóttir

Harpa Harðardóttir

Hörður Gauti Gunnarsson

Gunnar Helgi Gylfason, Einar Gylfason,

Hanna Lára Gylfadóttir



Þórður ákvað að halda sig við tónlist sem samsvaraði tíðarandanum.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Samdi nýja tónlist við fyrstu kvikmynd tekna upp á Íslandi

Tónskáldið Þórður Magnússon gaf nýlega út tónlist við kvikmyndina Saga Borgarættarinnar, fyrstu leiknu kvikmyndina sem tekin var upp á Íslandi.

arnartomas@frettabladid.is

Fyrsta leikna kvikmyndin sem tekin var upp á Íslandi, Saga Borgarættarinnar, fagnar 100 ára afmæli sínu í ár. Í tilefni af tímamótunum var kvikmyndin nýlega endurgerð og var fyrir í mánuðinum sýnd í Bíó Paradís. Myndin byggir á skáldsögu Gunnars Gunnarssonar og var tekin upp á Keldum á Rangárvöllum, Reykholti í Borgarfirði, Reykjavík og Hafnarfirði.

„Kvikmyndasafn Íslands og Gunnarsstofnun ákváðu að ráðast í stafræna endurgerð á myndinni,“ segir Þórður Magnússon tónskáld, sem sá um að semja tónlistina fyrir endurgerðina. „Þá þurfti setja einhverja tónlist við og ákveðið var að semja nýja tónlist í stað þess að vera að nota gamla eins og hingað til hefur verið gert.“

En hvernig byrjar maður á að semja tónlist fyrir 100 ára gamla kvikmynd?

„Maður byrjar á því að taka ákvarðanir – hvað hentar og hvað hentar ekki?“ segir Þórður. „Ég tók þá ákvörðun að reyna að fylgja tímanum, að vera staddur þarna í kringum 1920 tónlistarlega séð. Nálgunin var ekki eins og þegar Giorgio Moroder notaði meðal annars tónlist eftir Queen við endurgerð Metro-polis á sínum tíma.“

Tónlist Þórðar við myndina var nýlega gefin út og er aðgengileg á veitum á borð við Spotify.

Myndin kom á óvart

Þórður segir að myndin sjálf hafi komið honum mikið á óvart.



Muggur stóð sig með þrýði í hlutverki Ormars.

MYND/SKJÁSKOT



Maður byrjar á því að taka ákvarðanir – hvað hentar og hvað hentar ekki?

„Ég hafði heyrt um Sögu Borgarættarinnar en aldrei séð hana, þegar ég fékk þetta verkefni. Ég var með þá fordóma að þetta hlyti að vera tæknilega gölluð mynd því hún væri svo gömul og gerð við svo frumstæðar aðstæður,“ segir hann. „Síðan kemur í ljós að myndin er býsna tæknilega fullkomin og eins

góð og kvikmyndir gerðust á þessum tíma. Danska tókuliðið sem vann að myndinni var í raun með þeim fremstu í heiminum á þessum tíma.“

Þá segir Þórður að myndin standi einnig á eigin fótum, utan tækninnar.

„Kvikmyndagerð er svo ung á þessum tíma að ég hélt kannski að það væri ekki búið að fullkomna ákveðna dramatík og hvað væri hægt að gera í bíó,“ segir hann. „En myndin smellur og leikurinn er býsna góður.“

Guðmundur Thorsteinsson, eða Muggur eins og hann er iðulega kallaður, fer með eitt af aðalhlutverkunum í myndinni, og segir Þórður að hann hafi verið þrýðisleikari.

„Hann er býsna góður leikari,“ segir hann. „Hann leikur aðalsöguhetju myndarinnar, Ormar, bæði sem ungan mann og miðaldra, og tekst ansi vel til.“ ■

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi



ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNISLA

Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242

Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er



Sverrir Einarsson



Jóhanna Eiríksdóttir

www.utfarin.is

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

Mergættir, hlíja og virðing *Við andlát ástvinar*



Ísleifur Jónsson



Steinunn Magnúsdóttir



Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353

www.usr.is

isleifur@usr.is

Þjónusta allan sólarhringinn



Útfararþjónusta
í yfir 70 ár

Vesturlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

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



Ástkær móðir okkar, amma, langamma og langalangamma,
Guðmunda Jóhanna Dagbjartsdóttir
Sörlaskjöldi 9,

verður jarðsungen frá Dómkirkjunni fimmtudaginn 2. desember kl. 13.00.

Í ljósi aðstæðna verða einungis hennar nánustu viðstaddir athöfnina. Athöfninni verður streymt á slóðinni: laef.is/munda

Börnin.



Okkar innlegustu þakkir til allra sem sýndu okkur samúð, vináttu og hlýju, vegna andláts og útfarar ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdafaður, afa og langafa,

Andrésar Jónssonar
Kriulandi 17, Garði.

Guðlaug Bragadóttir

Bragi Andrésson

Jónas Andrésson

Valur Andrésson

Anna Grabowska

Rósa Marteinsdóttir

barnabörn og barnabarnabörn.

TYGGÐU EXTRA TIL GÓÐRA VERKA



MEÐ ÞVÍ AÐ TYGGJA EXTRA STYÐUR ÞÚ SOS BARNAPORPIN
TIL BÆTTRAR TANNHEILSU BARNA Í GHANA OG BOTSWANA



Í SAMSTARFI VIÐ



SOS
BARNAPORPIN
Öll börn vilja gott heimili

Í OKTÓBER OG NÓVEMBER



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, systir og amma,

Inga H. Ágústsdóttir

snyrti- og fóttaáðgerðafræðingur,

lést þriðjudaginn 9. nóvember.
Útförin fer fram frá Neskirkju
mánudaginn 20. desember kl. 13.00.

Ágúst Guðmundsson

Puríður Reynisdóttir

Lýður Guðmundsson

Kristján Kristjánsson

Sigrún Guðmundsdóttir

Kristján Kristjánsson

Lovísa Ágústsdóttir

Agústa, Tómas, Alexander og María



Elsku faðir, tengdafaðir og afi okkar,

Jens Arinbjörn Jónsson

bóndi frá Smyrlahóli,
Haukadahl, Dalabyggð.

Síðast til heimilis að
Flétturima 2, Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Eir 18. nóvember.

Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju, fimmtudaginn
2. desember kl. 14, með nánustu ættingjum og vinum.
Þeim sem vilja minnst hans er bent á MS-félag Íslands.

Arndís Gyða Jensdóttir

Gísli Freyr Þorsteinsson

Laufey Jensdóttir

Reynir Einarsson

Ingólfur Jenson

Berglind Jóna Jensdóttir

Jón Helgi Hreiðarsson

Haukur Emil Vernharðsson

barnabörn og barnabarnabörn.



Hjartans þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæru frænku,

Geirlaugar Ingvarsdóttir

frá Balaskarði.

Sérstakar þakkir til starfsfólks
Heilbrigðisstofnunarinnar á Blönduósi.

Systkinabörn og fjölskyldur.



Elskulegur bróðir okkar,
mágur og frændi,

Þorsteinn Aðalbjörnsson

Norðurgötu 30, Sandgerði,

lést á dvalarheimilinu Lundi
mánudaginn 22. nóvember.
Útförin verður auglýst síðar.

Jón Aðalbjörnsson

Sigríður Sigmundsdóttir

Ragna Aðalbjörnsdóttir

Ásgeir Árnason

og fjölskyldur.



Hjartans þakkir til allra þeirra
er heiðruðu minningu

Skúla H. Flosasonar

og sýndu okkur hlýju og kærleika við
andlát hans og útför.
Ljósíð fylgi ykkur.

Þóra Björk Sveinsdóttir

Kristín Heiða Skúladóttir

Guðni Þór Þorvaldsson

Eyrún Skúladóttir

Karl Erlendsson

Nanna Hlín Skúladóttir

Steingrímur Birkir Björnsson

Pétur Heiðar Snæbjörnsson

Hrafn Gunnar Hreiðarsson

Ívar Skúli Logason

Sara Rut Jóhannsdóttir

Valur Snær Logason

Sveinn Helgi Karlsson

Þóra Kristín Karlsdóttir

Björn Breki Steingrímsson

Sunneva Rán Steingrímisdóttir

Baldvín Hreiðar Hrafnsson



Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýju við andlát og útför okkar ástkæra

Guðmundar Péturssonar

Gulapíngi 34, Kópavogi.

F. h. aðstandenda,
Jóna E. Jónsdóttir



Héléne hlaut Fjöruverðlaunin á Góugleði árið 2007 fyrir Rósaléppapjón í nýju ljósi.

MYND/ADSEND

Nútímablær á eldgamla sokka

Í nýrri íslenski þrjónabók eru teknar saman fjölbreyttar uppskriftir að sokkaprjóni og formál-inn er úr ólíklegru átt.

arnartomas@frettabladid.is

Hönnuðurinn Héléne Magnússon gaf nýlega út nýja þrjónabók, Sokkar frá Íslandi, sem inniheldur eitt og annað um sögu sokkaprjóns á Íslandi og uppskriftir að sérislenskum sokkapörum. Héléne hefur áður gefið út verðlaunaþrjónabækur, en þetta er í fyrsta skipti sem hún gefur út bók á eigin spýtur.

„Ég fór aðeins að rannsaka sokkana á Íslandi, til dæmis þá sem má finna á söfnum,“ segir Héléne. „Ég hef áður gefið út þrjónabækur en ákvað að taka sokka fyrir núna því þeir eru bæði einfaldir og skemmtilegir. Það var rosa spennandi að afhjúpa söguna á bak við sokkana og reyna að setja nútímablæ á þá.“

Héléne segist hafa reynt að hafa uppskriftirnar aðgengilegar fyrir byrjendur og lengra komna. Bókin inniheldur sautján sokkauppskriftir með sterkum íslenskum blæ, en Héléne sótti innblástur í gamla íslenska sokka, eldgamlar uppskriftir, en einnig í hefðbundna íslenska vettlinga. Sokkarnir eru þrjónaðir að ofan eða frá tånun, með ansi mörgum afbrigðum á hælum og tàm, og alls kyns aðferðir notaðar.

„Ein uppskriftin í bókinni er vestfirskir sokkar, sem er bara eitthvað sem ég bjó til,“ segir Héléne og hlær. „Laufavíðarvettlingar eru til og ég dró innblásturinn frá þeim. Maður sér strax hvaðan innblásturinn kemur!“

Sokkabandið sem notað er í bókinni, Katla Sokkaband, er hannað af Héléne sjálfri fyrir sokkaprjón, en það er þriðja garnið sem hún hefur framleitt úr sérvalinni íslenski lambsull.

„Það er ekki mikið til af fingerðu íslensku sokkabandi á Íslandi svo ég bjó það sjálf til úr hágæða íslenski lambsull sem ég sérvél fyrir myktina.“

Þrjónarnir sameina

Formáli bókarnar stingur aðeins í stúf



Það verður varla íslenskar en þrjónasokkar og bárujárn.



Héléne reynir að setja eigið stílbragð á gamlar uppskriftir.



Ítalski blaðamaðurinn Loretta Napoleoni er einnig mikil þrjónakona og skrifar formála bókarnar.

en hann er af dýrari kantinum. Hann er skrifaður af ítalska blaðamanninum og stjórnmálarýninum Loretta Napoleoni, sem er meðal annars þekkt fyrir bækur sínar um hryðjuverkastarfsemi. Hvernig kom það nú til?

„Eitt af því sem mér finnst svo gaman við að þrjóna er að maður kynnist

fólki úr svo ólíkum áttum,“ segir Héléne. „Við Loretta kynntumst í viðtali sem tekið var við okkur báðar þegar hún gaf út sína eigin fyrstu þrjónabók, The Power of Knitting. Hún hefur þrjónað alla sína ævi og skrifaði bókina þegar hún gekk í gegnum persónulega erfiðleika.“ ■

SVARTUR FÖSTUDAGUR Í REKKKJUNNI

20-50%

AFSLÁTTUR



SÆNGURFÖT

20-50%

AFSLÁTTUR



AFSLÁTTUR

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



STAKAR DÝNUR

30-50%

AFSLÁTTUR

40%

VERÐDÆMI

CADENCE PLUSH QUEEN SIZE (153X203)

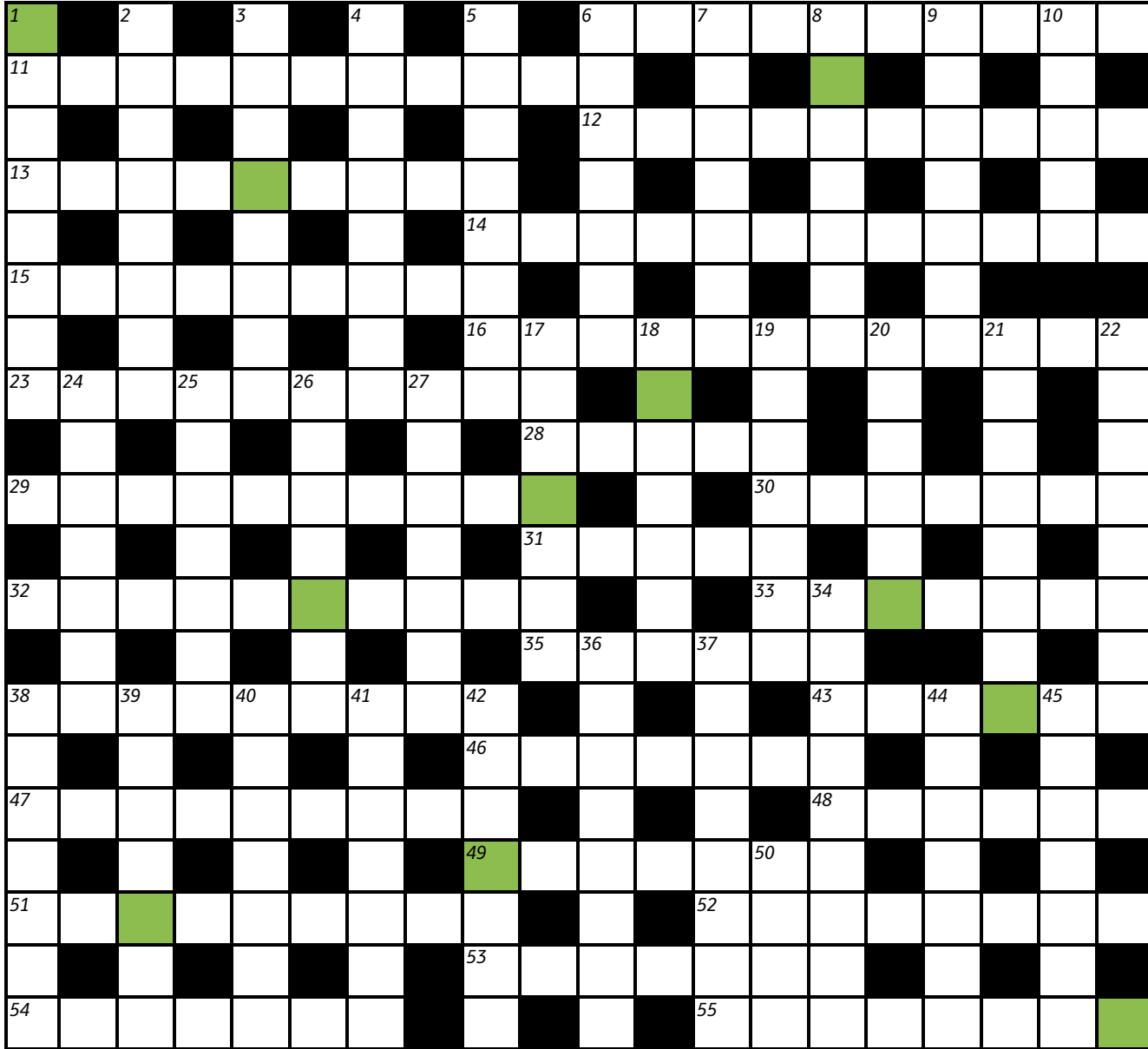
VERÐ Á SVÖRTUM FÖSTUDEGI

146.520 KR.

VERÐ ÁÐUR 244.200 KR.

(INNIFALIB Í VERÐI DÝNA, BOTN OG FÆTUR)





LAUSNARORD Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist þarfþing á skrifstofunni (11) Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 2. desember næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „27. nóvember“.



Sudoku

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

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

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

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

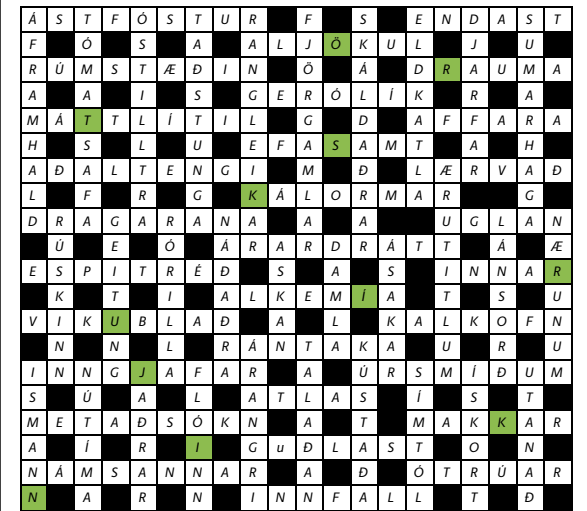
Mjög sjaldgæf staða

Þeir sem spila mikið, upplifa oftast lengsta lit tíu spila lit. Bandaríska konan, Rosemary Shaw, (sem flutti nýverið til Íslands frá Bandaríkjunum), upplifði ellefu spila lit í upphitunartímenningsi á eyjunni Madeira fyrir skömmu. Hún sat í vestur og trúði varla eigin augum þegar hún sá spilin. Að fá ellefu spila lit er ólíklegt, 1 á móti 4 milljónum. Norður var gjafari og enginn á hættu:

Norður ♠ K842 ♥ K ♦ K954 ♣ ÁK102	Vestur ♠ - ♥ ÁDG108765432 ♦ D ♣ 3	Austur ♠ 10963 ♥ - ♦ Á108763 ♣ 964	Suður ♠ ÁDG75 ♥ 9 ♦ G2 ♣ DG875
---	--	---	---

Á borðinu hjá Rosemary ákvað norður að opna á 15-17 punkta grand, þó hann ætti bara einspil í hjarta. Suður sagði yfirfærslusögnina (spaði) tvö hjörtu og Rosemary doblaði. Norður sagði þrjá spæða til að sýna að honum líkaði yfirfærslan og suður sagði fjögur lauf, því hann var að hugsa um slemmu. Rosemary sagði þá fimm hjörtu sem voru pössuð yfir til suðurs. Hann sagði fimm spæða og Rosemary sex hjörtu sem norður doblaði. Rosemary stóð sitt spil þegar hún lagði niður ásinn í hjarta. Hins vegar gæti óheppinn maður farið niður. Ef hann spilar, lúmskur, hjartadrottningu fyrst í tromplitnum, gæti norður með Kx gefið þann slag, hræddur um að samherji eigi ásinn blankan. En grandopnarinn var með einspil í hjarta og Rosemary var ekkert að flækja hlutina og lagði niður hjartaás. Það reyndist vel og 12 slagir í húsi. ■

Lausnarorð síðustu viku var STJÖRNUKÍKIR



Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

- 6 Hér þarf hrein eða rjúpu og það strax (10)
- 11 Bæta við sig kofa, rúmi og friði (11)
- 12 Legg rúðu við grjót í hús (10)
- 13 Þétt prófa allt en ekkert gengur (9)
- 14 Á fund við grannana við bæina á gömlu Gullströndinni (12)
- 15 Sjá má sjá merla í skini regnbogans geisla (9)
- 16 Frjóanga elta uggarnir og vöðvarnir í þorshausnum (12)
- 23 Aur vill andinn og brenndan vasann með (10)
- 28 Stríðslok boða kærleikshót (5)
- 29 Leita að eitilreyndum andfuglum (10)
- 30 Írsk ýla afskræmir ljóðræna tónlist (7)
- 31 Tel norðan garra auka gremju illra manna (5)
- 32 Til að skola skjóflíkina er gott að gripa réttu skjóluna (10)
- 33 Hið fræga tannstæðisryn er alltaf jafn gott (7)
- 35 Bill og skip og fleiri skip og fiskar líka (6)
- 38 Ákveð sjálf hvort ég muni sætta mig við romsuna þína (9)
- 43 Verð mér snemma úti um gott veiðitímabil (6)
- 46 Herra réttar og himnakóns (7)
- 47 Salli sáa og genginna áa leitar öskutunna (9)
- 48 Ræningi varð slökkviliðsstjóri (6)
- 49 Banani riðlast í u-beygju svo fræið spíri (7)
- 51 Skapa almenna þrá í stað stórlaxadraum (9)
- 52 Slöngumunnur orms er urpt (8)
- 53 Stytti óþarflega margorða grein og fleiri smágreinar (7)
- 54 Nei, mest er ruglið í byggingarefni (7)
- 55 Alfons smurði gamlan guð milli snjólausra stiga (8)

- 3 Geri mun á skerpingum og hnykkjum í tali (8)
- 4 Að hafa broddstafinn í fullri lengd eða ekki, þar er efinn (8)
- 5 Auðga guma að gæsku og skapa góðan gaur (8)
- 6 Skerpunnar blekking hylur hnífsins egg (7)
- 7 Kasta málmríkum steinum í fisk (7)
- 8 Ágætlega dugleg og natin um leið (7)
- 9 Nei, X er níræður (7)
- 10 Sá gamli er farinn að finna fyrir ruglinu (5)
- 17 Sérðu ormsorm eða bara orm? (7)
- 18 Peningar flæða hér um allt, vinir mínir (7)
- 19 Tylli þessu milli söngva og seta (7)
- 20 Hér gefst ekki tóm eitt andartak, þvert á móti (6)
- 21 Vefur belta á vefnum? (8)
- 22 Svo mikill að mettað fær jötna og tröll (8)
- 24 Aðeins hún nær tangarhaldi á þessu stykki (7)
- 25 Þessi stjórnandi er óttalegt grey en stjórnar þó enn (7)
- 26 Um reifarnar og það sem í þeim er (7)
- 27 Set stinnan vír við kjarnann ef allt fer í flækju (7)
- 34 Þetta spillir draumum mínum ósnortnar heiðar (9)
- 36 Tel fé flugu best geymt hjá guðdómlegri kú (8)
- 37 Öværa snúinna vanga (8)
- 38 Sé gos Drafnar í bjarma vítisloga (7)
- 39 Trjónuklistur kostar hor (7)
- 40 Sælureitur bernsku minnar minnir á leikskólabróður (7)
- 41 Viltu að ég reiki hér rymjandi um? (7)
- 42 Refsa fyrir ögn af því sem telst óþekkt (7)
- 44 Létu einhvern veginn illa af söltuðu bollunum (7)
- 45 Ef þú eignaðist fljót yrðu soparnir æsandi (7)
- 50 Löng er sú kló og kræklótt (4)

LÓDRÉTT

- 1 Lipur þræða djúp og sund með bolla sér í hönd (8)
- 2 Geri mun á því sem ég segi og kröfu þinni (8)

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eingtak af bókinni **Milli steins og sleggju, eftir Maria Adolfsson**, frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Stefán Vilhjálmsson, Akureyri**.



Bókaðu gleðileg jól



Þú þarft ekki að vera svona mikill aumingi
Máni Pétursson sýnir sitt sanna sjálf með því að skrifa sjálfshjálparbók fyrir karlmenn sem vita að sjálfshjálparbækur eru bara fyrir aumingja.

3.599 kr.



Fugladagbókin 2022
Dagbók prýdd fjölda glæsilegra ljósmynda af fuglum og margþættum fróðleik um 52 af þeim rúmlega 400 fuglategundum, sem talið er að hafi sést á Íslandi frá upphafi skráningar. Í bókinni er að finna eyðublað fyrir hverja viku ársins.

5.999 kr.



ÓGN - Ráðgátan um Disar-Svan
Amma heldur því fram að álfar séu til og segir barnabörnunum sögur úr álfheimum. Svandís trúir ekki á álfa en þegar dularfull skilaboð berast henni er hún ekki lengur viss í sinni sök. Hvað ef álfheimar eru til og leynast jafnvel í klettunum fyrir ofan bæinn?

4.499 kr.



Bestu kleinur í heimi
Hvað er betra en nýsteiktar kleinur? Á Íslandi lifir kleinan enn góðu lífi. Í þessari fallegu bók eru 57 kleinuuppskriftir, gott sýnishorn af heimagerðum íslenskum kleinum, og skemmtilegur fróðleikur um kleinur.

3.299 kr.



Góða nótt - sögubók
Átta fallegar myndasögur fyrir tveggja ára og eldri.

Sögusafn með átta krúttlegum dýrasögum, með heillandi persónum og fallegum myndum. Sögurnar eru af hæfilegri lengd til að lesa fyrir svefninn.

2.999 kr.



Hér býr Bóbó Bangsi
Orða- og myndabók með flípum fyrir tveggja ára og eldri.

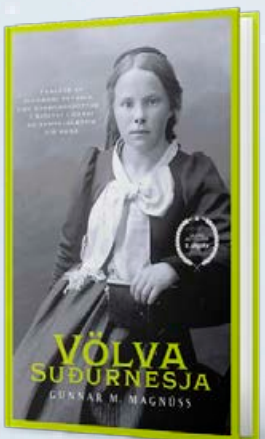
Farðu um allt húsið í þessari orða- og myndabók. Í húsinu er fjöldi flípa til að lyfta og litríkar leitarsíður þar sem hægt er að uppgötva margt og læra.

2.799 kr.



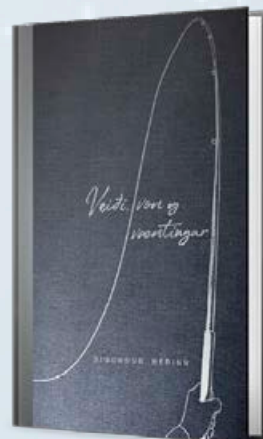
Bréf frá Felix - Litill héri í heimsferð
Fjölskyldan fer í sumarfrí og Felix, hérinn hennar Soffiu, hverfur á flugvellinum. Það er ekki gott, því að þau Soffía og Felix eru óaðskiljanleg. En þegar skólinn byrjar aftur kemur óvænt bréf til Soffíu frá London - bréf frá Felix!

2.999 kr.



Völva Suðurnesja
Bókin segir frá dulrænni reynslu og hæfileikum Unu Guðmundsdóttur (1894-1978) í Sjölyst í Garði. Orðrómur um hæfileika hennar barst víða meðan hún lifði og öllum bar saman um að til hennar hafi verið að sækja styrk og hjálp í orði og verki.

4.999 kr.



Veidi, von og væntingar
Hér er komin hin fullkomna bók fyrir laxveiðifólkið! Í bókinni er farið vel yfir ólíka veiðitækni og farið nákvæmlega yfir það hvernig setja eigi í og landa laxi. Þá eru í bókinni meira en 50 ómissandi flugur og að sjálfsgöðu fylgja veiðisögur, mátulega ýktar.

6.999 kr.



Vala víkingur og epli löunnar
Nú eru Vala víkingur og skipið hennar Breki dreki komin í hann krappan! Gyðjan Löunn lendir óvænt um borð með gulleplin sin, hundelt af þursinum Þjassa og lævísu guðinum Loka. En af hverju vilja þeir epli löunnar og hvað getur Vala gert til að stoppa þá?

2.999 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

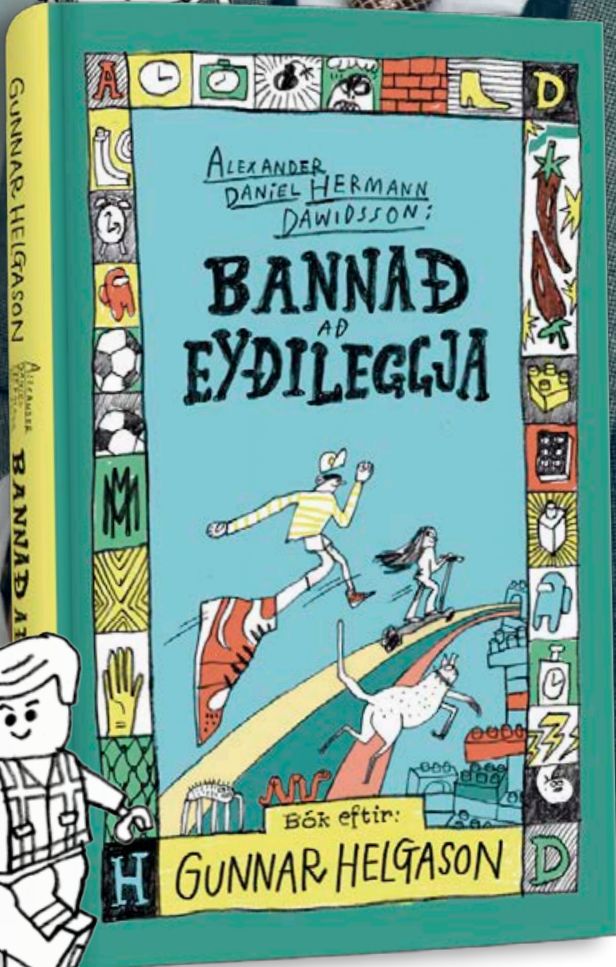
„... ALVEG MEISTARALEGT!“

PORGEIR TRYGGVASON / KILJAN

„Fyrir börn, unglunga og fullorðna, fyrir alla!“

SUNNA DÍS MÁSDÓTTIR KILJAN

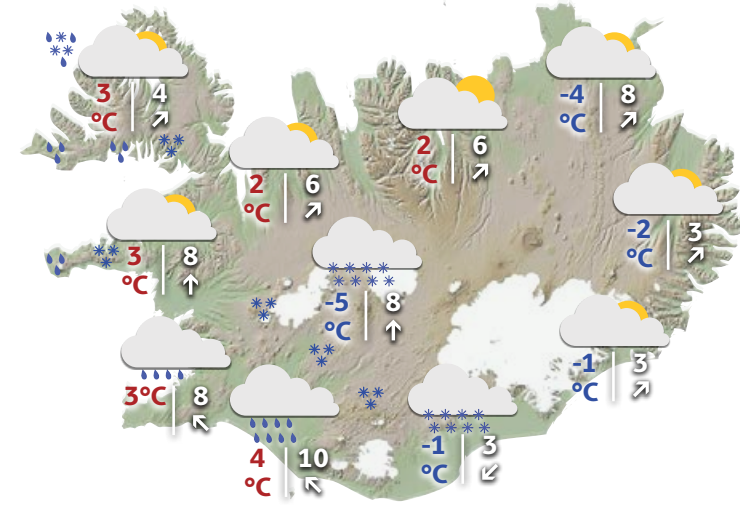
„Hugvekjandi.“
EGILL HELGASON / KILJAN



Fyndin og spennandi saga eftir Gunnar Helgason



Veðurspá Laugardagur

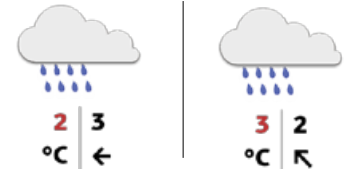


Breytileg átt á landinu, viðast 3-8 m/s. Rigning við sjávarsiðuna sunnan og vestan til, annars él, einkum til landsins, en úrkomulaust að mestu fyrir austan. Hiti 0-5 stig við sjóinn annars frost 1-8 stig til landsins.

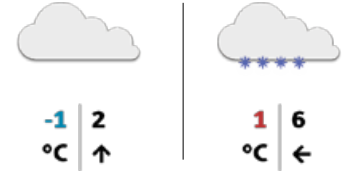
KORT/SIGGI STORMUR

Sunnudagur Mánudagur

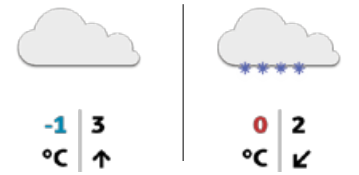
Reykjavík



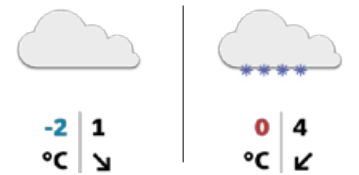
Ísafjörður



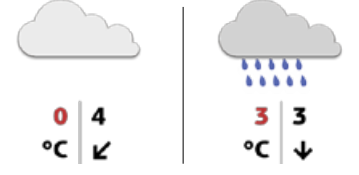
Akureyri



Egilsstaðir



Kirkjubæjarklaustur



Fljúgum hærra og njótum flugsins



Sigurður Þ. Ragnarsson
vedur
@frettabladid.is

Loftþrýstingur lækkar með aukinni hæð frá yfirborði jarðar eða að loftið þynnist með aukinni hæð. Til glöggvunar þá er meðal-loftþrýstingur við yfirborð jarðar 1.013 millibör (mb). Í 10 km hæð (ca. 30.000 fetum) er þrýstingurinn um 300 mb sem er algeng flughæð millilandaflugvéla.

Heilbrigð manneskja þolir þrýstingsfall niður undir 800 mb (ca. 2,5 km hæð). Fari þrýstingurinn neðar

koma fram líkamleg einkenni sem stafa að því að þrýstingur súrefnis í loftinu sem við öndum að okkur er orðinn of lágur og gastegundir í blóðinu taka að þenjast út. Þarna koma fram líkamleg einkenni, s.s. þreyta, gleymaska, höfuðverkur, heilablóðfall, segamyndun og fleira.

En hvað með flugið og 300 millibörin? Flugvélin virkar eins og þrýstihylki. Farþegarýmið er forritað þannig að loftþrýstingur sé nálægt því að jafngilda 6.000 feta hæð (ca. 1,8 km hæð). Aðferðin er að láta hreyflana dæla lofti inn í farþegarýmið, sem þar þjappast saman sem jafngildir þessum 6.000 fetum – sem við þolum yfirleitt vel. Síðan endurnýjast loftið í farþegarýminu stöðugt á meðan á flugi stendur öfugt við það sem margir halda. Og við farþegarnir njótum flugsins. ■

Pondus



Eftir Frode Øverli

Gelgjan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskilóð 39 | Opið 10-19 alla daga til jóla | www.forlagid.is

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%

Heademock

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.



Sönn sæla að kúra með nýja sögu og sæta mola um jólin

Gildir út 28. nóvember. Með fyrirvara um prentvillur og myndbrenngl. Mesta bókaúrvalið er í Skeifunni, Smáralind og Garðabæ. Minna úrval í öðrum verslunum.



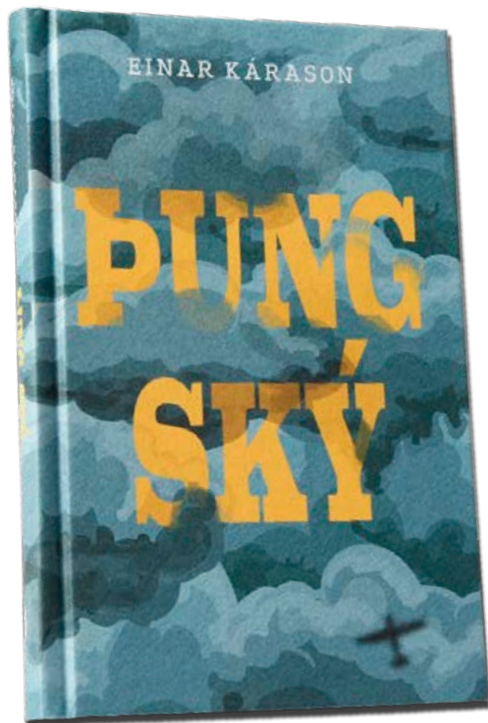
3.099_{kr}



4.099_{kr}



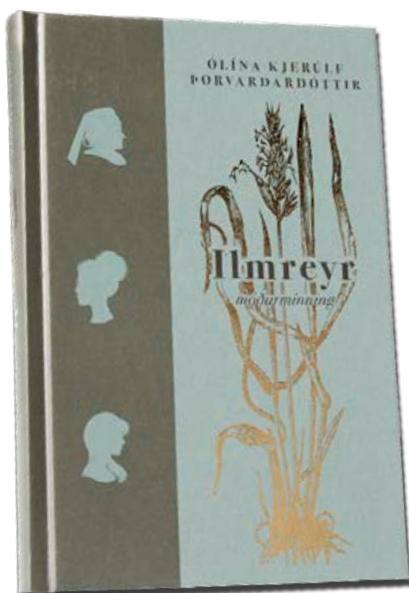
3.399_{kr}



3.599_{kr}



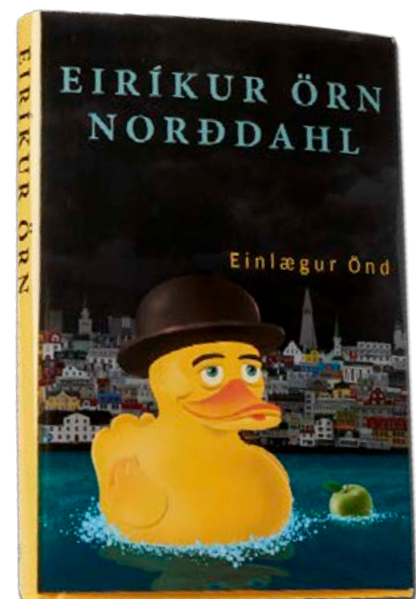
5.399_{kr}



5.099_{kr}



4.999_{kr}

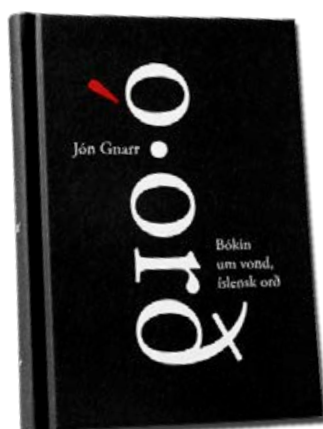


5.299_{kr}

HAGKAUP



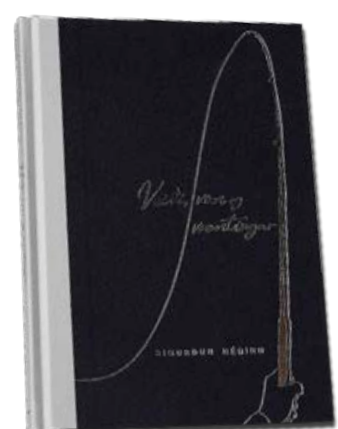
5.099_{kr}



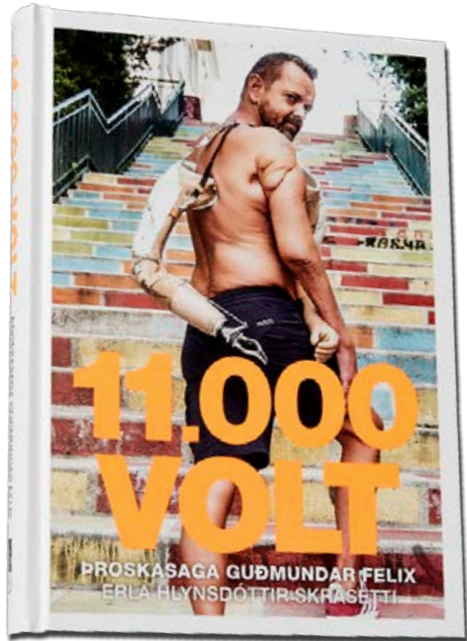
5.099_{kr}



6.899_{kr}



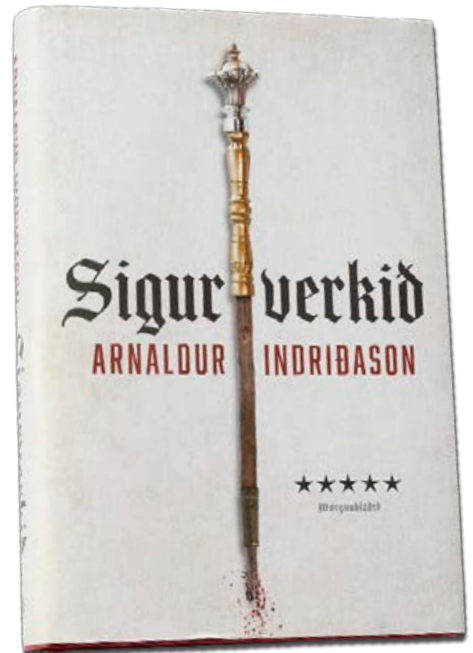
6.499_{kr}



5.199 kr



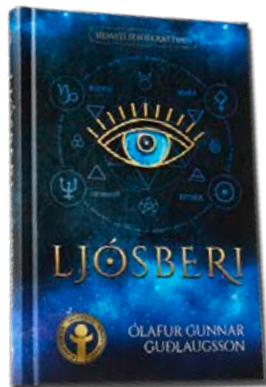
5.299 kr



4.989 kr



3.899 kr



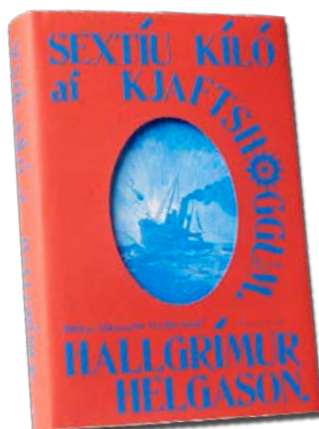
3.899 kr



3.589 kr



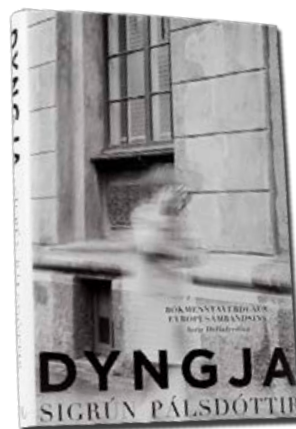
3.399 kr



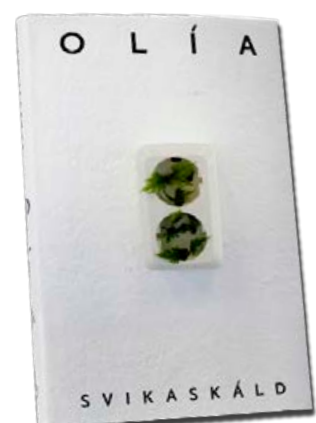
4.999 kr



4.999 kr



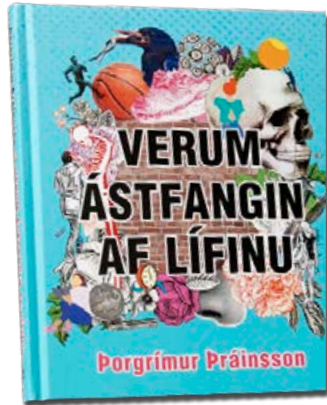
5.899 kr



4.999 kr



3.899 kr



3.999 kr



3.899 kr



2.299 kr

HAGKAUP



4.799 kr



6.699 kr



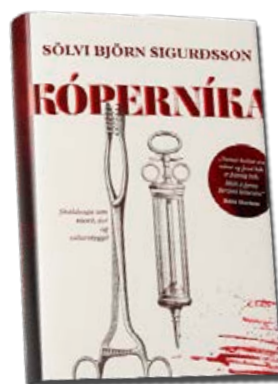
3.899 kr



2.899 kr



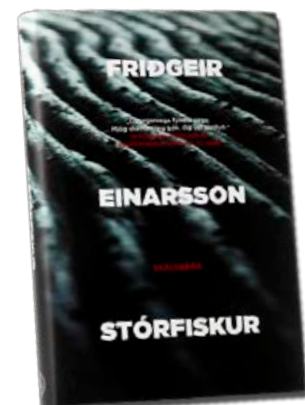
9.999 kr



4.989 kr



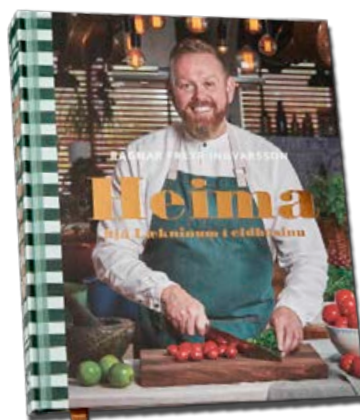
8.599 kr



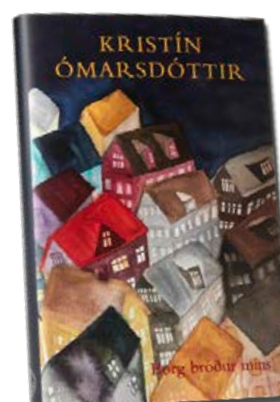
4.999 kr



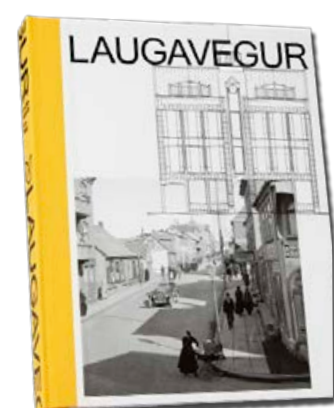
4.499 kr



5.599 kr



5.499 kr



10.499 kr



Ford Ranger líkist nú meira og meira F-150 pallbílnum.

MYNDIR/FORD

Nýr Ford Ranger loksins frumsýndur

njall@frettabladid.is

Þá er endurskapaður Ford Ranger kominn fram á sjónarsviðið, en hann hefur verið vinsæll hérlendis að undanfögnu. Það sem er athyglisvert við bílinn er að í gegnum samstarf Ford við Volkswagen, verður hann fánlegur með V6 dísilvél sem mun auka afl hans til muna. Áfram verður tveggja lítra dísilvélin í boði ásamt 2,3 lítra Ecoboost bensínvél. Ford hefur einnig staðfest að von sé á rafdrifinni útgáfu á seinni stigum.

Bíllinn með V6 vélinni mun fá endurhannaða útgáfu 10 þrepa sjálfskiptingarinnar, ásamt nýju fjórhjóladrifskerfi. Sá bíll verður einnig vel búinn innandyra en hann fær 12 tommu upplýsingaskjá í miðjustokki. Margt er breytt í þessum bíl fyrir utan útlitið, sem er meira í ætt við amerísku truckkana. Nýr Ranger



Í miðjustokki verður hægt að fá Ranger með allt að 12 tommu upplýsingaskjá eftir útfærslum.

er 50 mm breiðari en áður svo að hægt var að endurhanna fjöðrun og stækka pallinn. Á pallinum verða nokkrir aukahlutir sem staðalbúnaður eins og mælistika, 400 watta rafmagnstengi, hölfaskipting á palli og plasthlifar ásamt vinnuljósum. Bíllinn fer í sölu í lok næsta árs en búast má við honum á götuna hérlendis snemma árs 2023. ■

Maxus Euniq 6 kynntur fyrir Evrópumarkað

Maxus rafbílamerkið er til- tölulega nýkomið til Evrópu og Ísland var eitt fyrsta landið til að selja Maxus bíla. Þegar eru komnir Euniq fjölnota- bíllinn og E-Deliver sendi- bíllinn, en næstu tveir bílar merkisins eru væntanlegir snemma á nýju ári.

njall@frettabladid.is

Á dögnum var nýr rafjeplingur á vegum Maxus kynntur í Noregi en það er Euniq 6. Á staðnum voru aðilar frá íslenska umboðinu Vatt ehf. í Skeifunni, en bíllinn verður kynntur þar í mars á næsta ári. Þar var einnig kynntur Maxus T60, sem er rafknúinn pallbill sem einnig er von á til Íslands á næsta ári. Maxus T60 bíllinn verður aðeins fánlegur með tvíhjóladrifi til að byrja með en kemur síðar með fjórhjóladrifi.



Báðir bílarnir verða kynntir hérlendis í mars 2022.

Maxus Euniq 6 er stór jeplingur sem byggir á Maxus D60 bílnum. Hann er 4.735 mm langur og með 2.760 mm hjólhaf en veggþéðin er 160 mm. Tvær rafhlöður verða í boði, annars vegar 52,5 kWst og hins vegar 70 kWst. Með minni rafhlöð-



Maxus Euniq 6 er millistór blendingsbíll og verður drægi hans yfir 400 km samkvæmt WLTP staðlinum.

MYND/ MAXUS



Maxus T60 verður fyrsti rafdrifni pallbillinn sem kemur í sölu hérlendis. MYND/SONJA G. ÓLAFSDÓTTIR

unni er drægið 350 km samkvæmt NEDC staðlinum, en 510 km með þeirri stærri. Í Noregi er 70 kWst rafhláðan staðalbúnaður, en drægi hennar samkvæmt WLTP staðlinum er einhverstaðar á milli 400-475 km.

Rafmótor bílsins er 175 hestöfl og með 310 Nm tugi en hámarkshraðinn er 170 km á klst. Um vel búinn bíl er að ræða, með 14 tommu upplýsingaskjá, glerþaki, díóðuljósum og víðamiklum öryggisbúnaði. ■

SÓLHEIMAR.IS

Verið hjartanlega velkomin í vefverslun Sólheima

Bolli með undirskál (E.B)
6.990 kr

Porgrímur (E.B)
28.900 kr

Ástríkur (E.B.S)
13.900 kr

Lífið á haus (E.B.S)
12.900 kr

Hestur (G.L.A)
5.900 kr

Doppa (K.A.S)
10.900 kr

Bývaxkerti
Margar gerðir

Útikerti

Krem, sápur og olíur

Úrval fallegra listmuna sem fegra og gleðja. Tilvalið í jólapakkann fyrir starfsmenn, vini og ættingja.

SÓLHEIMAR
SJÁLFBÆRT SAMFÉLAG

FREISTANDI HELGARTILBOÐ

GILDA 25.–28. NÓVEMBER

NAUTA-RIBEYE STEIKUR

Í PIPARMARÍNERINGU



3.989 KR/KG

ÁÐUR: 5.699 KR/KG

30%
AFSLÁTTUR



40%
AFSLÁTTUR

Kalkúnapiarsteikur
Ísfugl - kalkúnalæri

1.979 KR/KG

ÁÐUR: 3.299 KR/KG

KJÖTSEL

30%
AFSLÁTTUR



Hamborgarhryggur

1.249 KR/KG

ÁÐUR: 1.784 KR/KG



30%
AFSLÁTTUR

Hangiframpartur
Úrbeinaður

1.959 KR/KG

ÁÐUR: 2.799 KR/KG



20%
AFSLÁTTUR

Lamba-prime

3.199 KR/KG

ÁÐUR: 3.999 KR/KG



30%
AFSLÁTTUR

Londonlamb

2.239 KR/KG

ÁÐUR: 3.199 KR/KG

Rauð Vínber
500 g

344 KR/ASKJAN

ÁÐUR: 459 KR/ASKJAN



25%
AFSLÁTTUR

Vatnsmelóna

179 KR/KG

ÁÐUR: 239 KR/KG



nettó

Lægra verð - léttari innkaup



FÁÐU BETRA VERÐ MED
SAMKAUP Í SÍMANUM

Náðu í appið og safnaðu inneign.
Þú getur notað Samkaupa-
appið í öllum verslunum Nettó.



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



Simone de Beauvoir, ljósmynd á pappír er á sýningunni. MYND/ADSEND

Hitt kynið til sýnis á Mokka

kolbrunb@frettabladid.is

Sýningin Hitt kynið, með verkum Katrínar Matthíasdóttur, stendur yfir á Mokka. Titill sýningarinnar er fenginn að láni frá grundvallarriti femínískra fræða, Le Deuxième Sexe, eftir skáldið Simone de Beauvoir, en ritið kom út árið 1949.



Sýningin er óður til kvenna – móður minnar og allra kvenna, ásjóna fáeinna er fest hér á pappír, hinar eru með okkur í anda.

„Sýningin er óður til kvenna – móður minnar og allra kvenna, ásjóna fáeinna er fest hér á pappír, hinar eru með okkur í anda,“ segir Katrín. „Simone de Beauvoir ferðaðist um Ísland árið 1951 með lífsförunaut sínum, heimspekingnum Jean-Paul Sartre. Ef Mokka kaffi hefði verið til þá, er nokkuð ljóst að þau hefðu fengið sér kaffi þar og með því. Sjö árum seinna eða árið 1958 opnar Kaffi Mokka og sama ár kom önnur kona til Íslands, sú kom frá Þýskalandi. Þetta var mamma mín. Hún skellti sér ekki bara einu sinni heldur margoft á kaffihúsið við Skólavörðustíginn og þegar við systkinin þrjú urðum eldri nutum við þess einnig að sitja í bás, drekka kakó og borða vöflur með foreldrum okkar,“ segir Katrín um sýninguna sem stendur til 29. desember. ■

Ákvað að fela ekki morðingjann



Kolbrún Bergþórsdóttir kolbrunb@frettabladid.is

Dansarinn er nýjasta glæpa-saga verðlaunahöfundarins Óskars Guðmundssonar og sú fjórða í röðinni.

„Það má segja að ég hafi haldið mig við nokkuð hefðbundið glæpa-sagnaform í fyrstu þremur bókum mínum en hugmyndin að þessari bók kallaði á aðra leið,“ segir Óskar. „Í fyrri bókunum var ég að leyna því hver væri morðinginn með óvæntri uppljóstrun í lokin. En í þessari bók er svo mikill harmleikur í lífi unga ballettdansarans Tony að ef ég hefði ætlað að fela morðingjann hefði ég ekki getað sagt eins mikið frá harminum og persónunni sjálfri og mig langaði til. Lesandinn veit því nánast frá byrjun að ungi maðurinn er morðinginn.“

Fyrir tíma farsíma

Sagan gerist árið 1982 í Reykjavík. Af hverju varð þessi sögutími fyrir valinu? „Mig langaði til að skrifa sögu sem gerðist fyrir tíma farsíma og tölvutækni. Á þessum tíma var ég unglingur og faðir minn var með skrifstofu fyrir ofan Mál og menningu á Laugavegi og ég vann hjá honum. Ég man vel eftir öllu á miðbæjarsvæðinu. Það var því verulega gaman að skrifa um þennan tíma,“ segir Óskar.

Um söguþráðinn segir hann: „Tony er ungur maður sem hefur alltaf verið utanveltu í lífinu. Hann elst upp hjá sjúkri og drykkfelldri móður sem hafði á sínum tíma verið helsta vonarstjarna Íslands í ballett. Þegar draumar hennar um frama í dansheiminum verða að engu reynir hún að færa þá yfir á son sinn með grimmilegum aðferðum – og skelfilegum afleiðingum. Tony á erfitt með að umgangast fólk og getur ekki tengst því á heilbrigðan hátt. Hann kynnist ungum dönsurum í Þjóðleikhúsinu og það leiðir af sér hræðilega atburði sem tengjast móðurinni.“

Samningur um þrileik

Í bókinni kynnir Óskar til leiks nýtt lögreglupar: Ylfu og Valdimar. „Valdimar er að fara að detta í eftirlaun. Hann er góður maður, vel giftur og á börn og barnabörn. Ylfa, sem er metnaðarfull í starfi, er að stíga sín fyrstu skref innan lögreglunnar þar sem hún þarf að kljást við karlaveldið. Valdimar verður eins konar föðurmynd, styður hana og hjálpar henni. Ylfa á kærasta og þau eiga saman stúlku



Lesandinn veit því nánast frá byrjun að ungi maðurinn er morðinginn.

sem er að verða eins árs, en vanda-mál koma upp í sambandi þeirra,“ segir Óskar.

Óskar hefur nú þegar undirritað samning hjá Storytel um að minnsta kosti þrileik um þau Ylfu og Valdimar, og lesendur eiga því eftir að fá að kynnast þeim meira. Dansarinn kom út samtímis sem hljóðbók, raðbók og á prenti. ■

Óskar skrifar þrileik um löggúrnar Ylfu og Valdimar.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI

Sannar fyrirmyndir

BÆKUR

Eldhugar – Konurnar sem gerðu aðeins það sem þær vildu

Pénélope Bagieu

Þýðandi: Sverrir Norland

Útgefandi: AM forlag

Fjöldi síðna: 312

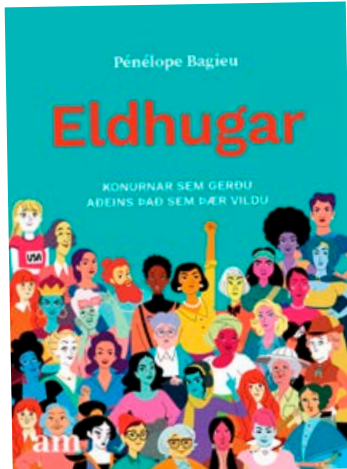
Brynhildur Björnsdóttir

Eldhugar er vegleg bók, rúmar 300 síður í stóru broti og í bókahillu fer hún ekki fram hjá neinum. Ekki frekar en konurnar sem eru umfjöllunarefni hennar. Hún hefur að geyma myndasögur um líf þrjátíu kvenna úr mannkynsögunni, sú elsta var uppi á fjórðu öld fyrir krist og sú yngsta er enn lífandi.

Eldhugarnir eru ólíkar konur, allt frá kvensjúkdómalækninum Agnódice í Grikklandi hinu forna og að

Josephine Baker, dansara og stríðshetju í seinni heimsstyrjöldinni. Hér er ekki aðeins fjallað um konur sem allir hafa heyrt um, heldur líka konur sem breyttu heiminum á hátt sem kannski er ekki ljós í fyrstu, konur sem eltu drauma sína og börðust fyrir því sem þeim fannst skipta máli, eins og dýratúlkurinn Temple Grandin og Frances Glessner Lee, sem var frumkvöðull í gerð smárra glæpalíkana og þar með rannsóknnum morðmála. Eldhugarnir spanna þannig vítt svið sagna ólíkra kvenna sem er skemmtilegt að kynnast.

Höfundurinn Pénélope Bagieu er vel þekktur myndasöguhöfundur fyrir fullorðna, sem hefur hlotið margar viðurkenningar fyrir þessa bók og hún hefur verið þýdd á yfir 20 tungumál. Eftir bókinni hafa verið gerðir stuttir þættir sem eru á dagskrá KrakkaRÚV.



Það er alveg á mörkunum að Eldhugar sé bók til að fara með í háttinn, stærð og þyngd bókarinnar gerir hana kannski ekki að þess háttar lesningu, en sögurnar



Þessar sögur eru þó alls ekki endilega bara ætlaðar börnum heldur eru þær fróðlegar fyrir alls kyns lesendur.

eru hins vegar tilvaldar til að lesa með börnum fyrir svefninn. Þessar sögur eru þó alls ekki endilega bara ætlaðar börnum heldur eru þær fróðlegar fyrir alls kyns lesendur, fjallað er um einkalíf persónanna ekki síður en önnur afrek þeirra og þó eldhugarnir séu allt afrekskonur, þá er lífshlaup þeirra ekki

endilega átakalaust eða síhamingusamt.

Þýðing Sverris Norland er lipur og læsileg en letrið á köflum ekki auðlesid fyrir börn, einkum þó skrifstafirnir sem ég efast um að mörg börn geti stautað sig fram úr, enda engin þörf í dag fyrir slíka kunnáttu, nema helst til að lesa afmæliskort frá eldri ættingjum. Eldhugar er afar vönduð bók, teikningarnar skemmtilegar og frásagnirnar fróðlegar og þó fæstar þeirra kvenna sem um er fjallað hafi haft möguleikann á því að gera aðeins og eingöngu það sem þær vildu, eins og segir í undirtexta bókartitils, þá eru þær sannarlega fyrirmyndir sem vert er að heiðra og halda á lofti. ■

NIÐURSTADA: Einstök og áhuga-verð bók fyrir unga sem aldna um merkilegar kvenhetjur sem breyttu heiminum.

„ROSALEG EPÍK.“

SUNNA DÍS MÁSDÓTTIR / KILJAN

„Þetta er sagnabálgur og epískur og vel það.“

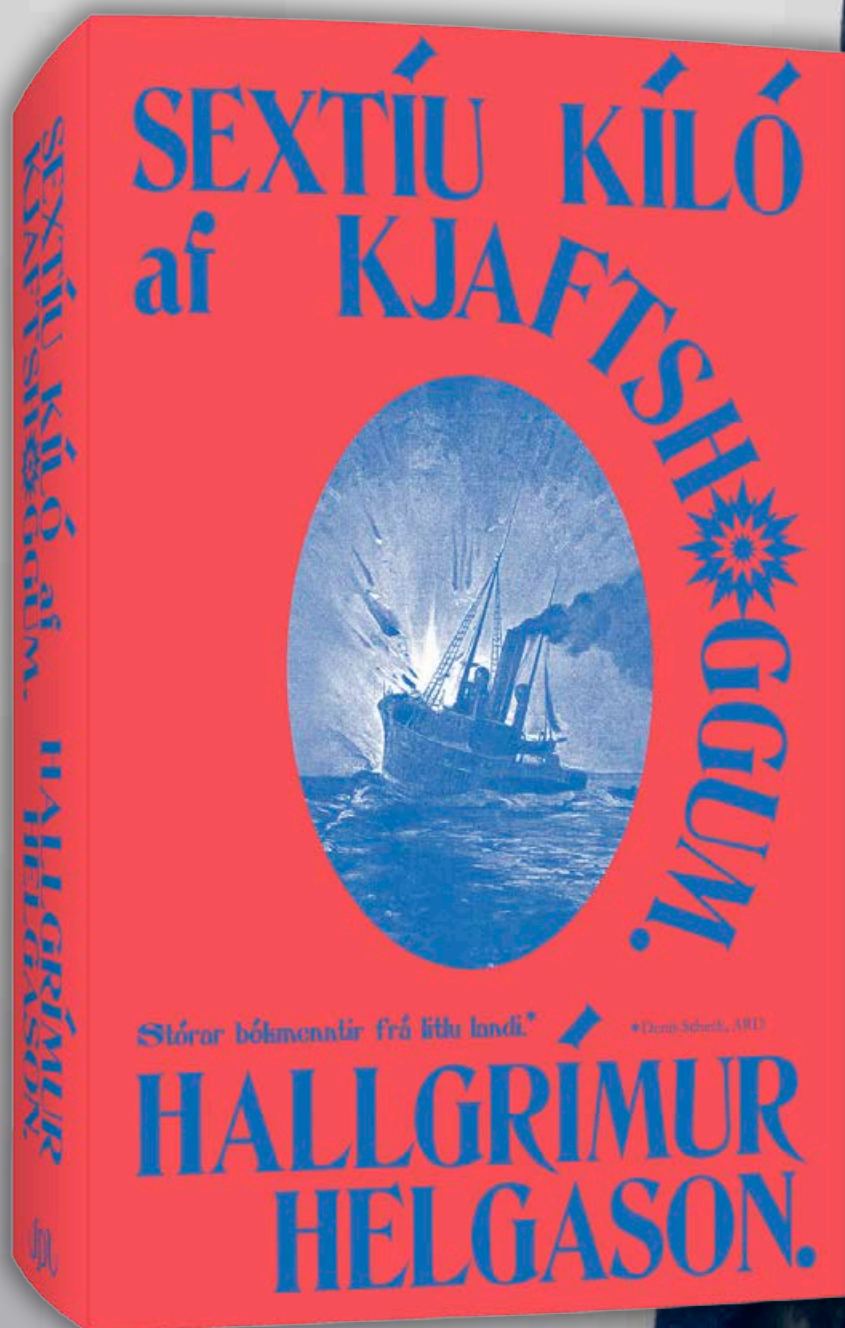
EGILL HELGASON / KILJAN

„Til hamingju, Ísland, að eiga rithöfund eins og Hallgrím Helgason.“

BUBBI MORTHENS

„Hún er stórvirki! Meistaraverk!“

STEFÁN BALDURSSON LEIKSTJÓRI

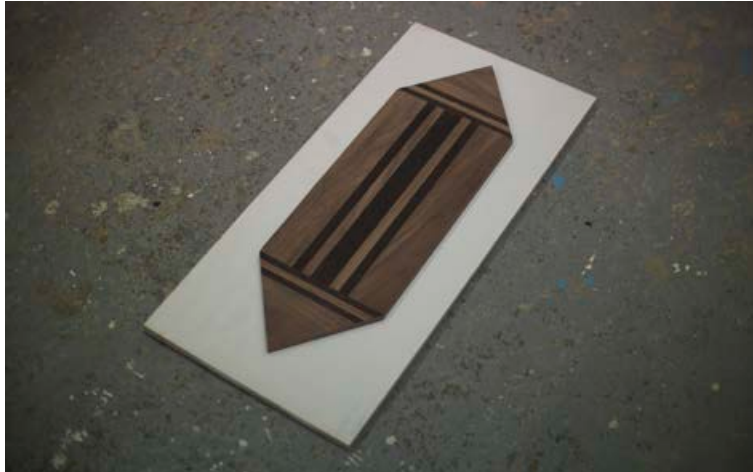


Sextíu kíló af kjaftshöggum eftir **Hallgrím Helgason** er stórbrotin lýsing á þrautasögu þjóðar.



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið 10–19 alla daga til jóla | www.forlagid.is



Verk eftir Guðlaugu Míu.

MYND/ADSEND

Verk byggð á nærumhverfi Íslendinga

kolbrunb@frettabladid.is

Sýningin Leppar, pungur og skjóða stendur yfir í Y galleríi Hamraborg 12. Á sýningunni sækir Guðlaugu Mía Eypórsdóttir innblástur í íslenska þjóðmenningu og sýnir ný verk byggð á nærumhverfi Íslendinga fyrri alda.

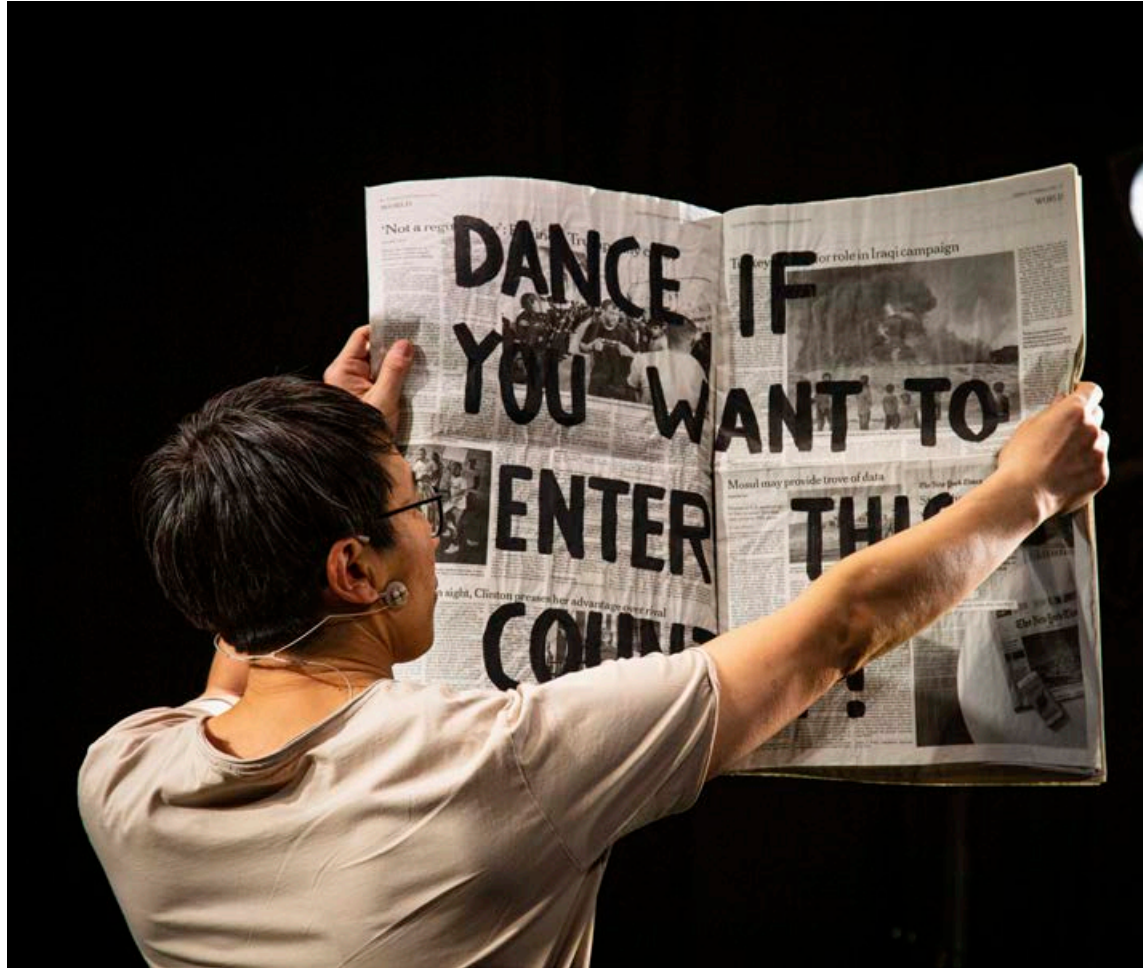
Í myndlist sinni skoðar Guðlaugu skúlptúríska þætti í manngerðu umhverfi okkar og gerir tilraun til að afbyggja merkingu forms og innihalds, til að skapa möguleika á nýjum skilgreiningum og sjónarhornum áhorfenda.

Guðlaugu Mía Eypórsdóttir (f. 1988) útskrifaðist með BA gráðu frá Listaháskóla Íslands árið 2012 og stundaði síðar meistaranám í myndlist við Koninklijke Academie í Gent, þaðan sem hún útskrifaðist árið 2018. Guð-



Á sýningunni sækir Guðlaugu Mía Eypórsdóttir innblástur í íslenska þjóðmenningu og sýnir ný verk byggð á nærumhverfi Íslendinga fyrri alda.

laug hefur staðið að margvíslegum verkefnum innan myndlistar og brugðið sér í hlutverk útgefanda, sýningarstjóra og rannsakanda. Hún hefur tekið þátt í fjölda sýninga bæði hér heima og erlendis. ■



Dance, if you want to enter my country fjallar um arfleifð Alvin Aily.

MYND/ADSEND

Ögrandi viðfangsefni

DANS

Reykjavík dansfestival

Listrænir stjórnendur: Brogan Davison og Pétur Ármannsson
Tjarnarbió og Borgarleikhúsið

Sesselja G. Magnúsdóttir

Reykjavík dansfestival var haldin 17.-20. nóvember 2021 og hósti Tjarnarbió hátíðina að mestu. Covid hafði áhrif á þessa hátíð eins og önnur síðustu tvö ár. Af þeim sökum varð að fresta opnunartíðni og verkinu Craver eftir RVK Dance Project, en í því er samband tónlistar og hreyfinga á hefðbundnu dansgólfi á skemmtistað skoðað og átti viðburðurinn að vera á skemmtistaðnum Húrra.

Undanfarin ár hefur þátttaka óþjálfðra dansara og líkama sem sjaldan sjást á sviði verið áberandi í RDF. Unglingum og eldra fólki hefur verið afhent sviðið og í ár var fötl-uðum boðið að deila sviðsljósinu með þjálfuðum dönsurum. Í sýningunni Stefnumót, samstarfi Listar án landamæra og RDF, mættust í þrem pörum þjálfðir dansarar og fatlaðir einstaklingar. Útkoman var þrjú ágætis verk, sem öll áttu það þó sammerkt að hreyfingin hafði litið hlutverk og tækifæri til að þenja út formið og þá um leið ögra samstarf-inu, voru ekki nýtt til fullnustu.

Ásrún Magnúsdóttir og Rebekka Sveinbjörnsdóttir notuðu tímann saman til að kanna Asíu í Reykjavík og kynntu þá rannsókn fyrir okkur áhorfendum með hjálp þýðingarforrits Google, tónlistarmyndbönd-um og myndum frá ferðum þeirra um borgina. Skemmtileg hugmynd og ágætis útfærsla sem hefði mátt lifga upp á með fleiri uppbotum eins og að nota hljóð-effekta og dansa við myndböndin.

Ásgeir Helgi Magnússon og Starína (Ólafur Helgi Moberg), gerðu glamourus dragsýningu þar sem söngur var í aðalhlutverki.

Fallegur dúett

Lovísa Ósk Gunnarsdóttir og Kolbrún Dögg Kristjánsdóttir sköpuðu tvískipt verk. Annars vegar fengu áhorfendur að heyra ótrúlega fallegan texta eftir Kolbrúnu Dögg um hvernig fötlunin læddist inn í líf



Með því að dansa hver fyrir sig heima í stofu fögnuðu þessar konur aldrinum og lífinu.

hennar og yfirtók fæturna, svo hún gat ekki lengur gengið. Hins vegar dönsuðu þær saman fallegan dúett sitjandi á gólfinu eftir að Kolbrúnu Dögg hafði verið lyft með þar til gerðum lyftara úr hjólastólnum og á gólfið. Báðir hlutar verksins voru fallegir og virkuðu vel en í báðum bjuggu líka ónýtt tækifæri til listrænnar sköpunar.

Lovísa og Kolbrún Dögg völdu að bjóða áhorfendum að hlusta á texta Kolbrúnar á meðan þær lágu á sviðinu. Textinn fékk þannig að njóta sín, en hann hefði samt mátt magna upp með því að Lovísa gæfi honum líf með líkama sínum. Í dúettinum hefði líka mátt láta reyna meira á hvernig þessir tveir ólíku líkamar gætu bætt hvorn annan upp og stækkað þannig heildarupplifunina af dansinum.

Aldrinum fagnað

Lovísa Ósk átti einnig opunarverk sýningarinnar, When the Bleeding Stops. Vel gert verk með sterka sögu. Þar fjallar hún annars vegar um breytingaskeiðið og þöggunina sem hefur verið um það skeið í lífi kvenna og hins vegar um þann veruleika atvinnudansara að þeir eru ekki taldir gjaldgengir á sviði eftir ákveðinn aldur, vegna þess að líkaminn stendur ekki undir kröfu um ofurtækni þó að listrænn styrkur dansans sé í vexti.

Eftir alvarleg meiðsli og nýjan kafla í lífi sínu sem kona, notaði Lovísa dansinn til að koma sér á fæturna og kynnast líkama sínum

upp á nýtt. Hún fékk til liðs við sig hóp kvenna á svipuðum stað í lífinu og með því að dansa hver fyrir sig heima í stofu fögnuðu þessar konur aldrinum og lífinu.

Í When the Bleeding Stops, sagði Lovísa áhorfendum sögu sína og sýndi brot af þeim myndböndum sem hún hafði safnað af dansandi konum sem sumar mættu svo á sviðið í lok verksins og dönsuðu með myndböndunum. Lovísa fengu áhorfendur aftur á móti ekki að sjá dansa og njóta þannig ávaxtanna af þessari heimatilbúnu dansþerapiu hennar, nokkuð sem hefði verið leið til að styrkja verkið enn frekar.

Arfleifð Alvin Aily

Tvö önnur verk vöktu athygli á hátíðinni. Annað var verkið, Dance, if you want to enter my country, en í því leggur Mitchikazu Masune út af frétt um það þegar dansari með arabískt fornafn var látinn dansa fyrir landamæraferð á flugvellinum í Tel Aviv til að sanna að hann væri meðlimur í Alvin Aily-dansflokknum sem var á sýningarferð í Ísrael. Masune rakti söguna á snilldarlegan hátt og fléttaði saman frásögn af eigin ferðum í gegnum mismunandi landamæraferðir, örlögum dansans og arfleifð Alvin Aily.

Þáttökuverkið Terra Nulius fjallaði einnig um hugmyndina um landamæri, eignarhald á landi og ósýnileg landamæri á milli fólks og jafnvel mismunandi sjálfsmynda hvers einstaklings. Á meðan þátt-takendur fóru sína eigin leið um borgina hlustuðu þeir á vangaveltur Paulu Diogo um þessi efni. Textinn var vel saminn og umhugsunarverður og formið vel valið til að meðtaka hann.

Lokasýning RDF var sýningin RDF eftir Sveinbjörgu Þórhallsdóttur. Ekki verður fjallað um hana hér en næsta sýning á því verki er 9. desember. ■

NIDURSTAÐA: Á RDF var fjallað

um áhugaverð og ögrandi viðfangsefni í ágætis útfærslu. Fyrir dansáhugamanneskju og aðdáanda líkama á hreyfingu innan sterkra danssköpunar, saknar maður dansins (í viðum skilningi þess orðs) á þessu dansfestivali.

Tannlækningar í Búdapest



HELVETIC CLINICS er framúrskarandi tannlækningaþjónusta í Búdapest. Starfsmenn eru um 50 og sérhæfing mikil og góð.

Sambyggt stofunni á 12 Revay er gott hótél.

Þetta er miðsvæðis í borginni og stutt í veitingahús og verslanir.



Verð þjónustu og ihluta eru um 1/3 af því sem hér gerist.

Nánari upplýsingar á <https://www.helvetic-clinics.is/> og í síma 8 200 725



ERAM

BLACK FRIDAY ÚTSALA

Mottur á allt að

50%

Afslætti til 29 nóvember

Eram.is

Eramrug

Hátún 6a

Farmers Market

ICELAND



KONTOR REYKJAVIK

VERZLANIR OKKAR Í REYKJAVÍK: FARMERS & FRIENDS



Laugavegur 37



Hólmaslóð 2 / Grandi

WWW.FARMERSMARKET.IS

Kerti lýsir upp skammdegið

98

kr./stk.



8x5 cm

198

kr./stk.



12x6 cm

359

kr./stk.



18x7 cm



Lifa í 8 klst.

459

kr./pk.

Rauð Teljós
24 stk. í pk.



Lifa í 4 klst.

259

kr./pk.

Teljós
30 stk. í pk.



Ilmkerti í gleri

998

kr./stk.

1.298

kr./stk.



Ilmkerti í áldós

3ja þráða

BÓNUS

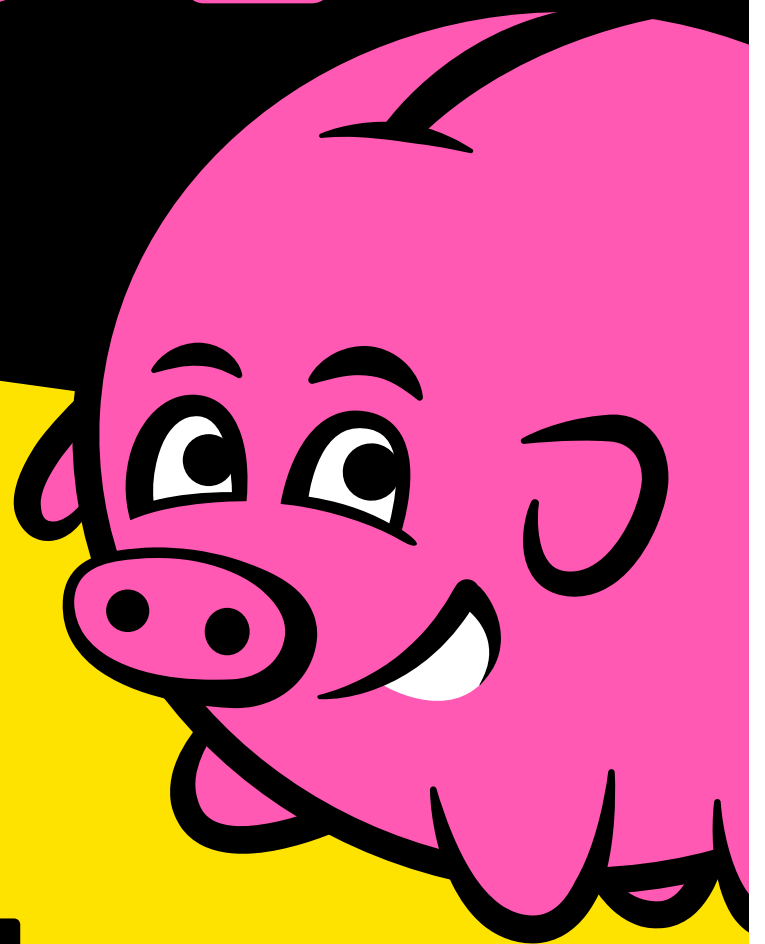
Újje!!!

Nú tökum við
sunnudaga snemma

Opnum allar

búðir kl. 10

líka í Skútuvoggi



Jólin & Sæta Svinið

11:30-14:30

JólaLUNCH

FIMM JÓLALEGIR RÉTTIR

- ★ **FORRÉTTIR**
Nauta carpaccio
Flatkökur meistarans
- ★ **AÐALRÉTTIR**
Andabringa
Nautalund
- ★ **EFTIRRÉTTUR**
Súkkulaðikaka „Nemisis“

5.900 kr.



FRÁ KL. 17

JólaSEÐILL

ÁTTA JÓLALEGIR RÉTTIR

- ★ **FORRÉTTIR**
Nauta carpaccio
Lambatartar
Flatkökur meistarans
Pönnusteikt humarspjót
- ★ **AÐALRÉTTIR**
Andabringa
Nautalund
- ★ **EFTIRRÉTTIR**
Súkkulaðikaka „Nemisis“
Jólaskyr

8.900 kr.

Borðapantanir
á saetasvinid.is



Laugardagur

Hringbraut

- 18.30 Sir Arnar Gauti (e)** Lifsstilsþáttur með Arnari Gauta sem fjallar um heimili, hönnun, matar- og veitinga-húsameningu, arkitektúr og margt fleira.
- 19.00 Stjórnandinn með Jóni G.** Viðtalsþáttur við stjórnendur og frumkvöðla í íslensku samfélagi í umsjón Jóns G. Haukssonar.
- 19.30 Bióbærinn (e)** Fjallað um væntanlegar kvikmyndir og þáttaraðir ásamt almennu bióspjalli.
- 20.00 Kvennaklefinn (e)** Heimsborgaralegur, hreinskilinn, fjörugur, óvenjulegur og ótrúlega skemmtilegur þáttur fyrir konur, um konur.
- 20.30 Sir Arnar Gauti (e)** Lifsstilsþáttur með Arnari Gauta.
- 21.00 Stjórnandinn með Jóni G. (e)** Viðtalsþáttur í umsjón Jóns G. Haukssonar.

RÚV Sjónvarp

- 07.15 KrakkaRÚV**
07.16 Sögur snjómannsins
07.24 Tulipop
07.28 Poppý kisukló
07.38 Lundaklekkur
07.45 Rán - Rún
07.50 Kalli og Lóa
08.01 Millý spyr
08.08 Kátur
08.20 Eðlukrúttin
08.31 Sjóræningjarnir í næsta húsi
08.42 Hið mikla Bé
09.04 Kata og Mummi
09.15 Lautarferð með köku
09.21 Stundin okkar
09.45 Húllumhæ
10.00 Ævar vísindamaður Sjóhjóll.
10.30 Hvað getum við gert? Grænar samgöngur.
10.40 Kappmál
11.40 Vikan með Gísla Marteini
12.30 Dagný - Ef ég slaka á núna þá dey ég
13.30 Ómar Ragnarsson - Yfir og undir jökul.
14.15 Kiljan
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Allt um dýrin
18.25 Nýi skólinn
18.38 Eldhugar
18.42 DaDaDans í átt að tunglinu
18.45 Bækur og staðir Dragháls.
18.54 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Ný skammarstríð Emils í Kattholti Fjölskyldumynd byggð á skáldsögu Astrid Lindgren um hjartahlýja prakkarann Emil í Kattholti og hans fjölmörgu skammarstríð. Myndin er talsett á íslensku.
21.20 Sungið til Miu Song fyrir Mia
22.50 Alþjóðlegir bió dagar. Óreiða Capharnaüm Libönsk kvikmynd frá 2018 um Zain, 12 ára dreng sem elst upp í fátækrahverfi í Beirút.
00.50 Dagskrárlök

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 2021 PGA Tour Champions Learning Center
16.50 LPGA Tour Útsending frá ANA Inspiration.
19.30 PGA Tour. The Cut 2021
19.55 DP World Tour 2022 Útsending frá Joburg Open.

Sjónvarp Símans

- 09.30 Dr. Phil**
10.15 Dr. Phil
11.00 Dr. Phil
11.45 Man with a Plan
12.10 Speechless
12.35 Carol's Second Act
13.00 Happy Together (2018)
13.25 The King of Queens
13.45 Everybody Loves Raymond
14.30 Liverpool - Southampton Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
17.10 Þung skref - saga Heru Bjarkar Heimildamynd í tveimur hlutum þar sem fylgst var með bataferli og upprisu söngkonunnar Heru Bjarkar Þórhallsdóttur sem gafst upp á að standa ein í baráttu við offitu og leitaði sér hjálpar.
17.55 Ástríða
18.30 Eivör - Jólátónleikar
20.00 Notting Hill Rómantísk gamanmynd frá 1999 með Hugh Grant og Julia Roberts í aðalhlutverkum.
22.05 The Sisters Brothers Kvikmynd frá 2018 með Joaquin Phoenix í aðalhlutverki. Myndin gerist á tímum gullæðisins í Kaliforníu um miðja níttjánduöld.
00.10 Suburbicon
01.55 Bad Santa
03.25 Infidel
05.10 Tónlist

RÚV Rás eitt

- 06.55 Morgunbæn og orð dagsins**
07.00 Fréttir
07.03 Vinill vikunnar
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á ferð um landið. Í Húnaþingi, seinni huti (5 af 5)
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Kventónskáld í karlaveldi Lili Boulanger.
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.45 Heimskviður
13.25 Kynstrin öll
14.05 Verðandi
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar Djasstónlist í flutningi ítalskra listamanna.
20.50 Ratsjá Eftirlit. Máttur gagnanna
21.15 Bók vikunnar Blinda.
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Litla flugan Söngvar úr Járnhausnum og hljómsveit Ólafs Gauks.
23.00 Vikulokin

Stöð 2 Bíó

- 12.00 Happy Halloween, Scooby-Doo!**
13.15 Mystery 101. Words Can Kill
14.40 Official Secrets
16.30 Happy Halloween, Scooby-Doo!
17.45 Mystery 101. Words Can Kill
19.10 Official Secrets
21.00 The Jesus Rolls
22.20 The Last Full Measure
00.15 Halloween
01.45 The Jesus Rolls

Stöð 2

- 08.00 Barnaefni**
11.35 Friends
12.00 Bold and the Beautiful
13.25 Bold and the Beautiful
13.45 Friends
14.10 Stóra sviðið
15.00 Lodgers For Codgers
15.50 Framkoma Í miðbæ Reykjavíkur fylgist Fannar með plötusnúðnum Andreu Jónsdóttur undirbúa sig fyrir sitt fræga Dillon gigg. Í Þjóðleikhúsinu stígur Sveppi á stokk sem ræningi í Kardimommu-bænum og í Garðabæ gerir séra Jóna Hrönn Bolladóttir sig klára fyrir sunnudagsmessu.
16.20 Curb Your Enthusiasm
17.00 The Office
17.10 Jamie's Easy Meals for Every Day
17.50 Impractical Jokers Sprenghlægilegir bandarískir þættir þar sem fjórir vinir skiptast á að vera þátttakendur í hrekk í falinni myndavél.
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.45 Sportpakinn
19.00 Kviss Stórskemmtilegur spurningaþáttur í umsjón uppistandarans og sjónvarpsmannsins Björns Braga Arnarssonar.
19.45 Uncle Buck
21.25 The Twilight Saga. Breaking Dawn Part 1
23.20 The Lord of the Rings. The Return of the King Þriðji og síðasti hluti þríleiksins um Hringadróttinssögu er sannkallað stórvirki. Verðugur lokapunktur á einum farsælasta þríleik kvikmynda-sögunnar.
02.35 Friends
02.55 Friends
03.20 Curb Your Enthusiasm
04.00 The Office
04.20 Impractical Jokers

Stöð 2 Sport

- 07.25 Fjölir - Sindri** Útsending frá leik í 1. deild karla í körfubolta.
09.25 Stjarnan - Fram Útsending frá leik í Olis-deild kvenna.
10.45 Seinni bylgjan
11.45 Njarðvík - Breiðablik Útsending frá leik í Subway-deild karla.
13.25 Tilþrifin
14.10 Stjarnan - Tindastóll Útsending frá leik í Subway-deild karla.
15.50 Fjölir - Sindri
17.50 Hamar-Þór - ÍR Bein útsending frá leik í 1. deild kvenna í körfubolta.
19.50 Keflavík - Valur Útsending frá leik í Subway-deild karla.
21.30 Subway Körfuboltakvöld karla
22.30 Hamar-Þór - ÍR

Stöð 2 Sport 2

- 07.15 Chelsea - Juventus**
08.55 Malmö - Zenit
10.40 WBA - Nottingham Forest
12.25 Preston - Fulham Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
14.30 Chelsea - Juventus
16.10 Barcelona - Benfica
17.50 Meistaradeildarmörkin
18.35 WBA - Nottingham Forest
20.15 Leikur Frá leik í NFL.
23.00 Philadelphia 76ers - Minnesota Timberwolves Bein útsending frá leik í NBA.
01.40 Dynamo Kiev - Bayern

BLACK FRIDAY HELGI
26.11 - 28.11



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

Sunnudagur

Hringbraut

- 18.30 Mannamál (e)** Einn sigildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi.
- 19.00 Suðurnesja-magasin Vikurfréttá (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum.
- 19.30 Bókahornið** Bókahornið fjallar um bækur af öllu tagi, gamlar og nýjar, með viðtölum við skapandi fólk.
- 20.00 Undir yfirborðið** Ásdís Olsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
- 20.30 Mannamál (e)**
- 21.00 Suðurnesja-magasin Vikurfréttá (e)**

RÚV Sjónvarp

- 07.15 KrakkaRÚV**
- 07.16 Rán - Rún**
- 07.21 Kúlugúbbarnir**
- 07.44 Poppý kisukló**
- 07.55 Kátur**
- 08.07 Stuðboltarnir**
- 08.18 Konráð og Baldur**
- 08.31 Hvolpasveitin**
- 08.54 Skotti og Fló**
- 09.01 Unnar og vinur**
- 09.24 Múminálfarnir**
- 09.46 Eldhugar**
- 09.50 Sammi brunavörður**
- 10.00 Jólástundin 2020**
- 11.00 Silfrið**
- 12.10 Nábyli við rándýr**
- 13.05 Tungumál framtiðarinnar** Forritun til framtíðar.
- 13.30 Ísþjóðin með Ragnhildi Steinunni** Gunnar Valdimarsson - húðflúrari.
- 14.00 Jólin koma (1 af 4)** Lay Low og Stefán Hilmarsson.
- 14.20 Okkar á milli** Kristjana Stefánsdóttir.
- 15.00 Tæknin allt um kring**
- 15.45 Guðrún Á. Símonar**
- 16.50 Skólatónleikar Sífníuhljómsveitar Íslands**
- 17.30 Nýjasta tækni og visindi**
- 18.00 KrakkaRÚV**
- 18.01 Stundin okkar**
- 18.25 Menningin - samantekt**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.35 Veður**
- 19.45 Landinn**
- 20.20 Dagur í lífi** Unnar Erlingsson.
- 21.05 Ófærð**
- 21.50 Snilligáfa Picassos**
- 22.40 Kalt stríð** Zimna wojna
- 00.05 Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

- 07.55 LPGA Tour** Útsending frá ANA Inspiration.
- 12.00 LET Tour** Bein útsending frá Andalucía Costa del Sol Open de Espana Femenino.
- 15.00 LPGA Tour** Útsending frá ANA Inspiration.
- 18.40 LPGA Tou** Útsending frá Volunteers of America Classic.
- 21.45 DP World Tour** Útsending frá Joburg Open.

Sjónvarp Símans

- 09.30 Dr. Phil**
- 11.00 Top Chef**
- 11.45 The Bachelorette**
- 13.15 Single Parents**
- 13.40 The Good Place**
- 16.20 The King of Queens**
- 16.45 Everybody Loves Raymond**
- 17.10 Þung skref - saga Heru Bjarkar**
- 17.55 Heil og sæl?**
- 18.30 Jólástjarnan (1.3)** Leitinn að Jólástjörnunni 2021 er hafin.
- 19.05 Jökull í Kaleo**
- 20.15 Christmas at the Palace**
- 21.50 Stella Blómkvist**
- 22.35 Yellowstone**
- 23.20 City on a Hill**
- 00.10 Agents of S.H.I.E.L.D.**
- 00.55 Dexter**
- 01.45 The Rookie**
- 02.30 Clarice**
- 03.15 Kielegata**
- 04.00 Tónlist**

RÚV Rás eitt

- 06.55 Morgunbæn og orð dagsins**
- 07.00 Fréttir**
- 07.03 Hringrás** Í Kína
- 08.00 Morgunfréttir**
- 08.05 Sankti María, sestu á stein**
- 09.00 Fréttir**
- 09.03 Svona er þetta**
- 10.00 Fréttir**
- 10.05 Veðurfregnir**
- 10.15 Bók vikunnar** Úrval ljóða 1982-2012.
- 11.00 Guðsþjónusta í Hallgrímskirkju**
- 12.00 Hádegisútsvarp**
- 12.20 Hádegisfréttir**
- 13.00 Sögur af landi**
- 14.00 Viðsjá**
- 15.00 Lestin**
- 16.00 Síðdegisfréttir**
- 16.05 Úr tónlistarlífínu.** Reykholtshátið 2021 - IV Ingibjörg Yr og Brahms
- 17.25 Orð af orði**
- 18.00 Kvöldfréttir**
- 18.10 Kventónskáld í karlaveldi** Lili Boulanger.
- 18.50 Veðurfregnir**
- 18.53 Dánarfregnir**
- 19.00 Óskastundin**
- 19.40 Á ferð um landið. Í Húnaþingi, seinni hluti (5 af 5)**
- 20.30 Kynstrin öll**
- 21.20 Nóvember '21** Náðun og eftirmáli, lokapáttur.
- 22.00 Fréttir**
- 22.05 Veðurfregnir**
- 22.10 Þögnin rofin - Lili Boulanger**
- 23.10 Frjálsar hendur**

Stöð 2 Bíó

- 10.45 Teen Spirit**
- 12.15 The Kindergarten Teacher**
- 13.50 The Five-Year Engagement**
- 15.50 Teen Spirit**
- 17.20 The Kindergarten Teacher**
- 18.55 The Five-Year Engagement**
- 21.00 After the Wedding**
- 22.45 The Command** Spennumynd frá 2018 sem byggð er á sönnum atburðum.
- 00.40 Charlie Says**
- 02.30 After the Wedding**

Stöð 2

- 08.00 Barnaefnii**
- 11.00 Friends**
- 11.25 Top 20 Funniest**
- 12.05 Nágrannar**
- 13.30 Nágrannar**
- 13.55 Christmas Next Door**
- 15.20 Kviss**
- 16.10 Um land allt**
- 16.50 Supernanny US**
- 17.30 60 Minutes**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakinn**
- 18.55 Ísland í dag**
- 19.10 Framkoma**
- 19.40 Ummerki** Áslaug Perla Kristjónsdóttir var myrt með hrottanfengnum hætti þegar henni var fleygt fram af tíundu hæð fjölbýlishúss við Engihjalla í Kópavogi.
- 20.10 Professor T** Glettnir sakamálaþættir frá 2021 með Ben Miller í aðalhlutverki.
- 21.00 The Sinner**
- 21.45 La Brea**
- 22.30 Fantasy Island**
- 23.15 Succession**
- 00.15 Tin Star.** Liverpool
- 01.10 Friends**
- 01.35 Top 20 Funniest** Sprenglæglegir þættir fyrir alla fjölskylduna en hér verða sýnd skritnustu, fyndustu og oft á tímum neyðarlegustu myndbandsupp-tökurnar.
- 02.10 Supernanny US**
- 02.55 Christmas Next Door**

Stöð 2 Sport

- 07.20 Hamar-Þór - ÍR** Útsending frá leik í 1. deild kvenna í körfubolta.
- 09.05 Valur - Skallagrímur** Útsending frá leik í Subway-deild kvenna.
- 10.45 Grindavík - Breiðablik**
- 12.25 Subway Körfubolta-kvöld kvenna**
- 13.20 Hamar-Þór - ÍR**
- 15.00 Valur - Afturelding** Útsending frá leik í Olís-deild karla.
- 16.25 Seinni bylgjan - upp-hitun**
- 16.50 Selfoss - KA** Bein útsending frá leik í Olís-deild karla.
- 18.30 Logi Geirsson**
- 19.20 Afturelding - FH** Bein útsending frá leik í Olís-deild karla.
- 21.00 ÍBV - Selfoss**
- 22.25 Seinni bylgjan**
- 23.40 Selfoss - KA**

Stöð 2 Sport 2

- 06.25 Inter - Shakhtar Donetsk**
- 08.05 Manchester City - PSG**
- 09.45 Sheriff - Real Madrid**
- 11.30 Liverpool - Porto**
- 13.10 Meistaradeildarmörkin**
- 13.55 Kansas City Chiefs - Dallas Cowboys**
- 16.15 Lokasóknin**
- 17.10 NFL Gameday**
- 17.40 NFL Extra**
- 18.00 New England Patriots - Tennessee Titans** Bein útsending frá leik í NFL.
- 21.20 Green Bay Packers - LA Rams** Bein útsending frá leik í NFL.
- 01.05 NFL Extra**

Mánudagur

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 Undir yfirborðið (e)** Ásdís Olsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
- 19.30 Heima er bezt** Heima er bezt er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.
- 20.00 Íslandsmótið í fitness** Útsending frá Íslandsmótinu í fitness 2021
- 20.30 Fréttavaktin**
- 21.00 Undir yfirborðið (e)**

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi**
- 13.10 Fólkið í landinu** Rafn Hafnfjörð.
- 13.35 Útsvar 2007-2008** Garðabær - Mosfellsbær.
- 14.20 Orðbragð**
- 14.50 Vesturfarar** Gimli.
- 15.30 Ísþjóðin með Ragnhildi Steinunni** Saga Sigurðardóttir.
- 15.55 Innlit til arkitekta**
- 16.25 Veisla í farangrinum** Stokkholmur.
- 16.55 Silfrið**
- 18.00 KrakkaRÚV**
- 18.01 Litli Malabar**
- 18.05 Lundaklettur**
- 18.12 Poppý kisukló**
- 18.23 Lestrarhvutti**
- 18.30 Blæja**
- 18.37 Nelly og Nóra**
- 18.45 Krakkafréttir**
- 18.50 Jólagag dagsins** Sniglabandið - Jólaljól.
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.30 Veður**
- 19.35 Kastljós**
- 19.50 Menningin**
- 20.00 Hvað getum við gert?** Ískonan
- 20.10 Endurfundur í náttúrunni** Wild Animal Reunions
- 21.10 Af öllu hjarta** Pala sydälestä
- 22.00 Tíufréttir**
- 22.15 Veður**
- 22.20 Arfleifð** rómantísku stefnunnar The Romantics and Us with Simon Schama
- 23.25 Cherrie - Út úr myrkrinu** Heimildarþættir um Cherrie, eina stærstu R&B-stjörnu Svía.
- 23.45 Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

- 09.00 LPGA Tour** Útsending frá Meijer LPGA Classic.
- 11.55 LET Tour** Útsending frá Andalucía Costa del Sol Open.
- 14.55 LET Tour** Útsending frá Andalucía Costa del Sol Open.
- 17.55 LET Tour** Útsending frá Andalucía Costa del Sol Open.
- 20.55 DP World Tour 2022 - Highlights**
- 21.20 LET Tour** Útsending frá Andalucía Costa del Sol Open.

Sjónvarp Símans

- 12.30 Dr. Phil**
- 13.15 The Late Late Show**
- 15.05 A Million Little Things**
- 15.50 The Neighborhood**
- 16.50 The King of Queens**
- 17.10 Everybody Loves Raymond**
- 17.35 Dr. Phil**
- 18.20 The Late Late Show**
- 19.05 The Block**
- 20.10 Top Chef**
- 21.00 The Rookie**
- 21.50 Clarice**
- 23.20 The Late Late Show**
- 00.05 Dexter**
- 00.55 FBI. Most Wanted**
- 01.40 The Good Fight**
- 02.25 Paradise Lost**
- 03.10 Tónlist**

RÚV Rás eitt

- 06.45 Morgunbæn og orð dagsins**
- 06.50 Morgunvaktin**
- 07.00 Fréttir**
- 07.30 Fréttayfirlit**
- 08.00 Morgunfréttir**
- 08.30 Fréttayfirlit**
- 09.00 Fréttir**
- 09.05 Segðu mér**
- 09.45 Morgunleikfimi**
- 10.00 Fréttir**
- 10.03 Veðurfregnir**
- 10.13 Flugur**
- 11.00 Fréttir**
- 11.03 Mannlegi þátturinn**
- 12.00 Fréttir**
- 12.03 Hádegisfréttir**
- 12.20 Hádegisfréttir**
- 12.42 Hádegisfréttir**
- 13.00 Dánarfregnir**
- 13.02 Samfélagið**
- 14.00 Fréttir**
- 14.03 Hringrás** Í Kína.
- 15.00 Fréttir**
- 15.03 Orð um bækur**
- 16.00 Síðdegisfréttir**
- 16.05 Viðsjá**
- 17.00 Fréttir**
- 17.03 Lestin**
- 18.00 Spegillinn**
- 18.30 Krakkakilljan** Lára lærir að lesa og Dagbók Kidda klaufa. Snjóstríðið
- 18.50 Veðurfregnir**
- 18.53 Dánarfregnir**
- 19.00 Endurómur úr Evrópu**
- 20.35 Mannlegi þátturinn**
- 21.40 Kvöldsagan. Í veru**
- 22.00 Fréttir**
- 22.05 Veðurfregnir**
- 22.10 Samfélagið**
- 23.05 Lestin**

Stöð 2 Bíó

- 12.00 Mystery 101.** Dead Talk
- 13.25 The Secret Garden**
- 15.00 Meet My Valentine**
- 16.30 Mystery 101.** Dead Talk
- 17.55 The Secret Garden**
- 19.30 Meet My Valentine**
- 21.00 Wendy** Ævintýrleg fantasíumynd frá 2020, lauslega byggð á ævintýrinu um Pétur Pan.
- 22.45 The Invisible Man**
- 00.45 The Dinner** Dramatískur spennutryllir frá 2017 með Richard Gere, Lauru Linney og fleiri stórgóðum leikurum.
- 02.45 Wendy**

Stöð 2

- 07.55 Heimsókn**
- 08.15 The Mentalist**
- 09.00 Bold and the Beautiful**
- 09.25 Gossip Girl**
- 10.05 Landnemarnir**
- 10.40 Grand Designs**
- 11.30 Golfarinn**
- 11.55 Last Man Standing**
- 12.15 The Office**
- 12.35 Nágrannar**
- 13.00 The Goldbergs**
- 13.20 Masterchef USA**
- 14.00 Eldhúsið hans Eypórs**
- 14.25 The Greatest Dancer** Dans- og skemmtiþáttur þar sem gleði, glamúr og taumlaus hamingja ráða ríkjum.
- 16.00 First Dates**
- 16.50 Hell's Kitchen**
- 17.35 Bold and the Beautiful**
- 18.00 Nágrannar**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.50 Sportpakinn**
- 18.55 Ísland í dag**
- 19.10 How to Cure...**
- 19.55 Home Economics**
- 20.20 Fantasy Island**
- 21.05 Succession**
- 22.10 The Pact** Nýir glæpa- og spennuþættir frá 2021. Dauði sem á sér engar útskýringar og vinkonur sem eru bundnar brothættum þagnaðareid.
- 23.10 60 Minutes**
- 23.55 Agent Hamilton**
- 00.45 SurrealEstate**
- 01.30 Insecure**
- 02.00 Legends of Tomorrow**
- 02.40 The Mentalist**
- 03.20 Gossip Girl**
- 04.05 Last Man Standing**
- 04.25 The Office**

Stöð 2 Sport

- 07.20 Seinni bylgjan**
- 08.35 Selfoss - KA** Útsending frá leik í Olís-deild karla.
- 10.00 Afturelding - FH**
- 11.25 Fjölnir - Sindri** Útsending frá leik í 1. deild karla í körfubolta.
- 13.20 Hamar-Þór - ÍR** Útsending frá leik í 1. deild kvenna í körfubolta.
- 15.00 Seinni bylgjan**
- 16.15 Selfoss - KA**
- 17.45 Afturelding - FH**
- 19.15 Víkingur - HK** Bein útsending frá leik í Olís-deild karla.
- 21.10 Seinni bylgjan**
- 22.25 Haukar - Tarbes GB**
- 00.05 Seinni bylgjan**

Stöð 2 Sport 2

- 07.00 Bodö/Glimt - CSKA Sofia**
- 08.40 Sevilla - Wolfsburg**
- 10.20 Besiktas - Ajax**
- 12.00 Club Brugge - Leipzig**
- 13.40 Dynamo Kiev - Bayern**
- 15.20 WBA - Nottingham Forest**
- 17.00 Preston - Fulham**
- 18.40 Fréttapáttur Meistaradeildarinnar**
- 19.05 Football League Show**
- 19.40 Derby - QPR** Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
- 21.45 LA Clippers - Golden State Warriors**
- 23.25 Fréttapáttur Meistaradeildarinnar**
- 23.50 Derby - QPR**

Ennþá meira úrval af listavörum



Listverslun.is



Gagnlegar jólagjafir



Tilvalið fyrir jólaseríurnar



Mikið úrval af fjöltengjum



Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is

Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17



■ Sérfræðingurinn

Hvers vegna verkjar mann í handlegginn eftir örvunar-sprautuna?

Ragnheiður Ósk Erlendsdóttir framkvæmdastjóri hjúkrunar hjá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins.



„Þetta er mjög algeng aukaverkun við allar bólusetningar og dæmi um að fólk geti ekki legið á hliðinni þar sem það fékk sprautuna nóttina eftir.

Þetta er kallað eymsli á stungustað. Ef þú skoðar vef Lyfjastofnunar sérðu að þetta er algengasta aukaverkunin eftir allar bólusetningar. Bóluefnið er gefið í vöðva og það kemur bólgusvar í vöðvanum við það að fá efni í sig og svo er það blóðrásin í vöðvanum, vöðvinn er svo blóðríkt líffæri svo þetta fer þannig í blóðrásina. Það veikir þetta svar á staðnum þar sem þú ert sprautaður. Þannig að þetta er bara ósköp eðlilegt.“

Ragnheiður segir að nú séu einfaldlega allir í bólusetningu og því eðlilegt að sumir heyri meira af þessu nú en áður. „Og það er eðlilegt að fyrstu nóttina sé erfitt að sofa á þeirri hlið sem maður er stunginn á, en svo hverfur þetta yfirleitt á svona tveimur sólarhringum og bólgusvörnin sem verður í vöðvanum horfin. Þannig að þetta er mjög eðlilegt!“ ■

■ Á skjánum

Brjálæði í Napólí

toti@frettabladid.is



Viktoría Hermannsdóttir dagskrárgerðarkona

„Ég var að byrja að horfa á ítölsku þættina Gom-orrh, eftir að hafa verið í Napólí í síðustu viku,

en er ekki viss um að ég klári af því þetta er aðeins of brjálæð fyrir mig. Síðan er ég líka að horfa á frábæru þættina Dagur í lífi og svo fara jólamyndirnar að detta inn með krökkunum núna um helgina.“ ■

Stelpurnar okkar með fyrirmyndar skriðtæklingu á jóladagatalavellinum

Berglind Ingvarsdóttir og Tobba Ólafsdóttir hittu í mark í fyrra þegar þær tefldu í fyrsta sinn fram jóladagatali með 24 myndum af fremstu knattspyrnukonum heims. Nú blása þær til leiks með endurbættri útgáfu, þar sem þær stilla upp öfluglu jólaliði íslenskra fótboltakvenna.

svavamarin@frettabladid.is

Þróttaramömmurnar Berglind Ingvarsdóttir og Tobba Ólafsdóttir bættu í fyrra úr að því er virtist alþjóðlegum skorti á jóladagatölum með myndum af knattspyrnukonum, með því einfaldlega að hanna, prenta og gefa út dagatal með myndaspjöldum af 24 knattspyrnukonum í fremstu röð á heimsvísu.

Þær bæta um betur fyrir þessi jól með nýrri og endurbættri útgáfu þar sem Stelpunum okkar er teft fram í samstarfi við KSÍ. „Hugmyndin er runnin undan rifjum Berglindar,“ segir Tobba, en eftir að Berglind hafði leitað árangurslaust að fótboltastelpudagatali fyrir dóttur sína, ákváðu þær að bæta úr þessum tilfinnanlega skorti á fótboltaspjöldum með kvenfyrirmyndum.

Jóladagatalið í ár samanstendur af 24 númeruðum umslögum og 48 fótboltaspjöldum sem skarta bæði myndum og fróðleik um íslenskar landsliðskonur fyrr og nú.

Töluðu við KSÍ

Berglind og Tobba gáfu dagatalið með alþjóðlegu kvenfyrirmyndunum í fyrra út til styrktar fótboltastelpum í 4. og 5. flokki Þróttar sem er hverfisliðið þeirra, „stórveldið í dalnum“, en dætur þeirra æfa og spila með liðinu.

„Þetta vakti gífurlega mikla lukku í fyrra og við fundum fyrir miklu þakklæti frá báðum kynjum. Við fengum fyrirsögnir um það hvort við myndum ekki láta framleiða spjöld með íslenskum konum líka, þar sem það flæðir allt í karlaspjöldunum,“ segir Tobba og hlær.

Hún bætir við að þær hafi ákveðið að setja sig í samband við KSÍ með þessa hugmynd um að gefa aðáendum tækifæri til þess að kynnast stelpunum í landsliðinu betur, þar sem þær stefndu á EM í Englandi sem síðar tókst.



Berglind og Tobba ásamt Margréti Lóu, Steinunni Klöru, Baldri Páli og Sólku Elinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Nú verður hægt að telja niður til jóla með landsliðshetjunum Fanndisi, Söndru og Margréti Láru.

MYNDIR/ÁSENDAR

„Hugmyndinni var tekið svona líka vel að KSÍ óskaði eftir að við myndum útfæra dagatalið og koma þessum flottu kvenfyrirmyndum áfram,“ segir Tobba, en Sara Björk Gunnarsdóttir var eini fulltrúi Íslands í síðasta dagatali og var þá að sjálfsgöðu númer 24.

Stelpur í sókn

Tobba segir tilganginn með myndaspjöldum að sýna ungum stúlkum hvað fótboltakonurnar hafa verið að gera. „Að þær geta farið í fæðingarorlof, dottið út í eitt eða tvö ár, og komið aftur til

baka og stundað sína íþrótt sem mæður.“

Tobba bendir á að það vilji einmitt þannig til að Sara Björk er í þessari stöðu akkúrat núna þegar dagatalið kemur út. „Sem var skemmtileg tilviljun,“ bætir Tobba við og áréttar að enginn annar framleiði slík kvennaspjöld hér landi.

Þróttaramömmurnar tvær fagna breyttri umræðu um konur í íþróttum og segja töluverða breytingu hafa orðið á þessum sex árum sem dætur þeirra hafa æft fótbolta. „Hlutfallið er alltaf að jafnast út í umræðunni, í fréttum og á fleiri stöðum.“

Kátar landsliðskonur

„Við færðum Söndru Sigurðardóttur, Margréti Láru Viðarsdóttur, Öglu Mariu Albertsdóttur og Fanndisi Friðriksdóttur spjöldin í vikunni og höfum fengið afar fallegar og góðar viðtökur frá fleiri landsliðskonum,“ segir Tobba glöð.

Þegar Berglind leitaði til Tobbu með hugmynd sína í fyrra voru heimatökin hæg, þar sem hún og Sæþór, eiginmaður hennar, reka listagalleríið og prentverkstæðið Farva í Þróttarahverfinu, og þar er hægt að nálgast dagatalið. Bæði í versluninni í Álfheimum og á farvi.is. ■

Black FRIDAY

ALLA VIKUNA 22.-28. NÓVEMBER

OPIÐ

10-18

ALLA HELGINA

Allt að

20%

Afsláttur

Af fartölvum

Allt að

75%

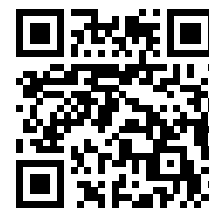
Afsláttur

Af yfir 1000 vörum

TÖLVUTEK

Reykjavík • Mörkin 3 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

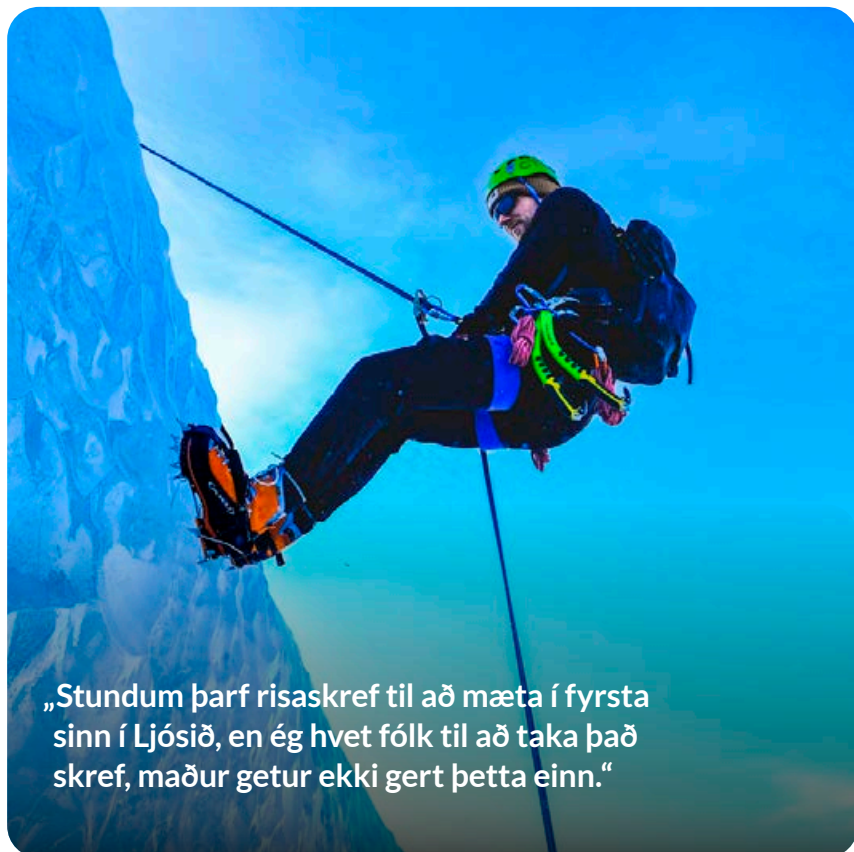
LJÓSA BLAÐIÐ 2021



TÍMARIT LJÓSSINS ER KOMIÐ ÚT, FYLGSTU MEÐ Á WWW.LJOSID.IS
EÐA TAKTU MYND AF QR KÓÐANUM.

Skannaðu QR
merkið með
símanum

AUKE VAN DER PLOEG



„Stundum þarf risaskref til að mæta í fyrsta sinn í Ljósið, en ég hvet fólk til að taka það skref, maður getur ekki gert þetta einn.“

VALA SÓLRÚN GESTSDÓTTIR



„Ég lít á æxlið sem ákveðna blessun“

HAFFÓR GESTSSON



„Ég var kominn hingað vegna þess að ég réð ekki við aðstæðurnar. Svo mætti ég í fyrsta tíma og ég fékk á tilfinninguna að það væri eins og ég hefði alltaf verið hér.“

EVA BERGLIND TULINIUS



Brjóstnám og keisaraskurður í sömu aðgerð

Við bjóðum þér að skyggjast bakvið tjöldin hjá Ljósinu, kynnast fólkinu, starfinu og gleðinni sem ríkir á Langholtsveginum.



EXTRA



VINSÆL VARA

2499 kr. pk.

Kirkland pakkaslaufur 50 stk



2499 kr. stk.

Kirkland
Jólapappír 36 M

1999 kr. stk.

Kirkland
Jólapappír 3 rúllur

okkar uppáhalds úr

COSTCO
WHOLESALE

BARÓNSTÍGUR 8-24

KEFLAVÍK OG AKUREYRI

24/7



WWW.EXTRA.IS

Pura og Porri
koma kát út úr
kófinu.FRÉTTABLAÐIÐ/
EYÞÓR

Jólatré og snjór í ævintýra veröld þeirra Þuru og Þorra

Jólasýning Þorra og Þuru verður frumsýnd um helgina, þriðja árið í röð og Agnes Wild, höfundur verksins, segir helgina sannkallaða hátíð fyrir sig og leikhópinn.

odduraevar@frettabladid.is

Leikhópurinn Miðnætti frumsýnir Jólasýningu Þorra og Þuru um helgina þannig að Agnes Wild, höfundur verksins, og hin í hópnum hafa haft í nógu að snúast, þar sem þau hafa verið að æfa tvær aðrar sýningar, Leitina að jölunum og hina geysivinsælu barnaleiksýningu Tjaldid, sem er sýnd í Borgarleikhúsinu.

„Það gengur mjög vel og við erum mjög tilbúin fyrir helgina,“ segir Agnes, en auk Jólasýningar Þorra og Þuru er hópurinn að fara að leggja upp í sýningarferðalag á leikskóla víðs vegar um landið með Leitina að jölunum. Allt tengist þetta síðan, þar sem persónurnar Eysteinn og Hulda, úr farandsýningunni eru einnig kunnuglegir karakterar úr heimi Þorra og Þuru.

Covid strík í reikninginn

Í raun er um endurfrumsýningu á Jólasýningu Þorra og Þuru um helgina að ræða, en verkið var fyrst sýnt árið 2019 og síðan náðist einungis ein sýningarhelgi í fyrra vegna kófsins mikla.

„En þetta er samt svona þriðja árið sem við sýnum þetta,“ segir Agnes. Birna Pétursdóttir bætist í hóp leikara að þessu sinni og fer með hlutverk Þuru í stað Sigrúnar Harðardóttur.

Jólasveinninn
lætur sig ekki
vanta frekar en
jólasnjórinn.FRÉTTABLAÐIÐ/
EYÞÓR

Það er líka svo jólalegt og gaman að fara í sparifötin og fara í leikhúsið á jólasýningu.



Agnes Wild,

„Þannig að þetta er frumsýningin hennar um helgina,“ bætir Agnes við laufflétt og er tilbúin til að fallast á að það sé uppsöfnuð eftirspurn eftir jólasýningum eins og þessari vegna hrakfaranna í fyrra.

„Ég held það. Salan gengur mjög vel og við vorum að bæta við aukasýningu til að þjóna eftirspurninni. Það var auðvitað mjög leiðinlegt í fyrra að komast svona lítið í þessar jólasýningar og frábært að það sé hægt að gera fólki kleift að heimsækja leikhúsið í ár,“ segir Agnes.

„Það er líka svo jólalegt og gaman að fara í sparifötin og fara í leikhúsið á jólasýningu. Leikmyndin hjá okkur er líka svo ótrúlega falleg og svo jólaleg og það eru jólatré og jólasnjór og þetta er algjör ævintýraheimur hjá okkur í Tjarnarblóði.“

Hópurinn gaf nýverið út bókina Þorra og Þuru og jólakristalinn. „Hún er upp úr sögunni á leiksýningunni. Þannig að fólk getur farið á sýninguna og haldið svo áfram að lesa heima. Þannig að þetta er bæði frumsýning hjá okkur og eiginlega svona útgáfuhelgi líka.“ ■

Gamli góði tætarinn er mættur aftur

TÖLVULEIKIR

Call of Duty: Vanguard

Útgefandi: Activision Blizzard

Framleiðandi: Sledgehammer Games

Kemur út á: PlayStation 5, Xbox One, Microsoft Windows

einarthor@frettabladid.is

Það ríkir jafnan eftirvænting þegar nýr Call of Duty-leikur lítur dagsins ljós. Á dögnum kom út enn einn leikurinn í þessari sívinsælu seríu, Call of Duty Vanguard, og að þessu sinni er flakkað um hina ýmsu vígvelli á tímum seinni heimsstyrjaldarinnar.

Leikurinn býður upp á ýmsa möguleika í spiluninni en eins og svo oft áður er netspilunin hið eiginlega flaggskip. Í Vanguard er



auðvelt að gleyma sér í hinum ýmsu bardögum gegn spílurum úti í heimi og stenst leikurinn ágætlega þær væntingar sem til hans eru gerðar að því leyti; borðin eru að minnsta kosti nokkuð fjölbreytt og ágætlega útfærð.

Aðrir geta einnig fundið eitthvað við sitt hæfi, hvort sem um er að ræða í einspiluninni (e. campaign)

eða Zombies. Á undanföllum árum hafa framleiðendur lagt sífellt minni áherslu á einspilunina, sem á köflum hefur verið stutt og jafnvel eins og hálfgerð sýnishorn af leiknum.

Þó einspilunin sé ekki ýkja löng að þessu sinni er hún vel heppnuð og heldur manni vel við efnið. Þeir sem spila Vanguard gætu ef til vill fengið þá tilfinningu að leiknum svipi of mikið til fyrri leikja í seríunni.

Það er þó ljóst að ekki er hægt að finna upp hjólið á hverju ári og því skiljanlegt að breytingarnar séu ekki brjálæðislega miklar frá ári til árs. Það er líka engin þörf á að breyta sífellt góðri uppskrift þó gömul sé. ■

NIDURSTAÐA: Góður leikur en býsna kunnuglegur.


NÓIR SÍRÍUS



SÍRÍUS SUÐUSÚKKULAÐI

...sem Íslendingar hafa stölist í síðan 1933

Heitt og hátíðlegt súkkulaði

200g Síríus suðusúkkulaði • 1 lítri mjólk • 1/2 bolli vatn • 1/2 tsk salt. Hitið vatnið í potti og leysið súkkulaðið upp í því. Bætið mjólk og salti við og hitið upp að suðumarki. Til að gera drykkinn enn hátíðlegri er góð hugmynd að skreyta með muldum Bismark myntubrjóstsykri.



Ekkert valið af handahófi



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb
@frettabladid.is

Primavera 25 er matreiðslubók sem geymir uppskriftir frá La Primavera, hinum vinsæla veitingastað Leifs Kolbeinssonar og fjölskyldu. Veitingastaðurinn er í Marshallhúsinu á Granda og nýlega var opnaður La Primavera-staður á fjórðu hæð í Hörpu.

La Primavera hóf rekstur árið 1993 í Húsi verslunarinnar en árið 1996 flutti staðurinn í Austurstræti og var þar til ársins 2011. Árið 2017 opnaði La Primavera svo í Marshallhúsinu.

„Það eru 25 ár síðan La Primavera opnaði í Austurstræti og kominn tími fyrir matreiðslubók. Þess vegna ber bókina nafnið Primavera,“ segir Leifur. „Fyrir ansi mörgum árum gáfum við út matreiðslubók sem seldist upp, ég hef heyrt að setið sé um hana hjá fornbókasöllum.“

Nýja matreiðslubókin, sem fæst á La Primavera, er fallega hönnuð af Einari Geir Ingvarssyni og myndirnar eru teknar af Ara Magg. Í bókinni er að finna fjölmargar uppskriftir að bragðgóðum réttum í anda þeirrar ítölsku matreiðslu sem einkennir La Primavera. „Við erum að gera sömu hluti og þegar staðurinn var í Austurstræti. Þegar við opnuðum La Primavera hér í Marshallhúsinu þá ákváðum við halda okkur við matargerðina sem við vorum þekkt fyrir.“

Töfrar hráefnisins

Maturinn á La Primavera er einfaldur og bragðgóður, án allrar tilgerðar. Hver er leyndardómurinn á bak við þessa góðu matreiðslu? spyr blaðamaður. „Hann er í hráefninu,“ segir Leifur. „Fiskurinn sem við fáum er ferskur og góður. Ekkert er valið af handahófi heldur sérvalið. Sem dæmi get ég tekið að við leitumst eftir að fá vikulega burrata ost frá Ítalíu og getum þá haft hann nýlagðan. Við veljum góðar skinkur og



Leifur Kolbeinsson stendur vaktina á La Primavera.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

ólífuolían er frá Toscana. Allt byggir á gæðum og einfaldleika, eins og ítölsk matargerð er.“ Ítölsk vín eru svo vitanlega á boðstólum en Þorri Hringsson skrifar kafla í bókinni sem hefur yfirskriftina Ítalía, vínlandið góða.

Meðal vinsælustu réttanna á La Primavera eru kálfur milanese og hin dásamlega parmaskinka með geitaostasósu, tiramisú og ostakakan, en uppskriftin að henni kemur frá Spáni. „Svo verður að nefna fiskinn okkar og hina hefðbundnu klassísku pastarétti,“ segir Leifur.

Nýtt og sigilt

Maturinn á La Primavera ber með sér þær kröfur sem Leifur gerir til sjálfs sín. Hann hikar ekki við að reyna eitthvað nýtt en er um leið ófeiminn við að tefla fram sigildum réttum, svo sem parmaskinku á glóðuðu brauði með geitaostasósu, carpaccióinu sem mér finnst hvergi betra en hjá honum, eða milanese kálfinum með tagliolini og hæfilega sterkri tómatasósu. Ég þreytist aldrei á að borða þessa rétti ...

Úr formála Ólafs Jóhanns Ólafssonar



Ólafur Jóhann Ólafsson.

ÁRMÚLI 28-30 til leigu



Alls 2.802 m²



Leigist í heilu lagi eða hlutum

Leigist í heilu lagi eða hlutum. Jarðhæð hússins hentar vel sem verslun og/eða skrifstofur. Allar skrifstofur í húsinu eru með léttum glerveggjum sem auðvelt að breyta og aðlaga að starfsemi viðkomandi. Mjög góð hljóðvist í öllu húsinu.

Mötuneyti á jarðhæð með nýlegum tækjum. Bílastæði við húsið samtals 72. Fasteignin er öll endurnýjuð að utan. Að innan er hún vel búin hvað varðar kerfisloft, loftræstikerfi, lýsingu, rafkerfi þar á meðal aðgangsstýringarkerfi og sérstök ljósavél til að fyrirbyggja rafmagnsleysi. Ný lyfta er í húsinu og sameiginleg rými þar á meðal stigagangar og salerni hin glæsilegustu.



Agnar Agnarsson
Löggiltur Fasteignasali
agnar@domusnova.is
Sími: 820 1002

LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN
DOMUSNOVA
Fasteignasala

DOMUSNOVA - SÍMI 527 1717 - WWW.DOMUSNOVA.IS

Leifur er yfirleitt alltaf sjálfur í eldhúsinu að elda fyrir gesti. „Að reka veitingahús er lífsstíll. Mér líður vel í eldhúsinu. Það er gott að finna sínu hillu í lífinu og ég var heppinn að finna eldamennskuna,“ segir Leifur, sem byrjaði að starfa við eldamennsku einungis 16 ára gamall og fagnar 40 ára starfsafmæli á næsta ári.

„Þegar ég var í síðasta bekk í gagnfræðaskóla, Austurbæjarskóla, fengum við að kynna okkur starfsgrein í nokkra daga. Ég valdi að fræðast um starf kokka og var í nokkra daga uppi í Múlakaffi. Daginn eftir að ég útskrifaðist úr gagnfræðaskóla var ég byrjaður á samningi á Múlakaffi, nýrðinn sextán ára.“

Hann segist hafa verið fremur matvandur sem krakki. „Ég borðaði alls ekki allt, en á unglingsárum lagði ég mikinn metnað í að ná færni í eldamennsku og elda góðan mat. Það veitti mér mikla ánægju að heyra hrifningarorð þegar fólk borðaði mat sem ég hafði eldað.“

Ólafur Jóhann skrifar formála

Spurður hvort hann eigi sér upphaldsmat segir hann: „Ef ég á að vera væminn þá er það hráefnið sem ég er að vinna með hverju sinni. Annars er ég alæta á mat. Mér finnst mjög gaman að búa til pasta og það sama á við um risotto.“

Fastakúnnarnir eru margir. Meðal þeirra er Ólafur Jóhann



Ólafsson rithöfundur, sem skrifar formála að matreiðslubókinni. „Ég var svo heppinn að kynna Ólafi þegar hann keypti hús við hliðina á fjölskylduhúsinu á Freyjugötu sem afi minn byggði. Alltaf þegar Ólafur kemur heim frá New York borðar hann hér og við höfum spjallað mikið saman. Ég er mjög þakklátur Ólafi fyrir að skrifa þennan formála í bókina.“

Leifur segir viðskiptavini staðarins samanstanda 99 prósent af Íslendingum. „Núna á þessum ömurlegu tímum sem kallast Covid er ég heppinn að svo hefur verið, því ég hef haldið töluvert góðum fjölda gesta. Ég er auðmjúkur og þakklátur vegna þess hversu vel staðurinn hefur verið sóttur.“ ■

NÚ ER ÞAÐ

RAUTTT

25.-29. NÓV.

20-60%

AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM VÖRUM Í VERSLUN
HALLARMÚLA OG NETVERSLUN

TÆKIFÆRI TIL AÐ
GERA FRÁBÆR KAUP!





ALLAR PIZZUR AF MATSEÐLI Á 1.690 KR. EF ÞÚ SÆKIR



Sæþór Kristínsson ætlar að taka íslenskan snúning á baksturinn í úrslitakeppninni sem verður sjónvarpað í Danmörku í kvöld þannig að úrslit ættu að liggja fyrir upp úr klukkan 20 að íslenskum tíma.

MYND/ADSEND

Sæþór notar Nóa Kropp og Malt í úrslitabakstrinum

odduraevar@frettabladid.is

Sæþór Kristínsson keppir til úrslita Den store bagedyst í kvöld. Hann segir það þvílíkan létti að geta loksins upplýst að Íslendingar eigi þannig sinn fulltrúa í úrslitum danska bakstursraunveruleikabáttarins.

Sæþór Kristínsson er kominn alla leið í úrslitabátt tíundu seríu bakstursraunveruleikabáttarins Den store bagedyst sem verður sýndur í dönsku sjónvarpi í kvöld. Hann segir mikinn létti fylgja því að geta loksins sagt frá þessu í samtali við Fréttablaðið.

Þótt Sæþór hafi búið í Danmörku síðan hann flutti þangað frá Íslandi sjö ára gamall má með sanni segja að þjóðin eigi sinn fulltrúa í raunveruleikabáttinum vinsæla sem var tekinn upp fyrr á þessu ári.

Sæþór hefur því mátt þegja lengi yfir leyndarmálinu um að hann hafi komist í lokabáttinn. „Þetta hefur verið klikkað,“ sagði Sæþór þegar Fréttablaðið ræddi við hann þegar sýningar hófust í síðasta mánuði og lét fylgja sögunni að ferlið allt hefði verið gríðarlega krefjandi.

Litblindur á marsipan

Sæþór byrjaði að baka þegar hann eignaðist dóttur sína sem verður níu ára í byrjun næsta árs og þátttöku sína tileinkar hann minningu móður sinnar, Kristinar Steingrimsdóttur, sem lést úr krabbameini í janúar.

Sæþór hefur slegið í gegn í þáttunum og gengið vel hingað til þótt hann hafi á einum tímamarki lent í vandræðum með marsipanþraut. „Ég er sem sagt litblindur og tapaði þeirri keppni,“ segir Sæþór hlæjandi.

„Þau sögðu að litirnir væru ekki réttir í grundvallaratriðum,“ útskýrir Sæþór sem segist ekki hafa látið þetta stoppa sig. „Alls ekki. Ég hef verið litblindur allt mitt líf og frekar vanur slíku og tók þessu bara af stóiskri ró.“

Gott að geta sagt frá

Úrslitin voru tekin upp í sumar og Sæþór gefur vitaskuld ekkert upp um úrslitin sem verða ljós á morgun. „En það er gríðarlega huggulegt að geta loksins sagt fólki að ég hafi komist alla leið í úrslitin,“ segir Sæþór léttur.



Sæþór hefur átt mjög góðu gengi að fagna í þættinum auk þess sem andinn milli keppenda má heita býsna góður miðað við raunveruleikasjónvarp.



Ég gerði kökur sem eru innblásnar af Íslandi.

Þátturinn er meðal vinsælustu þátta Danmerkur og Sæþór hefur fengið mikla athygli. „Fólk er farið að þekkja mig úti á götu og það hefur stundum jafnvel heilsað mér og er mjög almennilegt.“ Þá hefur Sæþór haft nóg að gera á samfélagsmiðlum og fylgjendafjöldinn hefur, eðlilega, rokið upp úr öllu valdi.

Bakað úr íslenskum rótum

„Ég gerði kökur sem eru innblásnar af Íslandi,“ segir Sæþór um útspil sitt í lokabáttinum en þar mun hann heiðra íslenskar rætur sínar og Egils Malt og Nóa Kropp koma við sögu svo fátt eitt sé nefnt.

Þá ætla systur hans að koma í heimsókn í kvöld og horfa á útsendinguna með honum auk þess sem hann hyggst baka alveg eins kökur fyrir þær og hann teflir fram í úrslitabáttinum á skjánum. ■

NÝTT

MagicBAR

0% PLAST*



Skannaðu
mig fyrir nánari
upplýsingar



ANDLITSHREINSUN Í FÖSTU FORMI

- Vottuð náttúruleg snyrtivara
- Plastlaus, sjálfbær formúla
- Mild hreinsun án þess að þurrka húðina



JAFNVÆGI 99% NÁTTÚRULEGT



*Formúlan er laus við örplast m.v. skilgreiningu UNEP.

Tvær langdregnustu fréttir áratugarins enn og aftur

Fréttir vikunnar

Ólöf Skaftadóttir

toti@frettabladid.is

„Tvær langdregnustu fréttir áratugarins, annars vegar klúðrið í Borgarnesi og hins vegar heimsfaraldur Covid-19, voru hitamál í vikunni, líkt og aðrar vikur,“ segir Ólöf Skaftadóttir, annar ritstjóra

Innherja. „Ekki er gott að segja hvernig sóttvarnalæknir komst að þeirri niðurstöðu að sennilega yrðu Íslendingar rafmagnslausir ef þeir undirgengjust ekki þær takmarkanir á athafnafrelsi sem honum hugnast best.

Hann lét hafa eftir sér að allt sem við byggjum líf okkar á, meðal annars rafmagnsflutningar, myndu lamast vegna útbreiddra veikinda. Þar kom það. Ekki hafa enn borist fregnir af



Ólöf Skaftadóttir, ritstjóri Innherja.
MYND/ADSEND

rafmagnsleysi hjá Svium síðustu mánuði, þrátt fyrir takmarkalaust samfélag sem byggir á frelsi einstaklingsins og heilbrigði skynsemi.

Ný ríkisstjórn virðist síðan ekki ætla að halda hvíldardaginn heilagan en fyrirhugað er að kynna nýjan stjórnarsáttmála á sunnudaginn. Ráðherrakapallinn verður forvitnilegur og ekki sist í hvaða hugmyndafræðilegu höndum heilbrigðiskerfið lendir.

Kaupglöðir Íslendingar á netinu hafa ekki látið sitt eftir liggja en Innherji greindi frá því að vefverslunin Boozt hefði selt fyrir tæpan milljarð herna síðustu fimm mánuði.

Blaðamannaverðlaun vikunnar fara svo klárlega til hvers þess sem sér um samsettar myndir á DV. Myndin af Degi borgarstjóra af til efni Mexíkóferðar hans, með sombrero og sólgleraugu, er sjálfstætt listaverk.“ ■



Á veraldarvegum er íslensk útgáfa Viking Voyager: An Icelandic Memoir, sem Sverrir skrifaði ásamt konunni sinni, Veronicu Li, og hann segir að þessi útgáfa hefði aldrei orðið að veruleika án hennar.
FRÉTTABLAÐIÐ/EYDÓR

Sverrir gekk frá kvennabúri fyrir furstann í Abú Dabí

Sverrir Sigurðsson lauk arkitektanámi í Finnlandi, fyrstur Íslendinga, og lenti þaðan eftir krókaleiðum í Abú Dabí, þar sem hann hafði eftirlit með hallarbyggingu furstans. Kvennabúrið þar vafðist talsvert fyrir honum, enda hafði hann vitaskuld aldrei áður komið að slíkum byggingum.

toti@frettabladid.is

Arkitektinn Sverrir Sigurðsson hefur komið vægast sagt víða við á löngum og ævintýrlegum ferli, sem hann rekur í endurminningabókinni Á veraldarvegum. Þar segir hann meðal annars frá því þegar honum var, nokkuð óvænt, falið eftirlit með hallarbyggingu furstans í Abú Dabí þar sem að mörgu undarlegu var að huga. Ekki sist við hönnun og byggingu kvennabúrsins sem var stór hluti hallarinnar.

Sverrir lauk arkitektanámi í Finnlandi og starfaði síðan við fagið um áratugaskeið í framandi löndum Asíu og Afríku og fyrir Alþjóðabankann.

Þriggja ára áætlun

„Þetta var nú löng krókaleið,“ segir Sverrir, um hvernig hann endaði í Abú Dabí, þar sem hann fékk eftirlit með hallarbyggingu furstans í fangið. „Þegar ég var búinn að læra þar fannst mér ég ekki vera nógu gáfaður til að halda beint heim og vildi fara til þriggja landa. Þetta var svona þriggja ára áætlun hjá mér.

Ég vildi fyrst fara til annars Norðurlands, síðan til Þróunarlands og svo til Bandaríkjanna, áður en ég færi heim.“

Sverrir fékk síðan vinnu hjá sænsku fyrirtæki sem sendi hann til Kúveit. „Ég kom þarna þegar sex daga stríðinu lauk og þá datt bara botninn úr öllum verkefnum okkar en við fundum þetta verkefni í Abú Dabí. Sem var mjög forvitnilegt, því kvennabúrið var talsvert stór hluti hallarinnar og ég hafði auðvitað aldrei fengið við slíkar byggingar, segir Sverrir.

Framandi vandamál

„Þetta hefði verið framandi fyrir alla, hvaðan sem er úr heiminum,“ segir Sverrir, sem kom að byggingunni eftir að egypski arkitektinn, sem hannaði bygginguna, hafði hlaupist á brott með verklaunin.

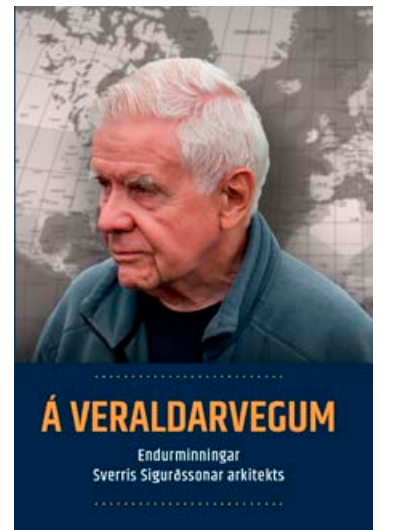
„Ég átti að hlaupa í skarðið, sem þýddi sex vikna dvöl í Abú Dabí, en satt best að segja var ég hálfkvíðinn fyrir þessu verkefni, enda hafði aldrei verið minnst á kvennabúrsbyggingar í námi mínu í Helsinki.“

Sverrir segir í bókinni frá því að hann hafi fundið „fæinar bækur sem fjölluðu um líf kvenna í heimi íslamstrúarmanna á bókasafni í Kúveit, en þar var ekki margt sem ég gat studd við þegar kom að laus þessa vandamáls.“

Fokdýrt furðudót

Faðir furstans, sem Sverrir vann fyrir, var af fyrsta ættliðnum sem kynntist fjárfulgunum sem fylgdu olíuauðæfum landsins og í krafti þess hafði brottþaupni arkitektinn hvergi sparað við efniskaupin, eins og Sverrir segir frá í endurminningunum.

„Eitt fyrsta verkefnið var að ákvarða hvað gera ætti við allt furðulega byggingarefnið sem



Ensk útgáfa bókarinnar hefur hlotið bresk Red Ribbon-verðlaun og viðurkenningu frá bandarísku rithöfundasamtökunum Independent Author Network.
MYND/ADSEND

egypski arkitektinn hafði pantað. Honum hafði verið uppálagt að kaupa allt hið besta og spara ekkert í því sambandi. Hann hafði greinilega gert sitt besta og keypt alls kyns óhóflega og fjarstæðukennda muni.“

Sverrir þurfti þannig að finna út úr því hvað hann ætti að gera við rúman tug vatnskranu úr massífu 18 karata gulli. „Og hvar ætti að staðsetja klósettskálarnar sem spiluðu tvírasa hljómlist þegar lokinu var lyft upp. Þarna voru endalausar ákvarðanir, því að listinn af furðudótinu var langur.“ ■

AUGLÝSINGAELDÍR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðaf Bjarnason guðaf@torg.is, ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Auður Hünfjörð audur@frettabladid.is, Hjördis Zoéga 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 arnar@frettabladid.is, Jóhann Waage johannwaage@frettabladid.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, Ruth Bergsdóttir ruth@frettabladid.is, FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNÍ: Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is, RÁÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason hrannar@frettabladid.is, TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@frettabladid.is

www.betrabak.is

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM*

TILBOÐ GILDIR ALLA HELGINA

PREMIUM DÚNKODDI
Stærð: 50 x 70 cm (800 gr).
Fylling: 50% andardúnn og 50% smáfiður.
Nú 13.520 kr.
Fullt verð: 16.900 kr.

PREMIUM DÚNSÆNG
Stærð: 140 x 200 cm. (600 gr).
Fylling: 50% andardúnn og 50% smáfiður.
Nú 19.920 kr.
Fullt verð: 24.900 kr.

CORNFLOWER RÚMFÖT
140x220 cm. 100% Egypsk bómull.
Nú 20.720 kr.
Fullt verð: 25.900 kr.

BOSS HUGO BOSS

BADSLOPPAR
Nú frá 19.920 kr.
Fullt verð frá: 24.900 kr.

KOSY STORMUR HEILSUINNISKÓR
Ýmsar stærðir og litir.
Nú 7.920 kr.
Fullt verð: 9.900 kr.

* Gildir ekki ofan á önnur tilboð og ekki af vörum frá Hlastens.

FAKAFENI 5 588 8477 | DALSBRAUT 1 Akureyri 588 1100 | SKEIDI 1 Ísafirði 456 4566





KOMBÓ TILBOÐ

25. NÓVEMBER – 5. DESEMBER



90 G HAMBORGARI – EKKI ER
HÆGT AÐ STÆKKA TILBOÐIÐ

EL RENO

FRANSKAR + COKE 0,5 L + NÓA KROPP SÚKKULAÐI

ÁLFHEIMUM
GULLINBRÚ
NORÐLINGAHOLTÍ

MOSFELLSBÆ
AKRANESI
BORGARNESI

SKAGASTRÖND
VARMHLÍÐ
SIGLUFIRÐI

ÓLAFSIRÐI
DALVÍK
HÚSAVÍK

REYÐARFIRÐI
NESKAUPSTAÐ
HELLU
SELFOSSI

GRILL66.IS

VIÐ ERUM Á OLÍS



SVÖÖRRT HÆLGÍ

Valdar vörur á 20-45% afslætti

**30%
afsláttur**

Leikföng, spil & púsl •
Búsáhöld (bökunarvörur, eldhúsáhöld,
borðbúnaður, pottar, pönnur og form)

**25%
afsláttur**

Innimálning • RYOBI rafmagnsverkfæri
BOSCH rafmagnsverkfæri • Regn- &
kuldafatnaður • Áltröppur • Mottur &
dreglar • Handlaugartæki • Hitastýrð
blöndunartæki

**20%
afsláttur**

Allar jólavörur • Lemax jólaþorp

Breidd



Jólasveinar
laugardag
14-15



Kaffitár kaffi
sunnudag
13-16



Ristaðar möndlur
laugardag
14-16

Vegna álags í vefverslun gæti afgreiðslutími pantana verið aðeins lengri.

Takk fyrir þolinmæðina og skilninginn

Akureyri, Selfoss
og Reykjanesbær

Aukinn afgreiðslutími
sunnudagana 28. nóvember og 5. desember

12-16

35%
afsláttur



BOSCH Aquatak 160bör
64.997
Almennt verð: 99.995

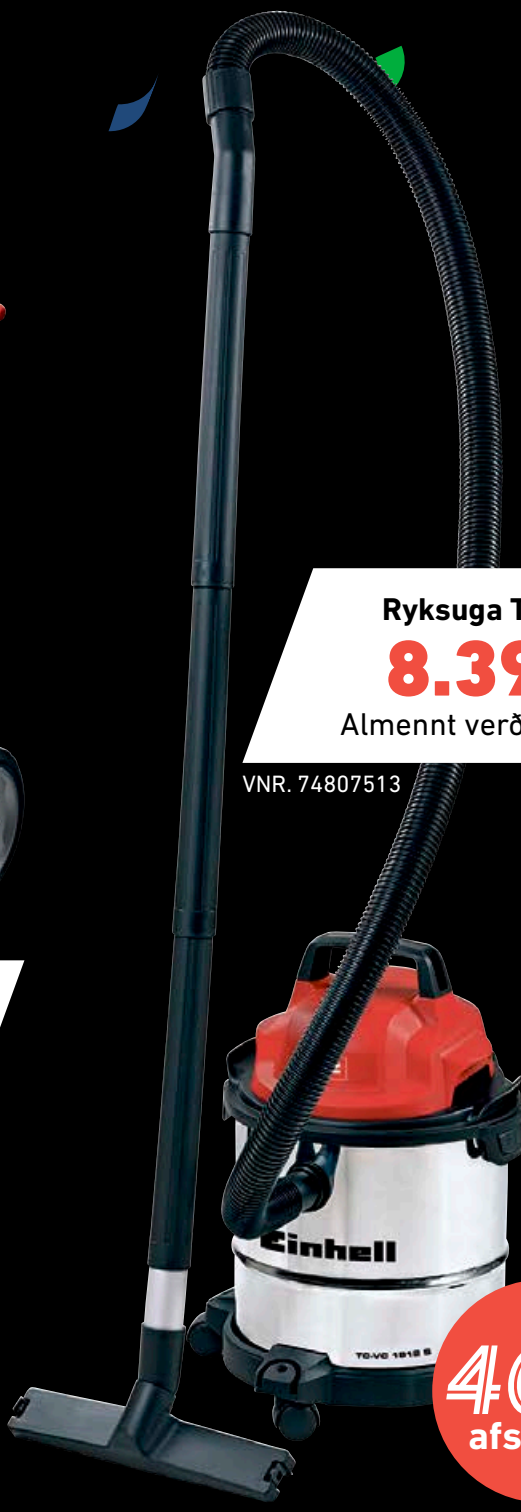
VNR. 74810260

35%
afsláttur



Curly ljósaingur
4.222
Almennt verð: 6.495

VNR. 51880585



Ryksuga TC-VC
8.397
Almennt verð: 13.995

VNR. 74807513



LUX Verkfærasett 70 stk
5.547
Almennt verð: 9.245

VNR. 68566705

Eldiviðarbox
2.997
Almennt verð: 4.995

VNR. 46321277

40%
afsláttur

40%
afsláttur



40%
afsláttur

Aðventuljós 7 ljósa, hvít
1.812
Almennt verð: 3.295

VNR. 51881014



45%
afsláttur

CYBER MONDAY

Fylgstu með á byko.is á mánudaginn fyrir sérstök Cyber-monday tilboð

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN



Bakþankar

Margrétar
 Kristmannsdóttur



Ófrjósemi

Það er talað um ófrjósemi þegar þar hefur reynt að eignast barn í rúm tít ár án þess að þungun hafi átt sér stað. Ófrjósemi er mun algengari en marga grunar og eru hátt í 20% para að takast á við þetta verkefni. Sjálf tengist ég náð ungu pari sem er að glíma við þetta erfiða hlutskipti, en þau opnuðu sig á fésbókinni fyrir stuttu um málið. Er þessi bakþanki skrifaður með þeirra samþykki – enda umræðan þörf.

Það sjá flestir fyrir sér lífið á ákveðinn hátt – við menntum okkur, hefjum sambúð og þegar við teljum rétta tímann kominn þá hefjast barneignir. En stundum bara koma börnin ekki þegar við viljum. Ungt fólk fyllist von og eftirvæntingu í hverjum mánuði en upplifir síðan sorg mánuð eftir mánuð – jafnvel ár eftir ár, þegar ljóst er að þungun hefur ekki átt sér stað eða fósturlát orðið. Fylgikvillar eins og þunglyndi, kvíði og skert sjálfsmynd geta ágerst og allt þetta álag getur reynt verulega á ungt samband.

Sem betur fer hefur vísindum fleygt fram og hægt er að hjálpa mörgum til að eignast kraftaverkabarn, en það ferli er bæði kostnaðarsamt og reynir ekki síður á. En fólk sem glímur við ófrjósemi á ekki að burðast með þetta verkefni eitt – við eigum að vera óhrædd að ræða ófrjósemi. Með auknum skilningi og þekkingu á ófrjósemi aukast líkur á utanaðkomandi stuðningi í garð þeirra sem glíma við þetta vandamál – stuðningi sem þetta unga fólk þarf svo mikið á að halda.

En sterkustu skilaboðin frá þessu unga pari eru: Aldrei spyrja fólk á barneignaaldri hvort það ætli ekki að drífa sig í að koma með barn! Þau eru annaðhvort að reyna það – geta það ekki eða langar ekki til þess. ■

© Hinn Flíka Spennur 8.12.2021



Nýtt VINTER 2021 gjafapappír 245,-



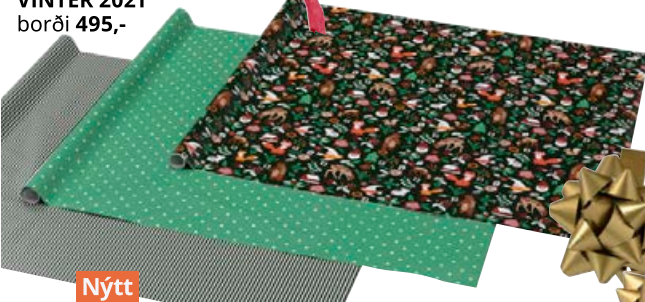
Nýtt VINTER 2021 merkimiðar 195,-/12 í pk.



Nýtt VINTER 2021 gjafapappír 245,-



Nýtt VINTER 2021 borði 495,-



Nýtt VINTER 2021 gjafapappír 695,-/3 í setti

Nýtt VINTER 2021 skraut 795,-/4 í setti



Nýtt VINTER 2021 gjafaöskjur 995,-/2 í setti



Nýtt VINTER 2021 gjafapappír 245,-



Nýtt VINTER 2021 merkimiðar 195,-/8 í pk.



Nýtt VINTER 2021 flöskupokar 295,-/2 í pk.



Nýtt VINTER 2021 veislupakki 395,-/5 í setti

Leyfðu þér að hlakka til

Þegar þú hefur gefið þér tíma í að velja gjafirnar er tilheyrandi að nostra við að pakka þeim inn og í ár er það enn skemmtilegra með nýrri línu af litríkum merkimiðum, gjafapappír, öskjum og pokum. Þú finnur réttu gjafaumbúðirnar hjá okkur, hvort sem þú vilt skreyta gjafirnar á umhverfisvænan, skrautlegan eða frumlegan hátt – eða jafnvel með minni fyrirhöfn en fallettri útkomu.



Nýtt 295,-/2 í pk.

VINTER 2021 gjafapokar



Nýtt 695,-/3 í setti

VINTER 2021 gjafapappír



Nýtt VINTER 2021 gjafapappír 695,-/3 í setti



Nýtt VINTER 2021 pakkaskraut, slaufur 695,-/12 í setti



Nýtt VINTER 2021 skraut 1.190,-/6 í pk.



Nýtt VINTER 2021 gjafaöskjur 795,-/3 í setti



Smákökudeig Súkkulaðibitakökur 695,-



Smákökudeig Engiferkökur 595,-



Smákökudeig Krakkakökur 695,-



Smákökudeig Vegan smákökur 695,-

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



ORKAN

10kn. AFSLATTUR MED ORKULYKLI