



FRÉTTABLAÐIÐ

235. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR

frettabladid.is

ÞRIÐJUDAGUR 30. NÓVEMBER 2021



Annar flokkur Vals lét ekki snjómuggu gærdagsins hindra sig í að komast á fótboltaæfingu. Þeir mættu galvaskir á völlum séra Friðriks og tóku til hendinni. Mokuðu hraðar en snjónum kyngdi niður og fóru svo að sparka sín á milli, hressir og kátir með skófluna tilbúna á hliðarlínunni ef það skyldi fara aftur að snjóá.

FRÉTTABLAÐIÐ/SÍGTRYGGUR ARI

Fékk nýjar upplýsingar um þöggun og yfirhilmingu í Hjalteyrarmálinu

Eitt Hjalteyrarbarnanna segist hafa trúverðugar upplýsingar um að komið hafi verið í veg fyrir rannsókn á sínum tíma til að vernda opinbera persónu.

bth@frettabladid.is

SAMFÉLAG Steinar Immanuel Sörensson, eitt Hjalteyrarbarnanna, segir að sér hafi borist nýjar og sláandi upplýsingar frá lögmanni í gær, sem kunni að skýra hvers vegna rannsókn á barnaheimilinu á Hjalteyri við Eyjafjörð hafi ekki farið fram á sínum tíma eða hún jafnvel verið

stöðvuð. Hann telur upplýsingarnar mjög trúverðugar.

„Þetta eru upplýsingar um að Hjalteyrarmálið hafi verið þaggað niður þar sem um þjóðþekktan einstakling hafi verið að ræða. Einstaklingur sem að nokkru leyti bar ábyrgð á að svo fór sem fór og að málið var ekki upplýst á sínum tíma,“ segir Steinar.

„Mér brá mjög illa, því mig hefur alltaf grunað að eitthvað ósagt stæði í veginum fyrir því að rannsóknin færi fram,“ segir Steinar. „Mig hefur grunað þetta í mörg ár, allt frá því að ég hóf baráttuna fyrir því að réttlætið fengi framgang, en



Steinar Sörensson

mig óraði aldrei fyrir að mögulega væri verið að halda hlífiskildi yfir opinberri persónu á kostnað okkar barnanna,“ bætir hann við.

Tímabilið sem Steinar vísar til er þegar rannsóknir stóðu sem hæst á öðrum barnaheimilum með vinnu

Vistheimilaneftndar. Lauk þeirri rannsókn í sumum tilvikum með afsökunarbeiðni og sanngirnisbótum. Ekkert var aðhafst vegna Hjalteyrarheimilisins.

Þá segir Steinar að bjartsýni hafi kviknað eftir að ráðherrar töluðu fyrir því í síðustu viku að málið yrði tekið upp með nýrri rannsókn. Með ráðherraskiptunum nú upplifi Hjalteyrarbörnin nýja óvissu.

„Við viljum fá loford frá nýjum dómsmálaráðherra um að málið verði ekki aftur látið hverfa. Ótti okkar liggur í því að málið verði aftur látið falla milli skips og bryggju,“ segir Steinar. ■

Landsbyggðinni gefið langt nef

STJÓRNMÁL „Ég man ekki eftir að þetta hafi verið svona ójafnt,“ segir Grétar Þór Eyþórsson, stjórnmálafræðiprófessor við Háskólann á Akureyri, en af tólf ráðherra eru tíu frá Reykjavíkarkjördæmunum og Suðvesturkjördæmi. Hinir koma frá Akranesi og Syðra-Langholti, hvoru tveggja í klukkutíma akstursfjarlægð frá borginni. Í fyrsta skipti á Norðausturkjördæmi ekki ráðherra.

Ýmis andvana fædd mál fyrri stjórnar hafa verið lögð á hilluna í nýjum sáttmála, svo sem stofnun þjóðarsjóðs, afglæpavæðing neysluskammta og Miðhálandisþjóðgarður. Mikil áhersla er á loftslagsmálin og velferðarmál en lítið um umdeild mál á dagskrá, segir meðal annars í ítarlegri fréttaskýringu. **SJÁ SÍÐU 8**

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



Boðar samstilltari stjórnarandstöðu

bth@frettabladid.is

STJÓRNMÁL Stjórnarandstaðan fær aðeins formannssæti í einni fastanefnd í stað þriggja á síðasta kjörtímabili. Logi Einarsson, formaður Samfylkingarinnar, segir að ákvörðun meirihlutans um þetta muni skerpa andstöðu milli stjórnar og stjórnarandstöðu.

„Viðbrögð okkar eru þau að þessi ákvörðun er í höndum ríkisstjórnar sem fyrir fjórum árum var með það skrifað í stjórnarsáttmálanum að eitt af helstu verkefnum væri að efla stöðu Alþingis og minnihlutans. Það gekk ekki eftir. Ég tel að þessi breyting sé rökrétt skref af því hvernig þau nálguðust okkur síðustu fjögur árin,“ segir Logi.



Ef þau hafa haldið að við yrðum auðsveipir þjónar þeirra, þá er það einhver misskilningur.



Logi Einarsson, formaður Samfylkingarinnar

Hann segir um áhrif breytinganna:

„Þetta mun skerpa andstöðuna og aðhaldið milli stjórnar og stjórnarandstöðu.“

Hann hafi heyrt formenn Framsóknarflokksins og Vinstri grænna lýsa vonbrigðum með samstarfið á síðasta kjörtímabili.

„Ef þau hafa haldið að við yrðum auðsveipir þjónar þeirra, þá er það einhver misskilningur,“ segir Logi og vísar til nefndaformennsku minnihlutans síðasta kjörtímabil.

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra sagði í gær að mismikil ánægja hefði verið með hvernig til tókst á síðasta kjörtímabili. Því hefði verið lagt til að stjórnarandstaðan fengi eingöngu formennsku í stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd.

Logi segist hlakka til komandi þingstarfa. Stjórnarandstaðan hafi rætt saman í gær og sé nú samstilltari en áður. ■

Beðið í bílnum



Nokkur snjócoma var á höfuðborgarsvæðinu í gær með þeim afleiðingum að fjöldi ökumanna komst hvorki lönd né strönd. Margir voru á sumardekkjum og illa búnum bílum að sögn lögreglu. Dæmi voru um að ökumenn stytta sér leið yfir umferðareyjur og gróin svæði til að komast leiðar sinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Kirkjubrúðkaup í minnihluta í ágúst

bth@frettabladid.is

SAMFÉLAG Innan við helmingur þeirra sem stofnuðu til hjúskapar í ágústmánuði gifti sig hjá þjóðkirkjunni eða 47,5 prósent. Þetta kemur fram hjá þjóðskrá.

252
giftu sig í þjóðkirkjunni.

Af þeim 530 einstaklingum sem stofnuðu til hjúskapar gerðu 144 það hjá sýslumanni, 27,2 prósent, 252 giftu sig í þjóðkirkjunni og 76 einstaklingar gengu í hjúskap í öðru trú- eða lífsskoðunarfélagi, 14,3 prósent. 56 gengu í hjúskap erlendis.

Alls skildu 84 einstaklingar, skráðir í þjóðskrá, í ágúst síðastliðnum. 82 hjá sýslumanni en tveir fyrir dómi. ■

Nýtt greiðslukerfi Strætó lokar dyrunum á Steinunni

Formaður Þroskahjálpar segir stóran hóp ekki geta ferðast með strætó eftir að nýtt greiðslukerfi var tekið í notkun. Kerfið sé hamlandi fyrir öryrkja og fólki með þroska- skerðingu. Framkvæmdastjóri Strætó segir að brugðist verði við ábendingum.

birnadrofn@frettabladid.is

SAMGÖNGUMÁL „Ég er leið og reið yfir þessu og hrædd um að það sé verið að skerða frelsið mitt,“ segir Steinunn Ása Þorvaldsdóttir, sjónvarpskona og baráttukona fyrir réttindum fatlaðra, um Klapp, nýtt greiðslukerfi Strætó bs.

Greiðslukerfið er rafrænt og virkar þannig að farsími eða kort er sett upp við skanna í vagninum þegar greitt er fyrir farið. Öryrkjar fá afslátt af Strætó-fargjaldi en til að virkja afsláttinn þurfa þeir að skrá sig inn með rafrænum skilríkjum.

Unnur Helga Óttarsdóttir, formaður Þroskahjálpar, segir stóran hóp fólks með þroskahömlun ekki geta fengið rafræn skilríki. Sökum fötlunar geti þau ekki valið lykilorð og megi þau ekki fá aðstoð við það.

Einnig sé stafrænt ferli greiðslukerfisins flókið og ekki hafi allir færni til að læra á það. „Ég neita að trúa því að þetta sé annað en hugsunarleysi,“ segir Unnur Helga sem sent hefur bréf bæði til ráðamanna og Strætó en engin svör fengið.

„Þetta er stór kúnnahópur Strætó sem nú getur ekki tekið strætó, þarna er verið að skapa hindranir.“

Steinunn Ása er með rafræn skilríki en segist eiga erfitt með að læra á nýja og flókna tækni. „Mér finnst verið að mismuna fólki,“ segir hún. „Ég er von að taka strætó á hverjum degi en núna get ég það ekki.“

Jóhannes Svanur Rúnarsson, framkvæmdastjóri Strætó bs., hefur



Strætó tók upp nýtt greiðslukerfi fyrir skemmstu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Ég er von að taka strætó á hverjum degi en núna get ég það ekki.



Steinunn Ása Þorvaldsdóttir, sjónvarpskona og baráttukona fyrir réttindum fatlaðra

orðið var við gagnrýni varðandi nýja kerfið sem snúi að öryrkjum og fólki með þroskaskerðingar eða fatlanir.

„Já, við höfum orðið vör við það nú þegar við tókum fyrstu skrefin í þessu nýja kerfi, til dæmis frá sam- tókum eins og Þroskahjálpar.“

Jóhannes segir að brugðist verði



Jóhannes Svanur Rúnarsson, framkvæmdastjóri Strætó bs.

við ábendingunum eftir bestu getu. Til að byrja með geti fólki komið í höfuðstöðvar Strætó og keypt strætókort með öryrkjaafslætti. Sýna þurfi staðfestingu frá Tryggingastofnun um að það sé öryrkjar.

„Það er sambærileg lausn og þegar fólki var að kaupa sér árskort í gamla greiðslukerfinu,“ segir Jóhannes.

Spurður að því hvort þessi hópur muni áfram geta notað „gamaldags“ strætómíða segir Jóhannes þá not- hæfa til 1. mars á næsta ári.

„Við munum skoða betur fleiri lausnir fyrir þá sem eru ekki með rafræn skilríki eða hafa ekki nægilega góða þekkingu á tækni. En við munum ekki halda áfram notkun á gömlum farmiðum,“ segir Jóhann- es. ■

MANIC PANIC

Hárskolin fást hjá okkur

HOKUS POKUS

www.hokuspokus.is

Verslun og vefverslun

Laugavegi 69 S. 551-7955



VIÐ FRAMLENGJUM ÁBYRGÐINA ÞEGAR ÞÚ KEMUR MEÐ BÍLINN Í ÞJÓNUSTUSKOÐUN **TOYOTA RELAX**



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

Nánari upplýsingar á www.toyota.is



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



Blóðmerahald er nú til skoðunar í Brussel.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Blóðmerahald bannað í Evrópu

ser@frettabladid.is

DÝRAHALD Ráðherraráð Evrópu-sambandsins í Brussel hefur nú til meðferðar nýsamþykkt ályktun Evrópuþingsins í Strassborg um bann við innflutningi hrossakjöts og PMSG-hormóna úr hryssum frá þeim löndum utan sambandsins sem leyfa blóðmerahald.

Ályktunin var samþykkt með 452 atkvæðum gegn 170, en 76 þingmenn sátu hjá.

Aðeins fjögur lönd heiminum heimila blóðmerahald í þeim tilgangi að búa til hormón sem sprautað er í gyltur til að auka frjósemi þeirra, en löndin eru Argentína, Kína, Ísland og Úrúgvæ.

Raunar er blóðmerahald enn stundað á einum bæ í sambandslandinu Thüringen í Þýskalandi, en ágreiningur hefur verið á milli sambandslandsins og sambandsríkisins um hver fer með lögsögu málsins og fyrir vikið er enn stunduð blóðtaka úr merum á bænum. ■

Biskupar skipta með sér verkum

bth@frettabladid.is

ÞJÓÐKIRKJAN Biskup Íslands, Agnes M. Sigurðardóttir, og vígslubiskup, Sólveig Lára Guðmundsdóttir, skipta nú með sér verkum sem almennt eru á könnu biskups.

Pétur Markan biskupsritari segir það einn þátt í starfi vígslubiskupa að létta undir með biskupi.

„Þær skipta með sér verkum þessa dagana, það er mjög mikið álag á Biskupsstofu,“ segir Pétur Markan.

Pétur segir að ekki hafi reynt mikið á að embættinu hafi verið deilt með þessum hætti utan þeirra tilvika þegar biskup fer utan á vegum kirkjunnar eða er í leyfi.

Agnes sat ekki Kirkjubing í síðustu viku en var viðstödd setningu Alþingis. ■

Unnið á biðlistum barna með ADHD

birnadrofn@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Snemma á næsta ári stendur til að taka í gagnið Geðheilsúmiðstöð barna hjá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins (HH). Með miðstöðinni verður ýmis þjónusta sem veitt er í dag sameinuð.

Guðlaug Unnur Þorsteinsdóttir, framkvæmdastjóri geðheilbrigðisþjónustu HH, segir að breytingarnar muni stuðla að styttri biðlistum



Guðlaug Unnur Þorsteinsdóttir, framkvæmdastjóri geðheilbrigðisþjónustu HH

ásamt því að auka meðferðarúræði fyrir börn og unglinga með geðrænan vanda. „Þetta er styrking og útvíkkun í þjónustu við börn í sva-kallaðri annarrar línu þjónustu, sem er þjónusta mitt á milli þess að vera spítalaþjónusta og heilsugæsluþjónusta,“ segir Guðlaug.

Óskar Reykdalsson, forstjóri HH, segir klárlega þörf fyrir Geðheilsu-miðstöð barna innan heilsugæslunnar.

„Við vonum að þetta verði til þess að við náum að sinna þessum börnum betur og þar afleiðandi hafa áhrif fyrir lífstíð. Þetta er svo mikilvægur tími í lífi þessara barna,“ segir Óskar.

Hann segir stærstu áskorunina núna vera að ráða fólk til starfa innan verkefnisins. Auglýst verði eftir forstöðumanni um næstu mánaðamót en áætlað sé að um 55 starfsmenn muni starfa við Geðheilsúmiðstöðina. ■

Guðlaugur Þór boðar græna byltingu

Loftslagsmál skipa stóran sess í nýja stjórnarsáttmálanum. Sumir ráku upp stór augu þegar tilkynnt var að Guðlaugur Þór Þórðarson fengi ráðuneyti umhverfis-, orku- og loftslagsmála en hann hefur sinnt málaflökknum á ýmsum vettvangi.

urduryrr@frettabladid.is

STJÓRNMÁL Guðlaugur Þór Þórðarson, þingmaður Sjálfstæðisflokksins sem áður var innanríkisráðherra, tók í gær við lyklum að ráðuneyti umhverfis-, orku- og loftslagsmála. „Það er heiður að fá traustið til að gera það,“ segir Guðlaugur Þór. „Það þarf ekki að fara mörgum orðum um mikilvægi þessa málaflökks.“

Guðlaugur segist vera meðvit-aður um að verkefnið sem hann fær í hendurnar sé mjög krefjandi og mikilvægt sé að um það náist góð sátt meðal allra sem tengjast því. „Það spannar næstum alla þjóðina,“ segir hann.

Einhverjir ráku upp stór augu þegar í ljós kom að Guðlaugur fengi þetta ráðuneyti en ekki þingmaður Vinstri grænna, sem hafa verið þekktari fyrir að beita sér fyrir loftslagsmálum. Guðlaugur segist ekki átta sig á því hvers vegna það sé.

„Ef við skoðum sögu Sjálfstæðisflokksins þá höfum við alltaf verið framarlega þegar kemur að umhverfismálum,“ segir Guðlaugur Þór. Hann bendir einnig á að hann hafi sjálfur beitt sér fyrir málaflökknum sem utanríkisráðherra auk þess að hafa tekið þátt í gras-rótinni og ungliðahreyfingunni.

Það vakti einnig athygli að það sem áður var umhverfis- og auð-lindaráðuneytið sé nú umhverfis-, orku- og loftslagsráðuneytið. Guðlaugur segir það mikilvægt að sam-råd sé á milli þessara málaflökka.



Guðlaugur Þór tók við lyklunum í gær. Flokkur hans fékk 21 stig af 100 í einkunnagjöf Sólarinnar í haust. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

”
Prátt fyrir að markmið um 55 prósentu samdrátt sé ekki á pari við markmið hinna Norðurlandanna er það mikilvægt skref í rétta átt.



Tinna Hallgrímsdóttir, formaður Ungra umhverfissinna

„Við erum að fara í græna byltingu, við erum að fara í orkuskipti. Við erum að fara úr jarðefnaeldsneyti og í enn auknum mæli í græna orku þannig að við þurfum alltaf að ræða þessi mál í samhengi,“ segir Guðlaugur.

Tinna Hallgrímsdóttir, formaður Ungra umhverfissinna, segir það miður að í stjórnarsáttmálanum sé ekki minnst á samráð við almenn-ing, hagsmuna- eða félagasamtök þegar kemur að ákvörðunartöku í loftslags- og umhverfismálum.

„Þetta er áhyggjuefni þar sem uppbyggilegt samráð er lykillinn að betri lausnum við stórum vandamálum svo sem loftslags-vánni sem og að mynda sátt um þær ákvarðanir sem eru teknar til að sporna við loftslagsbreytingum og annarri umhverfisvá,“ segir Tinna.

Hreyfingin vonast til að sjá átak hvað það varðar á kjörtímabilinu.

„Enda er þetta eitt af þeim mál-efnum sem ríkisstjórnarflokkarnir þrír fengu allir stig fyrir í Sólinni – einkunnagjöf Ungra umhverfissinna fyrir kosningarnar í lok sept-ember,“ segir hún.

Tinna segir það jákvætt að Ísland sé búið að setja sér sjálfstætt markmið um samdrátt í losun á beina ábyrgð stjórnvalda fyrir árið 2030 miðað við árið 2005. „Prátt fyrir að markmið um 55 prósentu samdrátt sé ekki á pari við markmið hinna Norðurlandanna er það mikilvægt skref í rétta átt. Nauðsynlegt er að lögfesta markmiðið og uppfæra aðgerðaáætlun í samræmi við það til að tryggja að það raungerist.“

Ungir umhverfissinnar fögnuðu því einnig að tekin væri skýr afstaða gegn leyfi fyrir oliuleit í lögsögu Íslands. „Enda er ljóst að láglöfnahagkerfi framtíðarinnar verður ekki knúið af jarðefnaeldsneyti,“ segir Tinna. ■



100% RAFMÖGNUM ÍTÖLSK HÖNNUN

FIAT 500e ER FYRSTI FALLEGI RAFMAGNSSMÁBÍLLINN.

SJÓN ER SÖGU RÍKARI

TÍMALAUS ÍTÖLSK HÖNNUN MEÐ ALLT AÐ 460 KM DRÆGNI.



UMBODSADILI FIAT Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • PVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • FIAT.IS • ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • ÖPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16



ICELANDAIR



Black Friday

Höldum sætunum heitum

Black Friday-veislan er enn í fullum gangi. Við höldum sætunum heitum fyrir þig aðeins lengur. Þú hefur til 2. desember að bóka þér ferð á betra verði á icelandair.is.

Evrópa frá **9.900**

Norður-Ameríka frá **22.500**

Innanlands frá **7.990**

Skipið frumsýnt á gosloka hátíðinni

benediktboas@frettabladid.is

VESTMANNAEYJAR Stefnt er að því að Björgunarfélag Vestmannaeyja fái afhent nýtt björgunarskip á gosloka hátíð á næsta ári. Framkvæmda- og hafnarráð Vestmannaeyja samþykkti að styrkja félagið til kaupa á nýju skipi í vikunni en það kemur frá Finnlandi og er fyrsta skipið af þremur sem fór í útboðsferli hjá Ríkiskaupum fyrir skemmstu.

Ríkið fjármagnar helminginn og Björgunarfélagið og Landsbjörg hinn helminginn. Markmiðið er að endurnýja öll 13 skip Landsbjargar á næstu árum.

Með komu skipsins mun björgunarnet eyjanna styrkjast til muna samkvæmt bréfi sem Arnór Arnórsson formaður sendi bæjarráði Vestmannaeyja en báturinn hentar vel til að sækja veika einstaklinga úr úteyjum og úr öðrum skipum. ■



Kósýkvöld með Eyfa

RISTORANTE **Caruso**

AUSTURSTRÆTI 22

2. 9. 19. desember

Ljuf tónlist yfir ljúffengum mat

Borðapantanir í síma 5627335
caruso@caruso.is



KRONAN

Mmm...

Gefðu gómsætar jólagjafir!

gar@frettabladid.is

SKIPULAGSMÁL Einkaaðili gæti frekar en borgin þjónustað húsbíla, segir embætti skipulagsfulltrúans í Reykjavík, sem ekki vill verða við beiðni Íþrótt- og tómstundasviðs um að benda á mögulega staðsetningu fyrir langtímaæði fyrir húsbíla.

Reynslan er sögð sýna að langtímaæði fyrir húsbíla fari ekki alltaf vel með rekstri tjaldstæðis fyrir innlenda og erlenda ferðamenn í Laugardal þar sem aðstaða hefur verið fyrir húsbílaeigendur.

„Ekki er ljóst hvaða kröfur ÍTR eða langtímagestir á svæðinu setja um nýjar staðsetningar eða innviði fyrir sína húsbíla né hvernig rekstri og umsjón yrði háttað. Ekki eru því listaðar upp mögulegar staðsetningar á þessu stigi. Hins vegar



Svartur föstudagur hefur á skömmum tíma unnið sér fastan sess í verslunarlífinu hérlandis. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Tugir ábendinga um brögð í taflí í kringum afsláttardaga

Neytendastofa hefur fengið tugir ábendinga á síðustu dögum um verslanir sem sagðar eru hafa haft rangt við í kringum afsláttardaga á borð við Svartan föstudag, Dag einhleypra og Stafrænan mánudag.

svavamarin@frettabladid.is

VERSLUN „Við höfum fengið tugir ábendinga þess efnis að verslanir hafa hækkað verð áður en það er lækkað aftur í kringum sérstaka afsláttardaga og einnig almennar útsölur,“ segir Þórunn Anna Árnadóttir, forstjóri Neytendastofu.

Ábendingarnir segir Þórunn berast í kringum útsölur og afsláttardagana Svartan föstudag, Dag einhleypra og Stafrænan mánudag sem hafa skotið föstum rótum hérlandis síðastliðin ár. Hún segir sektir geta verið tíu milljónir króna að hámarki en fyrir brot líkt og hér er nefnt sé sektað um 50 til 100 þúsund krónur. „Það er fjöldi og eðli brota sem ákvarðar upphæð sektarinnar,“ útskýrir hún.

Aðspurð segir Þórunn mál stærri verslana sem oftast séu með afslætti koma inn á borð til Neytendastofu. Ekkert eitt fyrirtæki standi upp úr. Hún hvetur fólk til að senda ábend-



Við fylgjumst ekkert sérstaklega með því og það er ekki okkar hlutverk.



Andrés Magnússon, framkvæmdastjóri Samtaka verslunar og þjónustu



Það er fjöldi og eðli brota sem ákvarðar upphæð sektarinnar.



Þórunn Anna Árnadóttir, forstjóri Neytendastofu

ingar á Neytendastofu ef það verður þess vart að slíkt brot eigi sér stað. Málin verði þá tekin til skoðunar.

Andrés Magnússon, framkvæmdastjóri Samtaka verslunar og þjónustu, segist aldrei verja óheildarlega viðskiptahætti af því tagi sem hér um ræðir. „Við fylgjumst ekkert sérstaklega með því og það er ekki okkar hlutverk,“ segir hann. Þá bendir hann á að þó að Neytenda-

samtökunum berist ellefu kvartanir eftir Dag einhleypra, líkt og Breki Karlsson formaður Neytendasamtakanna sagði í Kastljósi í síðustu viku, geti það ekki talist mikið.

„Það getur ekki talist mikið í þessum tugþúsundum viðskipta sem eiga sér stað þessa daga, þar sem slíkar kvartanir berast alltaf í kringum þessa stóru daga og útsölur,“ segir Andrés. ■

Vísa lóðamáli húsbíla á einkaaðila

gar@frettabladid.is

SKIPULAGSMÁL Einkaaðili gæti frekar en borgin þjónustað húsbíla, segir embætti skipulagsfulltrúans í Reykjavík, sem ekki vill verða við beiðni Íþrótt- og tómstundasviðs um að benda á mögulega staðsetningu fyrir langtímaæði fyrir húsbíla.

Reynslan er sögð sýna að langtímaæði fyrir húsbíla fari ekki alltaf vel með rekstri tjaldstæðis fyrir innlenda og erlenda ferðamenn í Laugardal þar sem aðstaða hefur verið fyrir húsbílaeigendur.

„Ekki er ljóst hvaða kröfur ÍTR eða langtímagestir á svæðinu setja um nýjar staðsetningar eða innviði fyrir sína húsbíla né hvernig rekstri og umsjón yrði háttað. Ekki eru því listaðar upp mögulegar staðsetningar á þessu stigi. Hins vegar



Langtímaæðið í Laugardal.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Óljóst er hvaða kröfur þarf að uppfylla.

mætti telja að einkaaðili á markaði gæti þjónustað þá gesti á sínu landi sem hafa nýtt sér Laugardalinn hingað til, frekar en að borgin útvegi land, setji upp grunnþjónustu og sinni rekstri,“ segir skipulagsfulltrúi í umsögn sinni. ■



Afgreiðslutímar á www.kronan.is

Lífið er rafmagnað

RENAULT FYRIR ÞINN LÍFSSTÍL



ENNEM / SIA / NM007510



CLIO, ZOE, CAPTUR, ARKANA OG MEGANE: Fimm frábærir og tæknilega fullkomnir bílar, PHEV, Hybrid eða 100% rafknúnir. Veldu þann sem passar þínum lífsstíl. Renault - við elskum lífið.

5 ÁRA ÁBYRGÐ

www.renault.is

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

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



Miklar breytingar en valdahlutföllin stöðug

Vinstri græn koma ágætlega undan stjórnarmyndun þrátt fyrir að hafa misst bæði heilbrigðisráðuneytið og umhverfisráðuneytið, að mati stjórn málafræðiprófessors. Breytingar á stjórn-sýslunni séu óvenju miklar.

krstinnhaukur@frettabladid.is

STJÓRN MÁL Stólaskipti fóru fram í gær í mikið breyttu ráðuneyti Katrínar Jakobsdóttur, sem tilkynnt var á sunnudag. Ráðherrum var fjölgað um einn og fjölmargir fjárlagaliðir færðir á milli ráðuneyta. Til að mynda var verkefnum menntamálaráðuneytisins sundrað í þrjú ráðuneyti.

„Þetta eru óvenjulega miklar breytingar við stjórnarmyndun,“ segir Ólafur Þ. Harðarson, prófessor í stjórn málafræði við Háskóla Íslands. Segist hann ekki efast um að hugsun liggi þarna að baki en betri útlistanir vanti á hvers vegna þetta var gert. Séu þetta mestu breytingar síðan 2009 þegar ráðherrum var fækkað eftir hrún.

Hvað einstaka nýja ráðherra varðar kom mörgum það á óvart að Jón Gunnarsson tæki við taumunum í innanríkisráðuneytinu, til átján mánaða. En arftaki hans, Guðrún Hafsteinsdóttir, hefur þegar lýst vonbrigðum yfir að taka ekki við strax.

„Nú fer að síga á seinni hlutann á ferli Jóns og líklegt er að verið

Borgarstjórnin



Grétar Þór Eypórsson

Af tólf ráðherrum eru tíu frá Reykjavíkarkjördæmunum og Suðvesturkjördæmi. Hinir koma frá Akranesi og Syðra-Langholti, hvoru tveggja í klukkutíma

akstursfjarlægð frá borginni.

„Ég man ekki eftir að þetta hafi verið svona ójafnt,“ segir Grétar Þór Eypórsson, stjórn málafræðiprófessor við Háskólann á Akureyri, en í fyrsta skipti á Norðausturkjördæmi ekki ráðherra.

Grétar telur að þingreynsla gæti hafa skipt máli, til að mynda hjá Framsóknarflokkninum þar sem þeir ráðherra eru af höfuðborgarsvæðinu. Það muni falla í skaut þingmanna að halda uppi sjónarmiðum landsbyggðarinnar.

Hann segir hina skökku skiptingu umtalaða fyrir norðan.

„Kannski er þetta leið þingsins til að rétta ójafnt vægi atkvæða milli höfuðborgarsvæðisins og landsbyggðar. Með því að snúa þessu á haus þegar valið er í ríkisstjórn,“ segir hann hæðnislega.



Menntamálaráðuneytið var saxað niður og því skipt á milli þriggja ráðherra.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ýmis stefnumál detta út en önnur koma í staðinn

Aðeins í sáttmálanum 2017

- Fjölga hjúkrunarrýmum
- Tryggja fátækum tannlækna- og sálfræðipjónustu
- Afglæpavæða fikniefnaneyslu
- Koma ungum og tekjulágum á húsnæðismarkað
- Brúa bil milli fæðingarorlofs og leikskóla
- Lækka tryggingagjald og tekjuskatt á fátæka
- Stofna Miðhálandisþjóðgarð
- Heildarendurskoðun stjórnskrár
- Þjóðarsjóð fyrir auðlindir
- Afnema virðisaukaskatt á bókum

Aðeins í sáttmálanum 2021

- Fjölga heilsugæslustöðvum
- Efla gjörgæslu og bráðamóttöku
- Sorgarleyfi
- Ódýrt leiguhúsnæði fyrir aldraða og öryrkja
- Sveigjanleg starfslok aldraða
- Auka þátttöku lífeyrissjóða í innviðafjárfestingu
- Stækka Vatnajökulspjóðgarð
- Einfalda og styttu meðferð útlendingamála
- Banna olíuleit
- Styttu boðunarlista í fangelsi

Í báðum sáttmálum

- Draga úr greiðsluþátttöku sjúklinga
- Efla geðheilbrigðisþjónustu ungmenna
- Tryggja fjármögnun lögreglunnar
- Auka lóðaframboð
- Einfalda og styrkja bótakerfið
- Draga úr eignarhaldi á bönkum
- Endurskoða veiðillöggjöf
- Ísland verði utan ESB
- Kolefnislaust Ísland 2040
- Nýjan þjóðarleikvang

sé að verðlauna hann fyrir góðan stuðning,“ segir Ólafur. Hvað varðar skiptinguna veki skipun Willums Þórs sem heilbrigðisráðherra hvað mesta athygli. Sjálfstæðismenn höfðu sóst eftir því og Guðlaugur Þór var sterklega orðaður við ráðuneytið.

„Þetta lítur út eins og málamiðlun milli Vinstri grænna og Sjálfstæðisflokksins og sæmileg lausn. Willum er ekki mikill hugsjónamaður, frekar pragmatískur og hófsamur. Það getur verið að hann auki einkarekstur að einhverju leyti en Framsóknarflokkurinn hefur lagt áherslu á blandaðan rekstur heilbrigðiskerfisins,“ segir Ólafur.

Þó að miklar tilfærslur hafi orðið á stjórnsýslunni segir Ólafur að valdahlutföllin hafi lítið breyst. Framsókn fái auka ráðherra og stækkaðan stól undir formanninn og Vinstri græn missi forseta Alþingis til Sjálfstæðisflokksins, breytingar sem eru nokkuð í takt við niðurstöður kosninganna.

Það sé ekki áfall fyrir Vinstri græn að missa bæði heilbrigðis- og umhverfisráðuneytið. Einkum þar sem flokkurinn hafi fengið hið fjárfreka félagsmálaráðuneyti. Samkvæmt stjórnarsáttmálanum sé einmitt stefnan að gera skurk í málefnum aldraða og öryrkja og endurskoða almannatryggingakerfið, verkefni sem standa flokknum nærri. Þá bíði stórt verkefni, að breyta vinnumarkaðskerfinu og færa það nær því skandinavíska.

Önnur ríkisstjórn Katrínar Jakobsdóttur

- **Katrín Jakobsdóttir**, forsætisráðherra
- **Svandís Svavarsdóttir**, matvæla-, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra
- **Guðmundur Ingi Guðbrands-son**, félags- og vinnumarkaðsráðherra
- **Bjarni Benediktsson**, fjármálaráðherra
- **Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir**, utanríkisráðherra
- **Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir**, nýsköpunar-, iðnaðar- og háskólaráðherra

- **Guðlaugur Þór Þórðarson**, umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra
- **Jón Gunnarsson**, dómsmálaráðherra til 2023
- **Guðrún Hafsteinsdóttir**, dómsmálaráðherra frá 2023
- **Sigurður Ingi Jóhannsson**, innviðaráðherra
- **Lilja Alfreðsdóttir**, viðskipta og menningarmálaráðherra
- **Willum Þór Þórsson**, heilbrigðisráðherra
- **Ásmundur Einar Daðason**, skóla- og barnamálaráðherra



Þetta lítur út eins og málamiðlun milli Vinstri grænna og Sjálfstæðisflokksins og sæmileg lausn.



Ólafur Þ. Harðarson, stjórn málafræðiprófessor við HÍ

Ýmis andvana fædd mál fyrir stjórnar hafa verið lögd á hilluna í nýjum sáttmála, svo sem stofnun þjóðarsjóðs, afglæpavæðing neysluskammta og Miðhálandisþjóðgarður. Mikil áhersla er á loftslagsmálin og velferðarmál en lítið um umdeild mál á dagskrá. Enn þá stendur þó til að draga úr eignarhlut ríkisins í bönkunum.

Ólafur segist ekki eiga von á öðru en að stjórnin sitji út kjörtímabilið en reynslan sé sú að annað kjörtímabil sé erfiðara en það fyrsta. Líðið kjörtímabil hafi markast af faraldrinum. „Þó að Covid hafi reynt á fólk þá er faraldurinn ekki hægri-vinstri mál og hann olli því að ýmis deilumál komu ekki almennilega upp á yfirborðið,“ segir hann. ■

CYBER MONDAY

10% afsláttur af dýnum og tveir Sleepy Original köddar í kaupbæti



Okkar besta tilboð framlengt í 24-tíma!



sleepy.is - Ármúli 17 - sími: 620 7200



Augnlæknastöðin

Augnlæknastöðin í Kringlunni hættir starfsemi.

Frá 1. desember 2021 mun Augnlæknastöðin Kringlunni hætta starfsemi.

- Brynhildur Ingvarsdóttir augnlæknir hættir störfum
- Eiríkur Þorgeirsson augnlæknir hættir störfum
- Kristján Þórðarson augnlæknir hættir störfum
- Elínborg Guðmundsdóttir augnlæknir flytur sína starfsemi til Augnlækna Reykjavíkur, Hamrahlíð 17, sími 551 8181. Bókanir sem gerðar hafa verið flytjast þangað.
- Harpa Hauksdóttir augnlæknir mun starfa hjá Sjónlagi í Glæsibæ 5. hæð, sími 577 1001 frá janúar 2022. Bókanir sem gerðar hafa verið flytjast þangað.

Með kveðju og þökk til skjólstæðinga sem leitað hafa til okkar gegnum árin.



MAXUS

NÝTT BÍLAMERKI Á ÍSLANDI!

MAXUS E-DELIVER 9 OG E-DELIVER 3 100% RAFKNÚNIR SENDIBÍLAR!

MAXUS VEITIR ÞÉR FORSKOT Í UMHVERFISVÆNUM FLUTNINGUM

MAXUS E-DELIVER 3

- / Enginn bensínkostnaður
- / Drægni allt að 342 km (WLTP)
- / Fáanlegur í tveimur lengdum
- / Flutningsrými frá 4,8 og 6,3 m³

MAXUS E-DELIVER 9

- / Enginn bensínkostnaður
- / Drægni allt að 353 km (WLTP)
- / Fáanlegur í tveimur lengdum
- / Flutningsrými frá 9,7-11 m³



MAXUS
100%
RAFKNÚINN

E-DELIVER 3
VERÐ FRÁ KR. **4.990.000**

E-DELIVER 9
VERÐ FRÁ KR. **8.500.000**

Vatt ehf. er dótturfélag Suzuki bíla hf.

Vatt ehf. / Skeifunni 17 / Sími 568 5100

vatt ehf



PÖNNUTILBOÐ ALLA
★ DAGA Í NÓVEMBER ★

STÓR PIZZA
1.590

PEPPERONI • HAWAII • MARGARITA

EF ÞÚ SÆKIR

pizzahut.is - 515 1617 - Smáralind og Staðarbergi 2-4 Hafnarfirði



Á Akureyri hafa 16 einstaklingar dvalið í alls 600 daga, sem verkefnastýran segir sýna þörfina. **FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN**

Athvarfið áfram á Akureyri

Tekin hefur verið ákvörðun um áframhaldandi starfsemi kvennaathvarfs á Akureyri. Verkefnastýra athvarfsins segir þörf fyrir slíkt úrræði. Sextán hafa dvalið í athvarfinu það sem af er ári.

birnadrofn@frettabladid.is

AKUREYRI Kvennaathvarfið á Akureyri mun halda áfram starfsemi eftir að tilraunatímabili þess lýkur um áramót. Athvarfið var stofnaði í ágúst í fyrra og var fyrst um að ræða tilraunaverkefni til hálfs árs. Verkefnið var þá framlengt til næstkomandi áramóta.

„Nú hefur verið tekin ákvörðun um að athvarfið verði opið áfram og þá ekki sem tilraunaverkefni. Þetta eru miklar gleðifréttir,“ segir Signý Valdimarsdóttir, verkefnastýra Kvennaathvarfsins á Akureyri og félagsráðgjafi.

Í Kvennaathvarfið geta konur og börn sem ekki geta búið heima hjá sér vegna ofbeldis leitað og dvalið sér að kostnaðarlausu. Þar geta þær fengið ráðgjöf og þjónustu bæði á meðan á dvölinni stendur og að henni lokinni.

„Konur sem búa við ofbeldi en

”

Þetta sýnir bara þörfina fyrir svona úrræði á Norðurlandi.

Signý Valdimarsdóttir, verkefnastýra Kvennaathvarfsins á Akureyri

dvelja ekki hjá okkur geta líka leitað hingað og fengið ráðgjöf, það er ekki skylda að dvelja hér,“ segir Signý.

Það sem af er þessu ári hafa sextán einstaklingar dvalið í Kvennaathvarfinu á Akureyri í samtals 600 daga. Signý segir að aldrei hafi reynt á það að athvarfið fyllist. „Við tökum bara á móti þeim sem koma og hagræðum eftir því,“ segir hún.

Signý segir fjölda þeirra sem leitað hafi í athvarfið í ár svipaðan og árið á undan. „Þetta sýnir bara þörfina fyrir svona úrræði á Norðurlandi,“ segir hún.

„Við vinnum samkvæmt þeirri hugmyndafræði að konan sé sérfræðingur í sínum málum og aðstoðin er tímabundin. Dvalartíminn er mjög misjafn og fer eftir því hvað konurnar sem leita til okkar þurfa,“ segir Signý.

„Við hjálpum þeim að komast í samband við þá aðila sem þær þurfa á að halda, sama hvort það er lögregla, félagsþjónustan eða barnavernd og hjálpum þeim með aðra þætti eins og að finna húsnæði,“ segir Signý og bætir við að samfélagið á Norðurlandi hafi tekið afar vel í verkefnið. Einstaklingar, félagsamtök og fyrirtæki hafi staði þétt við bak athvarfsins og allir séu fúsir til samstarfs.

„Þegar við opnuðum athvarfið vissum við ekki alveg út í hvað við værum að fara en við höfum nýtt tilraunatímabilið vel í að móta starfsemina sem nú getur haldið áfram. Þetta er búið að standast allar okkar væntingar og hefur gengið vel,“ segir Signý.

Kvennaathvarfið á Akureyri er opið allan sólarhringinn og þangað má ná í síma 561-1206. Einnig má finna greinargóðar upplýsingar um ofbeldi og úrræði því tengd á heimasíðunni 112.is/ofbeldi. ■

Fallast á leikskóla á Njálsgötu með fyrirvara um hagsmuni nágranna

gar@frettabladid.is

SKÓLAMÁL Skipulagsfulltrúinn í Reykjavík segir engar skipulagslegar athugasemdir hafa við að byggður verði nýr leikskóli á Njálsgötu 89.

Á það er þó bent af hálfu skipulagsfulltrúa að samkvæmt fyrirliggjandi teikningum fari þakkantur byggingarinnar sextíu sentimetrar yfir hámarkshæð. Borgin geti veitt undanþágu þegar um svo „verulegt frávik“ sé að ræða en þó aðeins „að hagsmunir nágranna skerðist í engu hvað varðar landnotkun, útsýni, skuggavarp eða innsýn“, eins og segir í umsógn embættisins.

Njálsgata 89 er auð lóð aftan við Austurbæ. Leikskólinn sem heitir Miðborgarskóli verður tæplega fimmtán hundruð fermetrar á þremur hæðum. Í greinargerð teiknistofunnar Landslags kemur fram að leikskólinn verði á neðri



Hönnun byggir á vinningstillögu Basalt arkitekta og Landslags. **MYND/LANDSLAG**

hæðunum tveimur og fjölskyldumiðstöð á efstu hæðinni.

„Þar er aðstaða fyrir foreldra ungra barna að læra af öðrum foreldrum og fagfólki um ýmislegt sem tengist þroska barna þeirra eins og umönnun, tilfinningatengsl, jákvætt uppleði, hreyfingu og málþroska um leið og boðið er

upp á sértæk úrræði og snemmtæka íhlutun fyrir fjölskyldur í viðkvæmri stöðu,“ segir um fjölskyldumiðstöðina í greinargerðinni.

Sjálfur Miðborgarskólinn er ætlaður fyrir 116 börn sem skiptast á sex deildir. Hann á að koma í staðinn fyrir leikskólana Barónsborg, Njálsborg og Lindarborg. ■

GERÐU STARFSFÓLKINU GLAÐAN DAG



**SÉRHÖNNUM OG SÉRMERKJUM STARFSMANNAGJAFIR
MEÐ UPPLIFUN AÐ ÞÍNU VALI**

Hafðu samband og við útbúum persónulega starfsmannagjöf með kveðju frá fyrirtækinu. Margir verðflokkar í boði.

Pirringur



Sigmundur Ernir
Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Ymislegt verður lesið á milli línanna í nýjum stjórnarsáttmála ríkisstjórnar Katrínar Jakobsdóttur og þá ekki síður í skiptingu ráðuneyta og þeim miklu verkefnatílfærslum sem verða á milli þeirra á nýju kjörtímabili.

Á yfirborðinu er nýja verkaskiptingin sögð eiga að endurspeglar verkaefnaáherslur stjórnarinnar og þann nýja þankagang sem þekkist vel á hinum Norðurlöndunum þar sem ráðuneyti hafa í seinni tíð lagað sig að stefnumörkun stjórnvalda hverju sinni.

En gott og vel, pirringurinn er samt sem áður augljós. Vinstri grænum er ekki lengur treyst fyrir umhverfis- og heilbrigðismálum og missa þá yfir til Sjálfstæðisflokksins, helsta virkjanaflokks landsins, sem tekur yfir orku náttúrunnar, svo sviður undan í baklandi róttækra umhverfisverndarsinna sem óttast þá ákvörðun að fella orkumál og náttúruvernd undir sama ráðuneyti, en með þeim ráðahag sé hætta á að fjársterkir aðilar sem sækist eftir að virkja og spilla íslenskri náttúru fái mun meira vægi í ákvarðanatöku og jafnvægi í stjórnsýslu sé þar með raskað.

Þetta er nokkur sopi að kyngja.

Á sama tíma taka Vinstri græn yfir allan málaflokk hælisleitenda og innflytjenda og flytja hann úr gamla dómismálaráðuneyti íhaldsins yfir í félagsmálaráðuneytið og forsætisráðuneytið, en þessi viðkvæmi málaflokkur í höndum hægrimanna hefur verið sem eitruð beinum vinstri manna um margra ára skeið.

Þetta er hefndin fyrir að tapa náttúrunni.

Ög svo fær Framsóknarflokkurinn heilbrigðisráðuneytið, heitustu kartöfluna við ríkisstjórnarborðið, en fastatök Svandísar Svavarsdóttur á þeim pósti hafa farið fyrir brjóstið á einkaframtaksmönnum í heillangt kjörtímabil, en auðveldlega má lesa það út úr verkefnahringekjunni sem fór af stað á síðustu vikum sáttmálagæðarinnar að allt var gert til að koma í veg fyrir að Sjálfstæðisflokkurinn hreppti það ráðuneyti.

En þetta er málamiðlun, augljós bræðingur þriggja stjórnsmálaflokka sem hafa látið ýmislegt fara í taugarnar á sér á síðustu árum og reyna nú að læra af fyluköstunum frá því sem áður var.

En merkilegustu tíðindin eru vitaskuld þau að pólitísku öfgarnar innan veggja Alþingis nái aftur saman og stefni á átta ára samstarf hið minnsta, eins og ekkert sé sjálfsagðara, en það er bæði einsdæmi í íslenskri stjórnsmálasögu og þvert á það sem þekkist hefur á hinum Norðurlöndunum þar sem flokkablokkir eru ekkert fyrir það að vinna saman. ■

”
En þetta er málamiðlun, augljós bræðingur þriggja stjórnsmálaflokka sem hafa látið ýmislegt fara í taugarnar á sér á síðustu árum.



Ferskur fiskur og fiskréttir,
lax á grillið og humarsúpan í hádeginu.

Sjávarhörnir - fiskverslun, Bergstaðarstræti 14

Halldór



Frá degi til dags

benediktboas@frettabladid.is

Starfsdagur í ráðuneytum

Ný ríkisstjórn tók til starfa í gær með öllum sínum breytingum. Eins og frægt er var ráðuneytum skipt upp og ný urðu til. Það leiddi til ákveðins ruglings meðal starfsfólks ráðuneytanna því enginn vissi hvar viðkomandi var að vinna. Óvissan var mikil og þökkðu margir saman sínu hafurtaski niður í kassa en fengu svo engin svör um hvort þeir yrðu áfram starfsmenn þessa ráðuneytis eða hins.

Starfsmenn líktu þessu við starfsdag í skólum þar sem allt var á fullu en samt ekkert að gerast.

Formaður hér og formaður þar

Gott dæmi um ruglinginn sem læddist út í gær var að Bjark-ey Olsen hefði verið gerð að formanni fjárlaganefndar og Bjarni Jónsson var gerður formaður utanríkismálanefndar í tilkynningu frá VG.

Eftir að fjölmiðlar birtu tilkynninguna kom í ljós að VG hefði orðið á í messunni og var ný tilkynning því send út auk þess sem samskipta- og viðburðastjóri þingflokksins hringdi í fjölmiðla og bað um að skipta um tilkynningu. Þar var búið að taka fjárlaganefndina af Bjarkey og utanríkis

Vottuð kolefnisjöfnun



Einar Bárðarson
framkvæmdastjóri Votlendissjóðsins

Votlendissjóðurinn hefur frá því í byrjun árs tekið þátt í þverfaglegri vinnu Loftslagsráðs og Staðlaráðs um ábyrga kolefnisjöfnun. Tilgangurinn er að stuðla að sammæli um aðferðir við mælingar og útgáfu kolefniseininga, miðlæga skráningu á útgáfu þeirra og sammæli um ábyrgar yfirlýsingar um kolefnisjöfnun á samkeppnismarkaði. Fulltrúar framleiðenda og kaupenda kolefniseininga ásamt fulltrúum stjórnvalda og sérfræðingum í loftslagsmálum hafa tekið þátt.

Ábyrg kolefnisjöfnun er grundvallarþáttur í heildstæðri loftslagsstefnu og hluti af vegferðinni að kolefnishlutleysi. Vottun kolefniseininga er ein helsta forsenda þess að hægt sé að nota þær á ábyrgan hátt til kolefnisjöfnunar; kerfið í heild þarf að vera óháð bæði seljendum og kaupendum og viðmiðin þurfa að samræmast alþjóðlega viðurkenndri aðferðafræði.

Frá upphafi hefur Votlendissjóðurinn unnið með Landgræðslunni í sínum framkvæmdum. Að framkvæmdum loknum metur Landgræðslan árangurinn og færir í landsbókhald um stöðvun losunar. Sú vinna er unnin í samræmi við viðurkenndar aðferðir Milliríkjanefnd Sameinuðu þjóðanna um loftslagsmál.

Stjórn Votlendissjóðs hefur frá áramótum unnið að því að skoða og meta stöðu sjóðsins gagnvart alþjóðlegri vottun á kolefniseiningum sem verða til við endurheimt votlendis á vegum Votlendissjóðs. Verkfræðistofan Efla hefur tekið þátt í þessari vinnu með sjóðnum og niðurstöður vinnunnar liggja núna fyrir og er vinnan þannig komin á næsta stig hjá sjóðnum.

Ferlið er bæði dýrt fyrir einkarekinn sjóð og tekur tíma þrátt fyrir að undirbúningur sé þegar hafinn. Markmið vinnunnar er að innan fárra missera geti Votlendissjóður boðið íslenskum fyrirtækjum og fyrirtækjum á alþjóðamarkaði vottaðar einingar sem nota má til kolefnisjöfnunar.

Fyrst og fremst vill sjóðurinn að kolefniseiningar hans séu virtar í alþjóðlegu umhverfi og fyllilega samkeppnishæfar á þeim markaði sem nú þróast hratt í aðgerðum til að stemma stigu við hlýnnum loftslags. Jafnframt er sjóðurinn að svara kalli íslenskra fyrirtækja á alþjóðamarkaði um að geta fengið alþjóðlega vottaðar einingar. ■

”
Ábyrg kolefnisjöfnun er grundvallarþáttur í heildstæðri loftslagsstefnu og hluti af vegferðinni að kolefnishlutleysi.

Andlegt ofbeldi og birtingarmyndir þess



Sigurbjörg Harðardóttir
verkefnastjóri og
ráðgjafi hjá Aflinu

Í starfi Aflsins hafa ráðgjafar orðið varir við að æ fleiri skjólstæðingar sem leita til Aflsins eftir ráðgjöf hafa upplifað andlegt ofbeldi og þegar tölfraðin er skoðuð síðustu ár hafa um og yfir 75% nýrra skjólstæðinga upplifað andlegt ofbeldi. Andlegt ofbeldi getur átt sér stað í hvaða samskiptum sem er, hvort sem um er að ræða ástarsamband, vinasamband, foreldrasamband eða jafnvel inni á vinnustöðum.

Ef við skoðum sérstaklega birtingarmyndir og afleiðingar andlegs ofbeldis í nánum samböndum þar sem við gefum okkur að gerandinn sé karlmaður og þolandinn kona, þó að þessi hlutverk geti verið allavega, má oft sjá að í upphafi sambands er gerandinn mjög sjarmerandi og er duglegur að ausa lofi og gjöfum yfir þolandann. Hann segir þolanda að hún sé fallegasta kona sem hann hafi hitt og enginn sé betri en hún. Eftir vissan tíma, jafnvel mjög stuttan, fer þó að bera á annarri hegðun og byrjar sú hegðun gjarnan á lúmskan hátt þannig að þolandinn á erfitt með að festa fingur á að eitthvað óheilbrigt sé að eiga sér stað. Þarna ber oft á fyrstu merkjum niðurrifs í formi þess að gerandinn fer að finna að þolandanum og „fullkomna“ konan í upphafi sambandsins fer í auknum mæli að finna fyrir því að gerandanum finnist hún ómöguleg og lítils virði, sem verður ansi mikill viðsnúningur frá fyrri lofum.



Gaslýsing er mjög alvarleg birtingarmynd af andlegu ofbeldi sem getur haft miklar og skaðlegar afleiðingar á lífsgæði og sjálfsmat þolandans.

Gerandinn stjórnar andrúmslofti heimilisins með fýlu og þögn þannig að aðrir á heimilinu fara að læðast um og láta lítið fyrir sér fara. Hann er oft afbrýðisamur, stýrir og fylgist grannnt með gjörðum og ferðum þolandans, öskrar eða sýnir aðra ógnandi hegðun sem er til þess fallin að sýna hver það er sem ræður. Hann brýtur niður sjálfsmynd þolandans með ýmsum hætti, telur þolanda trú um að hún sé vonlaus, muni ekki komast af án hans og að enginn annar komi til með að vilja vera með henni ef hún hættir í sambandinu. Einnig er algengt að gerandinn einangri þolandann og reyni að snúa honum gegn fjölskyldu sinni og vinum.

Í þessum aðstæðum er algengt að þolandinn hætti að hafa trú á sjálfri sér og innsæi sínu og fer að trúa orðum gerandans þrátt fyrir að vita betur. Þegar hún á í samskiptum við gerandann gæti hún allt eins verið að tala við vegg því samskiptin eru einungis eftir geðþótta og forsendum geranda hverju sinni. Þolandi verður í kjölfarið ringlaðri

og óöruggari um sjálfa sig í þessum streituvaldandi samskiptum.

Gaslýsing er mjög alvarleg birtingarmynd af andlegu ofbeldi sem getur haft miklar og skaðlegar afleiðingar á lífsgæði og sjálfsmat þolandans. Gerandinn notar þessa samskiptatækni til þess ná sínu fram og snýst hún um að þolandinn efast um sjálfa sig og upplifanir sínar. Gerandinn þykist ekki muna



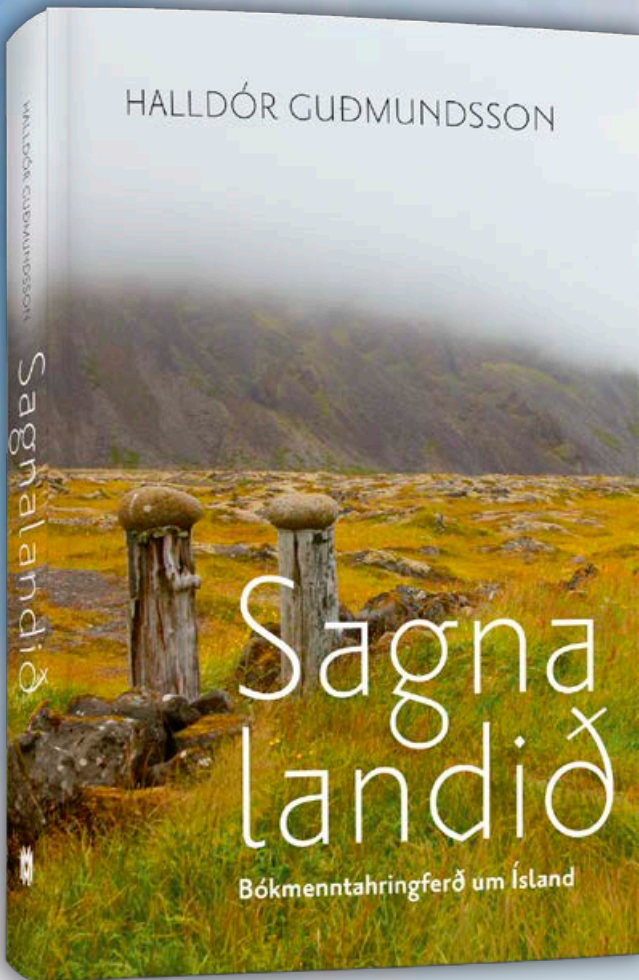
Það er víða hægt að fá aðstoð og samtök eins og Aflið, Bjarmahlið, Kvennaathvarfið o.fl. bjóða upp á fræðslu og stuðning...

eftir fyrri samræðum sem áttu sér stað og snýr öllu því sem þolandinn segir í öfuga átt þannig að þolandinn kemur alltaf illa út. Þegar þolandinn tjáir sig um líðan sína neitar gerandinn að hlusta og gerir lítið úr henni og upplifunum hennar.

Í nánú sambandi eigum við að upplifa öryggi, stuðning, ást og kærleika. Við eigum ekki að þurfa að lesa stöðugt í aðstæður, forðast átök

eða efast um eigið ágæti. Ef þú upplifir og kannast við eitthvað sem hér hefur verið skrifað um gæti verið gott fyrir þig að íhuga að leita eftir aðstoð til að finna aftur þinn innri styrk og fá trú á innsæið þitt. Það er víða hægt að fá aðstoð og samtök eins og Aflið, Bjarmahlið, Kvennaathvarfið o.fl. bjóða upp á fræðslu og stuðning um ofbeldi og afleiðingar þess, að kostnaðarlausu. ■

BÓKMENNTALEG HRINGFERÐ UM ÍSLAND



„... persónuleg og bókmenntaleg en vísar einnig til sögu, menningar og náttúru. Stíll Halldórs er góður, auðlesinn og skemmtilegur.“

BJÖRN BJARNASON / MORGUNBLAÐIÐ



Halldór Guðmundsson segir hér frá 30 stöðum á landinu sem tengjast með einhverjum hætti bókmenntum eða sögu Íslendinga.

Ljósmyndir eftir **Dag Gunnarsson**.



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið 10–19 alla daga til jóla | www.forlagid.is

Dómur Landsréttar 12. nóvember 2021 í máli nr. 266/2020

Dómsorð: Aðaláfrýjendur Familían ehf., Hrefna Bachmann, Margrét Þorsteinsdóttir og Þorsteinn Bachmann eru sýkn af kröfum gagnáfrýjenda, Guðbjargar Jónsdóttur, Gunnars Rafns Jónssonar, Katrínar Jónsdóttur, Kristins Jónssonar, Kristjónu Jónsdóttur, Sigrúnar Jónsdóttur, Sveinbjörns Jónssonar, Þórhildar Jónsdóttur og Þorsteins Jónssonar, um afhendingu á frumgerðum eða eftirgerðum þeirra myndverka sem dómröfur gagnáfrýjenda taka til. Aðaláfrýjendum Familiunnar ehf., Hrefnu Bachmann, Margrét Þorsteinsdóttur og Þorsteini Bachmann er sameiginlega gert að greiða gagnáfrýjendum óskipt 2.685.000 krónur með vöxtum samkvæmt 8. gr. laga nr. 38/2001 um vexti og verðtryggingu frá 1. desember 2013 til 20. október 2015 en með dráttarvöxtum samkvæmt 1. mgr. 6. gr. sömu laga frá þeim degi til greiðsludags. Aðaláfrýjandi Fabrik ehf. greiði gagnáfrýjendum óskipt 655.000 krónur með vöxtum samkvæmt 8. gr. laga nr. 38/2001 um vexti og verðtryggingu frá 1. desember 2013 til 20. október 2015 en með dráttarvöxtum samkvæmt 1. mgr. 6. gr. sömu laga frá þeim degi til greiðsludags. Öllum aðaláfrýjendum er sameiginlega gert að greiða gagnáfrýjendum óskipt 370.000 krónur með vöxtum samkvæmt 8. gr. laga nr. 38/2001 um vexti og verðtryggingu frá 1. desember 2013 til 20. október 2015 en með dráttarvöxtum samkvæmt 1. mgr. 6. gr. sömu laga frá þeim degi til greiðsludags. Aðaláfrýjendur Familían ehf., Hrefna Bachmann, Margrét Þorsteinsdóttir og Þorsteinn Bachmann skulu sameiginlega fá dómsorð dóms þessa birt í prentaðri útgáfu Morgunblaðsins og Fréttablaðsins. Ákvæði héraðsdóms um málskostnað skal vera óraskað. Málskostnaður fyrir Landsrétti fellur niður.

DORMA

Láttu drauminn ræstast

JÓLIN ERU Í DORMA

Komdu og kíktu á jólatilboðin

JÓLA-
AFSLÁTTUR
20%
AF LICATA

LICATA
hornsófi

Hornsófi. Nettur og fallegur. Koniaksbrúnt bonded leður. Hægri eða vinstri tunga. Svartir nettir járnfætur. Stærð: 262 x 226 x 82 cm. Verð: 269.900 kr. Nú 215.920 kr.

DORMA LUXE heit dúnsæng
140x200 cm. 800 g. 90% hreinn
andadúnn. 10% smáfiður. 29.900 kr.
NÚ 23.920 kr.

STÓRI BJÖRN koddí
50x70 cm. 700 g. 50% dúnn og
50% smáfiður. 7.900 kr. NÚ 6.320 kr.

DORMA ullarkoddí
50x70 cm. Vistvænn koddí með
Oekotex vottun. 9.900 kr. NÚ 7.920 kr.

DORMA ullarsæng 140x200 cm.
Vistvæn sæng með Oekotex vottun.
21.900 kr. NÚ 17.520 kr.

DORMA CLASSIC sæng
140x200 cm. Hollow fiber. 1.345g.
13.900 kr. NÚ 11.120 kr.

DORMA CLASSIC koddí
50x70 cm. Hollow fiber. 800g.
4.900 kr. NÚ 3.920 kr.

Sealy **HYATT**
heilsurúm með classic botni

Sex mismunandi svamplög í Sealy Hyatt heilsudýnnunni og þau ásamt náttúrulegum trefjum og þykkum toppi gera það að verkum að þú hvílist fullkomlega og snyrð þér mun minna en í venjulegri gormadýnu. Dýnan er með Oek-Text vottun um að engin skaðleg efni eru í dýnunni.



Verðdæmi: 180x200 cm. með Classic botni og fótum.
289.900 kr. NÚ 238.420 kr.

Verð og vöruupplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur.

www.DORMA.is

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

DORMA

Láttu drauminn ræstast



Nýr stórkostlegur stjórnsáttmáli ...



Ole Anton Bieltvedt
alþjóðlegur kaup-
sýslumaður og
stjórnmálarynir

25. september var kosið til Alþingis hér. 26. september kusu þjóðverjar til síns sambandsþings, Bundestag. Í báðum löndum hafa nú þriggja flokka stjórnir verið myndaðar.

Í Þýzkalandi eru Sósíaldemókratar, Græningjar og Frjálsir demókratar á ferð.

Fyrirsögnin á við nýjan þýzkan stjórnsáttmála. Fyrir undirrituðum er hann stórkostlegur, og vænti ég þess, að hann mun ekki aðeins tryggja framfarir og betra mannlíf í Þýzkalandi, heldur líka hafa góð og uppbyggileg áhrif í Evrópu allri. Jafnvel á Íslandi.

Því miður, get ég ekki heimfært þessa fyrirsögn á nýja íslenska ríkisstjórn og stjórnsáttmála, þó að auðvitað sé hér líka góður vilji og ýmsir góðir menn kallaðir til verka.

Ánægju- eða gleðiskorturinn með nýja íslenska stefnuskrá og ríkisstjórn stafar af því, að hér virðist mest vera á ferðinni gamalt vín á nýjum belgjum. Hvar er neisti góðra breytinga og framfara!? Nýrra lausna!? Hvar er frjó hugsun og dirfska til nýrra taka!?

Tilfæringar innan ráðuneyta og ný heiti þjóna kannske einhverjum praktískum tilgangi, en þessi vinna á að vera samstarf ráðherra, og því eru þessar tilfæringar meira yfirborðsmál, sem litlu breyta um innihald eða efni. Sjónhverfingar?

Þýzkur stjórnsáttmáli liggur fyrir, og skýrir hann kannske betur, en mörg orð, mína hrifningu af honum:

Loftslagsvernd:

Þessi nýja ríkisstjórn tekur þetta grundvallarmál framtíðar manna á jörðinni engum vettlingatökum. Fyrri ríkisstjórn hafði ákveðið, að hætta kolavinnslu og framleiðslu rafmagns úr kolum 2038.

Nýja ríkisstjórnin setur aðra forgangsörð: Heill komandi kynslóða skuli ganga fyrir. Kolavinnslu og orkuframleiðslu úr kolum skal hætt 2030. Á sama hátt skal kolvetnis- hlutleysi nú náð mun fyrir, en áður stóð til: 2045.

25% hækkun á lægstu laun:

Þeir launamenn, sem fá lægst laun, eru þeir, sem þiggja tímalaun. Lægstu tímalaun hafa verið 9,60 evrur. Með einu slagi hækka lægstu tímalaun nú í 12,00 evrur. Um 25%. Það verða allir að komast af!

Innleiðing „Bürgergeld“ eða borgaralauna:

Afkomutrygging hinna verst settu. Sama sjónarmið. Atvinnulausir, fatlaðir, veikir, eldri borgarar og aðrir, sem minna mega sín, verða líka að geta lifað mannsæmandi lífi. Borgaralaun eiga að leysa flókið og margþætt tryggingar- og styrkja-kerfi af hólmi. Borgaralaunin eiga að tryggja grunnafkomu allra.

Stórfellt átak í húsbyggingum:

Þetta gengur líka út á meiri jöfnuð og meira réttlæti í þjóðfélaginu. Byggja á fleiri íbúðir en nokkru sinni fyrr, skv. föstu og skilgreindu plani, til að tryggja hagstætt íbúðarverð og viðráðanlegt leigugjald leigjenda.

Stóratök í þróun stafrænna lausna/kerfa:

Ný þýzkr ríkisstjórn skilur, að forsenda fyrir velfarnaði og hagsæld, forsenda þess, að ríkið geti tekið á sig ný útgjöld til jöfnunar lífskjara og staðið fyrir öflugri þróun þjóðfélagsins, er framsækið atvinnulíf, öflugur hagvöxtur, góða afkoma fyrirtækja og auknar skattatekjur.

Þess vegna vill ný ríkisstjórn gera Þýzkaland að leiðandi ríki heims í fjórðu iðnbyltingunni – innleiðingu stafrænna lausna við hvers konar þróun, framleiðslu og rekstur, líka á sviði samskipta og samgangna, í raun á flestum sviðum mann- og atvinnulífs – en þessi iðnbylting mun stórauka hagkvæmni, hraða, nákvæmni, virkni, afköst – framleiðni – á nánast öllum sviðum.

Aukin mannúð:**Flóttamenn eiga líka rétt:**

Ný ríkisstjórn vill stórauka mannúð, móttökumöguleika og aðbúnað þeirra, sem flýja stríð, ofbeldi, órættlæti, atvinnuleysi og örbirgð, og bæta aðstöðu þeirri og tækifæri í Þýzkalandi.

Friday for Future – Réttur unga fólksins:

Ný ríkisstjórn virðir rétt unga fólksins, þeirra, sem taka eiga við og erfa skulu landið, og færir kosningarétt niður í sextán ár, þannig, að unga fólkið fái betri aðgang að áhrifum og völdum.

Kannabis lögleitt:

Á grundvelli þess, að vísindamenn telja kannabis hættuminnna en áfengi og tóbak, og einkum, af því að kannabis býr yfir viðurkenndum og áhrifamiklum lækningamætti, einkum á sviða verkja- og kvalastíllingar, verður kannabis lögleitt.

Þá komum við að því, sem þýzka ríkisstjórnin nýja ákvað, að ekki yrði gert:



Hvar er neisti góðra breytinga og framfara!? Nýrra lausna!? Hvar er frjó hugsun og dirfska til nýrra taka!?

- Skattar verða ekki hækkaðir.
- Skuldabremsa verður sett á ríkissjóð frá 2023 (eftir Covid?), þannig, að þýzka ríkið má ekki auka skuldir sínar.
- Hraðatakmarkanir verða ekki settar á þýzkar hraðbrautir, en þar verða – þrátt fyrir frjálsan hraða víða – ekki fleiri slys, en þar sem hraðatakmarkanir gilda.

Það er mat undirritaðs, að flest það bezta í stefnumálum þessara þriggja flokka hafi náð fram að ganga í þessum stjórnsáttmála.

Ráðherrar, eða ígildi ráðherra, virðast verða sautján. Átta ganga til Sósíaldemókrata, fimm til Græningja og fjórir til Frjálsra demókrata. Þetta er í fyrsta sinn, sem Græningjar koma að sambandsstjórninni.

Olaf Scholz, Sósíaldemókrati, verður kanslari. Sléttur maður og felldur, að sjá, en þar fer klár og öflugur innri maður.

Robert Habeck, annar formanna Græningja, fær súperráðuneyti; loftslagsverndar- og viðskiptaráðuneyti.

Engin lagasetning mun geta tekið gildi, nema hún hafi fyrst fengið grænt ljós í loftslagsráðuneytinu. Loftslags- og umhverfisvernd mun verða rauður þráður í allri lagasetningu og stjórnsýslu.

Christian Lindner, formaður Frjálsra demókrata, verður fjármálaráðherra.

Annalena Baerbock, hinn formaður Græningja, verður utanríkisráðherra. Verkefni hennar verður m.a. að vinna að og tryggja framgang grænna mála víða um lönd.

Umhverfisráðuneyti og næringar- og landbúnaðarráðuneyti verða í höndum ráðherra Græningja.

Þetta er mikið gleðiefni fyrir undirritaðan, því þessi ráðstöfun mun leiða til stórfelldra frekari umbóta í umhverfis-, náttúru- og dýravernd.

Menn geta nú borið saman ofangreint prógramm nýrrar þýzkrar ríkisstjórnar, og það, sem hér er á dagskrá.

Fyrir mér vantar því miður þann neista hér, til frelsis frá gamalli og lúinni aðferðafræði, í nýjar, frumlegar og framfarasinnaðar lausnir, sem setja mark sitt á þá þýzku. ■

ALLT

ÞRIÐJUDAGUR 30. nóvember 2021

KYNNINGARBLAÐ



Hér svifa þau Klara og hnotubrjóturinn.
MYND/GUNNLÖÐ RÚNARSDÓTTIR

Hnotubrjóturinn lifnar við í dag

thordisg@frettabladid.is

Þeir sem unna klassískum ballett geta gert sér glaðan dag í dag þegar sá glæsti og undurfagri jólaballett, Hnotubrjóturinn, verður sýndur á Stóra sviði Borgarleikhússins. Hnotubrjóturinn kemur öllum í jólaskap og er einstaklega aðgengilegt verk til að kynna fyrir börnum og dansunnendum.

Dansverkið er unnið eftir sögu E.T.A. Hoffmann en upprunalegir danshöfundar voru Marius Petipa og Lev Ivanov. Tófrandi tónlistin er eftir rússneska tónskáldið Pjotr Iljitsj Tsjaikovskij.

Atvinnudansarar framtíðar

Hnotubrjóturinn er ævintýri fullt af töfrum og gleði. Sagan hefst í jólaboði þar sem Drosselmeyer frændi, göldróttur úra- og leikfangasmiður, gefur guðdóttur sinni, Klöru, hnotubrjót í álögum en sem lifnar við eftir að Klara sigrar músakóng í bardaga. Klara og prinsinn fara svo í töfraheim þar sem hvert ævintýrið rekur annað.

Það er Klassiski listdansskólinn og Óskandi sem taka höndum saman og setja nú upp Hnotubrjótinn. Dansararnir eru á mismunandi aldri og með aðalhlutverk fara nemendur á framhaldsbraut í listdansi sem eiga framtíðina fyrir sér sem atvinnumenn í faginu. Blandað er saman nútímalistdansi og klassískum ballett.

Tvær sýningar verða á Hnotubrjótinum í Borgarleikhúsinu í dag; klukkan 16.30 og 19.30. Miðasala fer fram á tix.is. ■



Skammdegið þarf ekki að vera erfitt

- Orkublandan frá ICEHERBS hjálpar þér að vakna á dimmum vetrarmorgnum
- 2000 einingar af d-vítamíni og kröftug íslensk burnirót



Heilsa og útlit fékk nýlega infrarauðan hitaklefa sem veitir ekki aðeins góða afslöppun heldur eykur hugarró og velliðan. Hér er Sandra í klefanum en í honum er hægt að stunda líkamsrækt, jóga eða aðrar æfingar.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Undraverður árangur til bættrar heilsu og aukinna lífsgæða

Heilsa og útlit, Hlíðasmára 17, er fjölbreytt heilsulind þar sem velliðan skiptir mestu máli. Heilsulindin sérhæfir sig meðal annars í sogæðameðferðum með Weyergans heilsutækjum. **2**

Sandra Lárusdóttir hefur rekið Heilsu og útlit í sjö ár. Hún er sérmenntuð í meðferðum með heilsutæki frá Weyergans, sérstaklega sem snýr að sogæðameðferðum sem eru hreinsandi fyrir líkamann og draga úr bólgum.

Meðal þeirra tækja sem Heilsa og útlit bjóða upp á er VacuSport en Sandra segir að hægt sé að minnka bjúgmyndum mjög hratt í tækinu. „Tæknin með VacuSport var upphaflega þróuð til að koma í veg fyrir blóðrásarvandamál hjá geimförum sem vinna í þyngdarlausu umhverfi. Þetta er taktfast þrýstings- og lofttæmisnudd á æðakerfinu sem stóreykur blóðflæði í æðum og vöðvum þannig að svæði, sem hafa orðið fyrir meiðslum, jafna sig mun fyrr. Með þessari meðferð fær líkaminn aukið súrefni,“ útskýrir Sandra. „Við vorum að selja okkar fyrstu Vacusport vél til sjúkrahjálfunarmiðstöðvarinnar Endurheimt sem ég veit að á eftir að slá í gegn hjá þeim,“ segir hún.

„Meðferðin kemur líkamanum í betra form og bætir heilsuna með því að hraða endurhæfingu og endurnýjun þeirra svæða sem þurfa á því að halda. Meðferðin hefur sannað sig gegn langvarandi verkjum eins og gigt, liðavandamálum og skertu blóðflæði,“ segir hún. „Fólk kemur til okkar í nokkur skipti og það er ótrúlegt að sjá áhrifin. Þetta er stundum eins og kraftaverk.“

Margvíslegar meðferðir

„Við erum örugglega ein stærsta tæknistofa á landinu þegar kemur að heilsu og útliti. Við bjóðum ekki einungis sogæðameðferð heldur einnig vandaðar andlitsmeðferðir auk meðferðar fyrir appelsínuhúð. Við erum umboðsmenn snyrtivörumerkisins Casmara sem er viðurkennt fyrir vandaðar vörur og meðferðir. Við erum í samstarfi við snyrtistofuna á Garðatorgi sem býður upp á örnálameðferð sem hentar vel yfir vetrartímann ásamt ávaxtasýrumeðferð.

Þá get ég nefnt medical tattoo og ég vinn við að gera vörtubaug eftir uppbyggingu brjósta eða brjóstaminnkun og litar í ör svo þau verða minna áberandi,“ segir Sandra sem er lærður Medical tatto sérfræðingur.

„Loks erum við með tannhvíttun,“ segir hún og bætir við: „Síðan eru það vítamínin okkar, Fitline, en við veitum fólki ráðgjöf næringarfræðings um töku á þeim,“ segir hún. „Við erum alltaf að bæta við þjónustuna og erum að fá ljósabekk til okkar en það hefur mikið verið beðið um hann svo ég ákvað að láta slag standa og tók einn bekk inn sem er væntanlegur í byrjun desember,“ segir Sandra og bætir við að það sé fólk á öllum aldri sem leiti til Heilsu og útlits.

Mikil eftirspurn

„Verndarhjúparnir, sogæðameðferðir og andlitsmeðferðirnar frá Casmara eru að slá í gegn hjá okkur og sömuleiðis tannhvíttunin. Til okkar kemur fólk með alls kyns vandamál, íþróttamenn, sykursjúkir, fólk með vefjagigt, bjúgsöfnun og þeir sem eru með lélegt blóðflæði. Sömuleiðis kemur fólk sem nýlega hefur gengist undir aðgerðir, meðal annars þeir sem hafa verið í gífsi eftir brot eða aðgerðir á hné eða mjöðmum. Það er algengt erlendis að sjúkrahálfarar, læknar eða aðrir þeir sem meðhöndla fólk með skert blóðflæði nýti VacuSport tækin enda eru áhrifin ótrúleg.

Verndarhjúparnir sem við erum með og hjálpa líkamanum að slaka á öllum vöðvum eru líka mjög



Það er góður hiti í klefanum og fólki liður mjög vel í honum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Tækin sem Heilsa og útlit bjóða upp á eru öll viðurkennd heilsutæki sem hafa reynst afar vel og fólk finnur mikinn mun á sér eftir meðferðina.



Verndarhjúpurinn hefur slegið í gegn hjá viðskiptavinum enda býður hann upp á áhrifaríka hitameðferð.



Vacusport var fyrst þróað fyrir geimfara. Tækið reynist vel til að auka blóðflæði og minnka bjúg.



Súrefnishjálmur er notaður til afeitrunar og endurnýjunar húðarinnar.

vinsælir og við erum að bæta við okkur fleiri tækjum og eigum von á þeim fljótlega. Slíkir hjúpar ættu að vera til á öllum heilsustofnunum, þeir veita hita, slökun og nudd, styrkja ónæmiskerfið, bæta svefn og hreinsa hugann.

Infrarauður klefi

Fyrir stuttu tókum við í notkun Redfit room en það er notað sem æfingaherbergi fyrir jóga, spinning, lyftur og hugleiðslu. Í klefanum er hægt að fá nudd eða hreinlega slappa af og hreinsa hugann. Það er bæði sjónvarp og Bluetooth svo það er hægt að hlusta á tónlist, sögu eða hafa einkabjálfarann á skjánum. Það þarf einungis að vera í 20 mínútur í klefanum til að finna áhrifin svo hann er frábær lausn fyrir þá sem eru að flýta sér. Klefinn tekur 5-8 manns sitjandi eða tvö sem liggja.

Í hitaklefanum er Far Infrared, 16 litameðferðarljós, Himalayan saltsteinar og jade náttúrusteinar en þeir eru sambland af tveimur mismunandi náttúrulegum steinefnum, annars vegar jadeite (natríum, ál og kísil) og nefrit (kalsíum, magnesíum og kísil). Kristallarnir aðstoða náttúrulega getu líkamans við að draga djúpt andann og slaka á. Þegar rakastig andrúmslofts er eðlilegt dregur loftið að sér saltagnirnar sem mýkja húðina og opna öndunarvegin. Saltið hjálpar einnig við að opna ennis- og kinnholur og stuðlar að hugarró.

Notkun innrauðra geisla við að auka kjarnhitastig líkamans hefur jákvæð áhrif á heilsu og velliðan auk þess sem slík meðferð hefur reynst íþróttamönnum vel til að ná auknum árangri, svokölluð hitameðferð,“ útskýrir Sandra en klefinn veitir:

- Róandi, vöðvaslakandi hugarástand
- Brennir hitaeiningum
- Stuðlar að þyngdarmissi og minnkun á ummáli
- Eykur blóðrás
- Eykur súrefnisupptöku
- Eykur brennslu
- Eykur hreyfigetu
- Eykur liðleika
- Er verkjalosandi
- Endurmótar líkamann
- Afeitrar
- Endurnærir húðina
- Framkallar afslökkun / veitir hugarró
- Kemur jafnvægi á kortisólmagn

- (kortisól er hormón sem hjálpar fólki að slaka á streitu og veitir jafnvægi)
- Stuðlar að andlegu jafnvægi og ró
- Hjálpar við svefnleysi
- Veitir húðinni raka
- Hreinsar öndunarvegin
- Hjálpar árstíðabundnu ofnæmi/frjókornaofnæmi
- Hefur góð áhrif sem meðferð við berkjubólgu (sjá heimasíðu Halotherapy fyrir frekari upplýsingar)

Selur til annarra landa

Í Covid höfum við selt 30 Weyergangs tæki og Wellness-USA til Noregs og Svíþjóðar en ég er með umboðið fyrir Norðurlöndin. Ekkert lát virðist á því þar sem ég er nú þegar bókuð á fundi á nýju ári með aðilum frá Noregi. Við verðum með sölusýningu í Bergen í febrúar 2022. Rudolf Weyergans er með yfir 35 ára reynslu en hann fann til dæmis upp okkar fræga krem, styler cream, sem við köllum sogæðakrem en það er ekkert krem sem vinnur eins og það, frábært eftir aðgerðir, bjúgsöfnun, bruna, ör, appelsínuhúð eða bara til að nota sem græðandi líkamskrem. Þetta er undrakrem sem allir ættu að eiga,“ segir Sandra. Tækin okkar eru á eftirtöldum stöðum:

- Villan Spa, Sauðárkróki
- Marikó, Akranesi
- Ró útlits- og heilsumeðferðastofu, Njarðvík
- Weyergans Studio, Siglufirði
- Heilsuhöfinu, Akureyri
- Táin og Strata, Sauðárkróki
- Mátturinn í Núinu, Eygló, Selfossi
- Nuddstofu Margrétar, Borgarnesi
- Endurheimt, sjúkrahjálfun

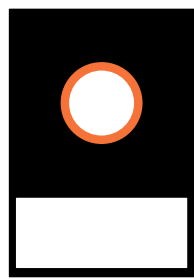
Heilsa og útlit býður infrarauð hitateppi sem eru heilbrigðisvottuð frá Frakklandi. Sandra segir að teppin séu vinsæl gjöf enda henta þau vel fólki sem þjáist af verkjum. Gjafabréf í Heilsu og útlit er sömuleiðis góð gjöf en um þessar mundir er 15% afsláttur af þeim til 5. desember.

Heilsa og útlit er í Hlíðasmára 17 í Kópavogi. Þeir sem vilja kynna sér frekar meðferðir hjá Heilsu og útliti geta haft samband í síma 562 6969 eða skoðað heimasíðuna, heilsaogutlit.is.

Fasteignablaðið

40. TBL. 30. NÓVEMBER 2021

FASTEIGNIR.FRETTABLADID.IS



heimili

fasteignasala
á traustum grunni

Finnbogi Hilmarsson löggiltur fasteignasali.



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



NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Þórunni í síma 773 6000



Marbakkabraut 26
200 Kópavogur

**Einstök hönnunarperla eftir
Manfred Vilhjálmsson á
veðursælli 992 fm sjávarlóð**



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

- 225,7 fm þar af er bílskúr 30,2 fm
- Öll hönnun miðar að því að sjávar-
útsýnið njóti sín sem best.
- Á neðri hæð er eldhús, borðstofa,
stofur, svefnherbergi, snyrting og
þvottahús og innangengt í bílskúr
- Uppi eru tvö svefnherbergi og bað
- Yfir bílskúr er um 30 fm risloft

Verð: Tilboð

MIKLABORG

569 7000 | Lág múla 4 | miklaborg.is

Óskar R. Hórnarson og Jónas Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar



David Ólafsson
lögg. fasteignasali
david@berg.is
s. 766-6633



Pétur Pétursson
lögg. fasteignasali
petur@berg.is
s. 897-0047

Háholt 14, Mosfellsbær

• Sími: 588 5530 • berg@berg.is

• www.berg.is • GSM 897 0047

Traust þjónusta - mikil sala

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

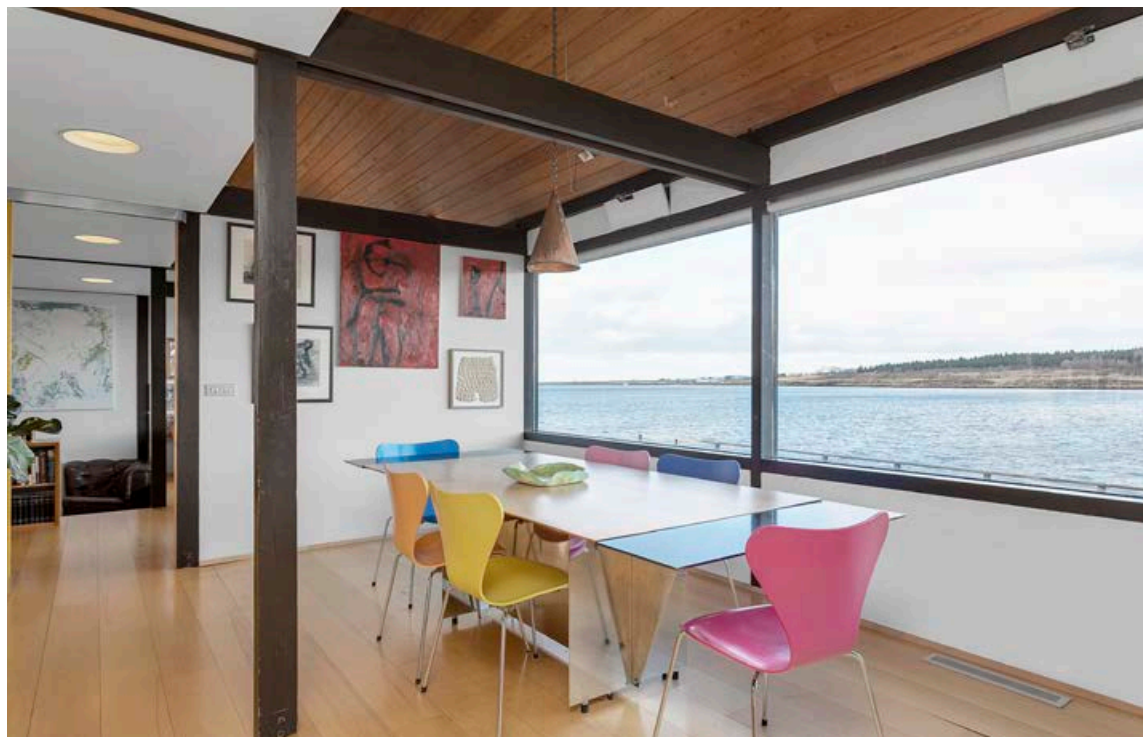


Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is

Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is



Njóta má útsýnis yfir Fossvog og Skerjafjörð á báðum hæðum hússins í gegnum vandlega staðsett gluggaop.

Einstök hönnunarperla Manfreðs við ósnortna fjöru

Miklaborg kynnir til sölu Marbakkabraut 26 í Kópavogi. Húsið er einstök hönnunarperla Manfreðs Vilhjálmssonar og miðar að því að magnað sjávarútsýni njóti sín sem best.

Húsið stendur á veðursælli 992 fermetra sjávarlóð við Fossvog, alls 225,7 fermetrar, þar af er bílskúr 30,2 fermetrar.

Á neðri hæð er eldhús, borðstofa, stofur, svefnherbergi, snyrting og þvottahús og innangengt í bílskúr. Uppi er hjónaherbergi, baðherbergi og barnaherbergi, og yfir bílskúr er um 30 fermetra risloft með mikilli lofthæð. Stór og skjólsæll garður hannaður af Reyni Vilhjálmssyni landslagsarkitekt.

Staðsetning Marbakkabrautar 26 er mögnuð, ein af fáum skjólsælum sjávarlóðum á höfuðborgarsvæðinu, en Öskjuhlíðin veitir skjól fyrir norðanáttinni. Fjaran nýtur sín afar vel frá húsinu en þar er fjölbreytt fuglalíf og selir koma gjarnan í heimsókn. Gaman er að fylgjast með fuglunum þegar fiskitorfur synda inn Fossvoginn. Sólarlagið er ægífast.

Stutt er í leikskólann Marbakka, og verslanir og veitingastaðir í vaxandi kjarna á Nýbýlavegi eru í göngufæri, sem og Salurinn, Gerðarsafn og Kópavogslaug. Stuttur og fallegur göngutúr er yfir í Nauthólsvík og á Nauthól.



Sólarlagið er ægífast frá húsinu á Marbakkabraut. Fjaran nýtur sín vel frá húsinu með fjölbreyttu fuglalífi og selir koma gjarnan í heimsókn.

Um Marbakkabraut 26 ritar Pétur H. Ármannsson arkitekt: Húsið á Marbakkabraut 26 er eitt af seinustu íbúðarhúsum sem Manfreð teiknaði fyrir einkaaðila. Það er með bröttu rispaki og nokkuð ólíkt þeim modernísku húsum sem Manfreð er kunnastur fyrir. Staðsetningin er einstök og er leit að öðru húsi sem býður upp á jafn áhrifamikil tengsl við fjöruna og hafið. Njóta má útsýnis út yfir Fossvog og Skerjafjörð á báðum hæðum hússins í gegnum vandlega staðsett gluggaop, stór og smá. Innan við steipta útveggina, og óháð þeim, er svartlituð burðargrind úr timbri sem gólf og milliveggir efri hæðar hvíla á og mynda nokkurs konar hús inni í húsinu. Í miðju íbúðarinnar er opið á milli hæða. Þvert yfir opið gengur brú sem myndar götuleið að svefnherbergjum og

baði í risi. Brúin tengist léttbyggðum stiga sem Manfreð hannaði líkt og aðrar veggfastar innréttingar. Aringryfja skiptir stofurýminu í afmörkuð setu- og vinnusvæði. Fágætt er að finna einbýlishús þar sem allt fer saman: arkitektúr í hæsta gæðaflokki, sérhannaðar innréttingar af höfundi hússins sem varðveist hafa með upprunalegu útliti og einstæð staðsetning á miðju höfuðborgarsvæðinu, fast við ósnortið fjöruborð. Hér býðst einstakt tækifæri fyrir áhugafólk um arkitektúr og hönnun, sem vill njóta á eigin heimili þess besta sem í boði er af því tagi hér á landi. ■

Allar frekari upplýsingar gefur Þórunn Pálsdóttir, löggiltur fasteignasali, í síma 773 6000 og á thorunn@miklaborg.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 Wiium lögg. fasteignasali
símar 533-4040 og 896-4013 eða dan@kjoreign.is



TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA
SÍMI 533 4040
kjoreign@kjoreign.is
Opnunartími mán-fös kl. 9-17
Dan V.S. Wiium hdl., lögg. fasteignasali

FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is



Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir
eru okkar besta auglýsing



lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is



FAST
Ráðningar

www.fastradningar.is

RÁÐGJÖF

Að gera betur í dag en í gær
er drifkraftur nýrra hugsana
og betri árangurs.

RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill
að árangri allra fyrirtækja.

RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu
og gera ákvarðanir markvissari



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 viðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini 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



**FASTEIGNA
MARKAÐURINN ehf.**
Óðinsgötu 4, 101 Reykjavík

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

Jón Guðmundsson lögg. fasteignasali

Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali

Í TRAUSTUM HÖNDUM Í ÁRATUGI



Jón Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
jon@fastmark.is



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



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



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



Sigríður Kjartansdóttir
Lögg. fasteignasali
sigridur@fastmark.is



Gísli Rafn Guðfinnsson
Aðstoðarmaður
fasteignasala
gisli@fastmark.is



Hallveig Guðnadóttir
Skrifstofustjóri
hallveig@fastmark.is

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

Stuðlaskarð 9 – Nýjar íbúðir í Skarðshlíðinni í Hafnarfirði.



- Stuðlaskarð 9 er tveggja hæða hús, með fjórum íbúðum.
- Íbúðin er með sérinngangi.
- Íbúðin er nú þegar fullbúin og tilbúin til afhendingar við kaupsamning.
- Allar innréttingar eru frá Brúnás, eldhústæki eru frá AEG og blöndunartæki frá Tengi.
- Íbúðin skilast með flísam á gólfi á baði og þvottaherbergi.
- Húsið er vel staðsett við nýja vegtengingu við Skarðshlíðarhverfið.
- Byggingaraðili er Byggingarfélag Gylfa og Gunnars hf., www.bygg.is

Flókagata. Þriggja íbúða hús.



- 249,0 fm parhús á þremur hæðum og með þremur íbúðum í á eftirsóttum stað við Flókagötu í Reykjavík. 1631523892_12571283
- 3ja herb.íbúð á 2. hæð - 3ja herbergja íbúð á 1. hæð og 2ja herbergja íbúð í kjallara. Mögulegt er að stækka kjallaráíbúðina sem nemur sameign í kjallara og gera 3ja herbergja íbúð þar líka.
- Suðursvalir eru útaf 1. og 2. hæð hússins. Loft-hæð í kjallara er mjög góð og aukin lofthæð er á efri hæðum hússins.
- Eignin stendur á 278,0 fm lóð, sem er viðhaldslítill og afgirt með steypum veggjum og viðarverönd. Eign með mikla möguleika á frábærum stað mið-svæðis í Reykjavík.

Verð 139,0 millj.,

Tjaldanes – Garðabæ.



- Glæsilegt 326,5 fm. einbýlishús á glæsilegri 1.406,0 fm. eignarlóð á sunnanverðu Arnarnesi. Á baklóð hússins eru tvær hellulagðar mjög skjól-sælar verandir til suðurs, stórar tyrfdar flatir og mikill trjágróður.
- Eignin er öll í mjög góðu ástandi hið innra og ytra og var öll innréttuð upp á nýtt árið 2003. Stórar stofur með arni. Borðstofa með útgengi í um 30 fm. sólstofu. Fimm herbergi.
- Mögulegt væri að gera rúmgóða íbúð á neðri hæð hússins þar sem allar lagnir eru til staðar fyrir bað-herbergi og eldhús.
- Svæðið ofan við götu, norðanvert, er ekki bygg-ingarland skv. aðalskipulagi og verður ekki byggt.

Verð 185,0 millj.

Heilsárshús við Valhallarstíg, Þingvöllum

**TIL
SÖLU**

Hér er um að ræða eign í algjörum sérflokki.

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

Rúgakur 1 – Garðabæ. 3ja herbergja íbúð – sérinngangur.



Eignin verður til sýnis í dag, þriðjudag frá kl. 17.00 – 17.30

- Virkilega falleg 118,4 fm. íbúð á 1. hæð með sérinngangi og 13,2 fm. suðursvölum auk 24,8 fm. sérgeymslu í kjallara með glugga. Sér bíla-stæði í bilageymslu fylgir íbúðinni.
- Stofa með útgengi á stórar og skjólsælar suður-svalir. Eldhús með glugga, opið við stofu. Fatah. innaf hjónah. með miklum fóstum innréttingum.
- Lyfta er í stigahúsi sem gengur niður í bilageymsluna. Þvottaaðstaða fyrir bíla er í bilageymslu og mögulegt að setja upp tengi fyrir rafhleðslustöð.
- Eftirsótt staðsetning í Akralandinu þaðan sem mjög stutt er í leikskóla, barnaskóla, Fjölbrautaskólann í Garðabæ, íþróttahús o.fl.

Verð 86,9 millj.

Lyngháls 10. Nýlega innréttaðar stúdíóíbúðir.



- 10 nýlega innréttaðar og vandaðar stúdíóíbúðir á 3. hæð í steinsteyptu og álklaðdu húsi við Lyngháls 10 í Reykjavík.
- Íbúðirnar voru allar innréttaðar fyrir um 7 árum síðan og þá sett upp eldhús í hverri íbúð og baðherbergi í hverja íbúð.
- Baðherbergi eru öll físalögð og með físalögðum sturtum, handklæðaoðnum og vegghengdum salemum. Harðparket er á gólum alrýma og herbergja. Eldvarnarhurðir eru frá öllum íbúðum við gang.

Íbúðirnar eru allar í útleigu í dag.
Nánari uppl. á skrifstofu.

Verð 189,0 millj.

Krókháls 5F. Atvinnuhúsnaði.



- Mjög gott 497,8 fermetra atvinnuhúsnaði á 2. hæð (götu-hæð Krókhálsmegin) í lyftuhúsi að Krókhálsi 5F.
- Tveir inngangar eru í húsið, bæði frá Járnhálsi og Krókhálsi. Mögulegt að setja innkeyrsluhurð. Hljóð-einangrandi loft í hluta húsnaðisins.
- Lóðin er 19.980 fm að stærð. Afgirt malbikað stórt bílaplan með fjölda bílastæða.
- Gott athafnasvæði fylgir eignarhlutanum.

Verð 129,5 millj.

job
Finnum draumastarfið saman

Erum við
að leita **að þér?**



MIKLABORG



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



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5820



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5855



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Elin Alfriedsdóttir
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 1515



Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500



Þröstur Þórhalsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634



Jónunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skapti
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 Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 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



Framúrskarandi
fyrirtæki

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

Verð: **132 millj.**



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



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



NÝTT Í SÖLU

PANTIÐ SKOÐUN
í síma **775 1515** eða **770 0500**

NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Þórunni í síma **773 6000**

Marbakkabraut 26

200 Kópavogur

**Einstök hönnunarperla eftir
Manfred Vilhjálmsson á
veðursælli 992 fm sjávarlóð**

- 225,7 fm þar af er bílskúr 30,2 fm
- Öll hönnun miðar að því að sjávarútsýnið njóti sín sem best.
- Á neðri hæð er eldhús, borðstofa, stofur, svefnherbergi, snyrting og þvottahús og innangengt í bílskúr
- Uppi eru tvö svefnherbergi og bað
- Yfir bílskúr er um 30 fm risloft



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

Verð: **Tilboð**

NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
í síma **775 1515** eða **770 0500**

Grundargerði 29

108 Reykjavík

174,1 fm einbýlishús

- Tvær stofur
- Fjögur svefnherbergi
- Tvö baðherbergi
- Þakvalir
- Heitur pottur



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



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

Verð: **98 millj.**

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

569 7000

**Með þér
alla leið**

miklaborg.is



OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 16.00 – 16.30

Grandavegur 42 b

107 Reykjavík - íb. 101

PANTÍÐ 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





OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 16.15–16.45

Grandavegur 42 e

107 Reykjavík - íb. 305

PANTÍÐ 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





OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 16.15–16.45

Bergþórugata 3

101 Reykjavík - íb. 202

PANTÍÐ SKOÐUN

hjá Þórunni í síma 773 6000



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





OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 16.15–16.45

Skúlagata 10

101 Reykjavík

PANTÍÐ SKOÐUN

hjá Jörunni í síma 845 8958



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





OPÍÐ HÚS

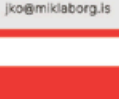
Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 16.15–16.45

Breiðamörk 8 -lóð

810 Hveragerði

PANTÍÐ SKOÐUN

hjá Jörunni í síma 845 8958



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



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





OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 17.00 – 17.30

Brimdalur 10

260 Njarðvík

PANTÍÐ SKOÐUN

hjá Jörunni í síma 845 8958



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



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





OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 17.00 – 18.00

Bríetartún 11

105 Reykjavík

PANTÍÐ SKOÐUN

hjá Jörunni í síma 845 8958



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



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





OPÍÐ HÚS

Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 17.00 – 18.00

Ofanleiti 19

103 Reykjavík

PANTÍÐ SKOÐUN

hjá Jasoni í síma 775 1515



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





OPÍÐ HÚS

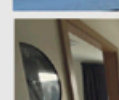
Þriðjudaginn
30. nóvember
kl. 17.00 – 18.00

Hrunamannavegur 3

805 Flúðir

PANTÍÐ SKOÐUN

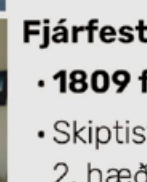
hjá Jasoni í síma 775 1515



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



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



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



**ÞRIÐJUDAGA
KL. 19.00**



MATUR OG HEIMILI

MEÐ SJÖFN ÞÓRÐAR

Lifandi þáttur um matargerð í bland við innanhússarkitektúr, hönnun og fjölbreyttan lífsstíl. Í þáttunum heimsækir Sjöfn heimili, kaffi- og veitingahús og eldhús matgæðinga, sækera- og matarbloggara, fær innsýn í heimili og staði viðkomandi og kynnist matarmenningu hvers og eins. Sjöfn heimsækir jafnframt heimili ólíkra einstaklinga, kynnist persónulegum stíl þeirra og hönnun.

Matur og Heimili er á dagskrá alla þriðjudaga klukkan 19.00.





HRINGBRAUT

Bílar & Farartæki



Nú þegar engir sendibílar eru fáanlegir í heiminum eigum við þennan til á lager! Nýr 2021 Ford Transit Trend L3H3. Til afhendingar strax! Verð: 5.500.000,- án vsk.

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

Ábendingahappinn má finna á www.barnaheill.is



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



VÁ - PLUG IN HYBRID !

MERCEDES-BENZ GLE 500 E 4MATIC. Árgerð 2017, ekinn 72þ. km, rafmagn/bensín, sjálfskiptur 7 girar. Þvílíkur billi! Vel búinn, ótrúlegur kraftur og gullfallett útlit. Sjón er sögu ríkar! Verð 7.477.000. Rnr.120566. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bilasölu - Skeifunni 3C.

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

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

Kaupi bíla 25-250þús

Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og við höfum samband

Þjónusta

Málarar

REGNBOGALITIR EHF

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

Búslóðaflutningar

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

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjórnuþá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskipti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Húsaviðhald

+++ EÐALVERK +++

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

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



Við hreinsum allar gerðir lofttræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

Tilkynningar

Skipulagsauglýsing



Samkvæmt 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér auglýst skipulagslýsing að eftirfarandi á deiliskipulagi:

Brjánslækur, Brjánslækjarhöfn og Flókatóftir.

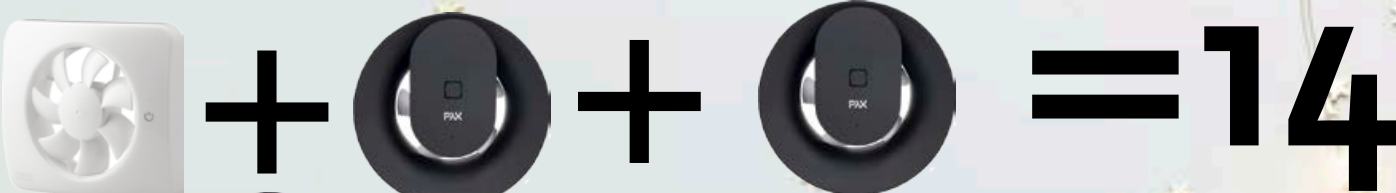
Tilgangur deiliskipulagsins er að búa til skipulagsramma utan um byggðina og þá uppbyggingu sem fyrirhuguð er á næstunni s.s. stækkun hafnargarðs til að bæta smábáta-aðstöðu, uppbygging þjónustu í tengslum við ferðamenn ásamt annarri uppbyggingu.

Skipulagslýsingin liggur frammi á skrifstofu Vesturbyggðar, Aðalstræti 75, frá og með 30. nóvember til 30. desember 2021 og er einnig til sýnis á heimasíðu Vesturbyggðar, www.vesturbyggd.is.

Ábendingum er hægt að koma til skila skriflega á skrifstofu Vesturbyggðar í ráðhúsinu eða á netfangið vesturbyggd@vesturbyggd.is, merkt Brjánslækur skipulagslýsing, fyrir 30. desember 2021.

Virðingarfyllst,
Óskar Örn Gunnarsson
Skipulagsfulltrúi Vesturbyggðar

REIKNADU RÉTT!



Snjallvifturnar frá Íshúsinu eru rétta lausnin.

Íshúsið viftur.is
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

Húsviðhald

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

Áratuga reynsla og þekking skilar
fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

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

**Keypt
& Selt**

Til sölu

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


**Kassagítarar
á tilboði**


**Gítarar og
hljómborð
í miklu úrvali**

Verð við allra hæfi


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

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —



**FINNDU RÉTTA
STARFSKRAFTINN**

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


**Vandaðir
krossar á leiði!**

JS LJÓSAMÍÐJAN
VÉLAVERKSTÆÐI
SLÁTTUVEÐLAHJÓNUSTAN
Skemmuvegi 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. Opíð virka daga 8-17

Heilsa

Heilsuvörur


**gott
cbd.is**

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

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

Tilkynningar

**Auglýsing um
skipulag –
Hafnarfjarðarbær**

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti á
fundi sínum þann 24.11.2021 að auglýsa
eftirfarandi skipulagstillögur í samræmi við
41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

**Hamranes reitur 4A, nýtt
deiliskipulag**
Tillagan gerir ráð fyrir tveimur sex hæða
íbúðablokkum með 97 íbúðum. Á jarðhæð er
gert ráð fyrir þjónustu og afþreyingu. Á lóð
er heimilt að byggja 250 m2 sameiginlegt
garðhúsi. Gert er ráð fyrir að bílastæðin séu
staðsett á lóð.

**Óseyrarbraut 27B, breyting á
deiliskipulagi.**
Breytingin felst í nýjum byggingarreit á
austurhluta lóðar og aðkomu að lóð frá
Óseyrarbraut á mótis við miðjan nýjan
byggingarreit. Nýtingarhlutfall lóðar verður
N=0.30.

Tillögurnar verða til sýnis á umhverfis-
og skipulagssviði að Norðurhelli 2 og í
þjónustuveri Hafnarfjarðarbæjar Strandgötu
6, frá **30.11** til **11.01**.
Auk þess er hægt að skoða tillögurnar á vef
Hafnarfjarðarbæjar hfj.is/skipulag. Nánari
upplýsingar eru veittar á umhverfis- og
skipulagssviði.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta
er gefinn kostur á að gera athugasemdir við
breytinguna. Skal þeim skilað skriflega á
netfangið skipulag@hafnarfjordur.is eigi síðar
en **11.01.2022** eða stílaðar á:

Hafnarfjörður
bt. umhverfis- og skipulagssvið
Strandgötu 6
220 Hafnarfjörður


hafnarfjordur.is

**Auglýsing um tillögur
að breyttu deiliskipulagi**

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010,
eru auglýstar tillögur að breytingum á deiliskipulagi
í Seltjarnarnesbæ.

**Lambastaðahverfi - Hamarsgata 6,
tillaga að breytingu á deiliskipulagi**
Á 119. fundi skipulags- og umferðarnefndar þann 11. nóvem-
ber 2021 og á 938. fundi bæjarstjórnar Seltjarnarnesbæjar
þann 24. nóvember 2021 var samþykkt að auglýsa tillögu að
breytingu á deiliskipulagi Lambastaðahverfis vegna Hamars-
götu 6. Í deiliskipulagstillögunni eru afmarkaðir tveir nýjir
byggingarreitir fyrir garðhýsi og nýtingarhlutfall lóðarinnar
hækkað úr 0,2 í 0,3. Nánar um tillöguna vísast til kynningar-
gagna.

**Bakkahverfi - Bakkavör 28,
tillaga að breytingu á deiliskipulagi**
Á 119. fundi skipulags- og umferðarnefndar þann 11. nóvem-
ber 2021 og á 938. fundi bæjarstjórnar Seltjarnarnesbæjar
þann 24. nóvember 2021 var samþykkt að auglýsa tillögu að
breytingu á deiliskipulagi Bakkahverfis vegna Bakkavarar
28. Í deiliskipulagstillögunni eru afmarkaður nýr byggingar-
reitir fyrir viðbyggingu og garðhýsi, einnig er nýtingarhlutfall
lóðarinnar hækkað úr 0,34 (0,42 í samræmi við samþykktu
aðaluppdrætti frá 16. júní 2009) í 0,5. Nánar um tillöguna
vísast til kynningargagna.

Tillögurnar eru auglýstar frá og með 1. desember 2021 til og
með 12. janúar 2022 og verða til sýnis á bæjarskrifstofum
Seltjarnarnesbæjar að Austurströnd 2. Einnig má nálgast
tillögurnar á vef Seltjarnarnesbæjar [www.seltjarnarnes.is/
thjonusta/umhverfi/skipulag/frettir/](http://www.seltjarnarnes.is/thjonusta/umhverfi/skipulag/frettir/). Eru þeir sem telja sig
eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar.
Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar má skila skrif-
lega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið
postur@seltjarnarnes.is eigi síðar en **12. janúar 2022**.

Seltjarnarnesi, 29. nóvember 2021
Brynjar Þór Jónasson
Skipulagsfulltrúi Seltjarnarnesbæjar


SELTJARNARNESBÆR
seltjarnarnes.is

**Fyrirtæki
ársins 2021**


HAGVANGUR


hagvangu.is

Hafðu AKU með í valinu



AKU skórnir eru framleiddir á Ítalíu úr 100% evrópskum íhlutum og efnum

Aukin mýkt við ökkla



Gore-Tex filma, 100% vatnsvörn

2mm gúmmíborði (grjótvörn) sem hentar vel í íslensku hraunlendi

Dempun

IMS: Kerfi sem gefur auka mýkt niður í sólann

AKU Exoskeleton, innan- og utanfótarstuðningur

Mýkra leður til að minnka spennu og auka þægindi

Reimalæsing, sitthvor stillingin fyrir rist og ökkla

Rúllukefli til að halda jafnri spennu á reimum

2,6mm eka ítalskt Nubuck leður

Custom fit innlegg

Vibram sóli

GG SPORT

Stingum af ...



Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af góðum skóm og öllu sem þarf í ævintýrið þitt!



@ggsport.is



@gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30 – 18, Laugardaga 11-15

Dekur í desember – vertu besta útgáfan af þér

Fátt er notalegra en að gefa sér tíma í smá dekur í ann-ríkinu í desember. Jólin eru á næsta leiti og kuldinn og myrkrið eykst með hverjum deginum. Gott dekur er gulli betra og nærir hvort tveggja húð og huga.

Dekurpakkar og velliðan er besta gjöfin. Það er dásamlegt að setja upplifun í öskju og gefa þeim sem þér þykir vænt um notalega stund. Það er tilvalið að gera sér dagamun í aðdraganda jólanna með því að skella sér í notalega dekurstund á Snýrtistofuna Ágústu í Faxafeni.

Upplifun fyrir húð og huga

„Draumurinn er vinsæll dekur-meðferðarpakki þar sem markmiðið er að slaka vel á. Meðferðin hefst á notalegu baknuddi sem losar um þreytu og streitu. Andlitsmeðferðin er síðan valin með þarfir hvers og eins í huga; mild hreinsun, gott nudd á andlit, axlir og höfuð og nærandi súrefnis-maski sem hefur endurnýjandi áhrif á húðina og hún verður silki-mjúk og ljómandi.

Fótsnýrting er klassísk gjöf í jóla-pakkann og slær alltaf í gegn,“ segir Ágústa. „Fótsnýrting er nauðsyn-leg fyrir alla og það er mikilvægt að láta sér líða vel í fótunum á álags-tímum. Meðferðin byrjar á nota-legu fótabaði. Neglur eru klipptar og snýrtar og hörð húð á hælunum röspuð burt. Næst notum við milt og mjúkt kornakrem og pakkinn endar á dásamlegu fótanuðdi. Á stofunni starfa snýrtifræðingar og tveir fótadgerðadfræðingar og því erum við bæði með fótsnýrtingu og fótadgerðir,“ segir Ágústa.

Fótadgerð er meðferð fótameina og unnin af fótadgerðadfræðingi en fótsnýrting er fyrir



Fyrir

Hin glæsilega Katrín Garðarsdóttir kom í augnháralengingu á Snýrtistofuna Ágústu.



Eftir

Augnháralengingin gerir augnumgjörðina glæsilega. Hárin eru valin út frá óskum viðskiptavinarins.



Falleg augnhár gera mikið fyrir heildarútlitið og einfalda förðunina.

heilbrigða fætur og unnin af snýrtifræðingi.

Augnháralengingar

„Augnháralenging er ein vinsælasta dekurmeðferðin sem við bjóðum upp á fyrir konur á öllum aldri. Stök augnhár eru límd á

náttúrulegu augnhárin. Sveigja augnháranna, lögun og lengd er valin út frá því hvernig viðskiptavinurinn vill hafa þau. Útkoman er glæsileg og í kjölfarið minnkar öll fyrirhöfn við dag- eða kvöldförðun.

Augnháralenging endist í allt að 4-6 vikur, eftir því hvernig vöxturinn er á náttúrulegu augnhárunum sem límt er á. Þau endurnýjast á nokkra vikna fresti sem er ástæðan fyrir því að það þarf að koma í lagfæringu. Við mælum með að konur komi í lagfæringu á 2-3 vikna fresti. Fyrir þær sem eru með ljós augnhár litum við augnhárin áður en meðferð hefst og því er tilvalið að bóka líka í augabrúnalitun og plockun svo augnumgjörðin verði falleg.

Augnháralengingar eru stór-sniðugar fyrir jólahátíðirnar og með þau er maður enga stund að hafa sig til fyrir öll jólaboðin.“

Mikil reynsla og þekking

Á snýrtistofunni starfa átta snýrtifræðingar sem búa yfir mikill reynslu og þekkingu. „Fyrir fjórum árum fluttum við í glæsilegt húsnæði að Faxafeni 5. Þar eru næg bílastæði og gott aðgengi fyrir viðskiptavinum okkar. Við komum til móts við okkar viðskiptavinum í desember og höfum aukið opnunartímann því það er vinsælt að gera vel við sig. Við bjóðum upp á allar helstu snýrtimeðferðir eins og háreyðingu, microblading sem er varanleg förðun í augabrúnir og á augnlinu, vax og margt fleira. Við hlökkum til að taka á móti okkar viðskiptavinum í desember.“ ■

Nánari upplýsingar og tímapantanir á snýrtistofanagusta.is og í síma 552-9070.

Maskar engin töfralausn

Andlitsmaskar eru mjög vinsælir og hægt er að kaupa þá í ýmsum útgáfum eða jafnvel búa þá til heima úr hráefnum úr ísskápnum. En til að þeir geri gagn þarf að velja vel.

sandragudrun@frettabladid.is

Doktor Chérie Ditre, prófessor í húðlæknisfræði við Pennsylvaníu-háskóla í Bandaríkjunum, segir í grein sem birtist á þarlendum læknavef að þó að andlitsmaskar geti gert gagn þá geti þeir líka verið skaðlegir. Sérstaklega ef þeir eru ekki notaðir rétt.

Doktor Ditre segir að galdurinn við andlitsmaska sé sá að innihaldsefnin úr honum haldist lengi í snertingu við húðina. Maskar eru nefnilega gæddir þeim eiginleikum að mynda filmu sem bindur innihaldsefnin við húðina. Filman hjálpar til við að gefa raka, þurrka eða skrúbba húðina, allt eftir þeim innihaldsefnum sem eru í maskanum. Með notkun andlitsmaska komast efnin fyrr inn í húðina en ef notuð eru hefðbundin krem. En það getur verið erfitt að finna rétta andlitsmaskann enda er framboðið alveg gríðarlegt og það sem hentar einum vel hentar ekki endilega öðrum.

Veljið rétta maskann

Rakagefandi næturmaskar sem innihalda hýlúrónsýru eru góðir fyrir þroskaða eða mjög þurra



Til að hindra að andlitsmaski skaði húðina þarf að hafa í huga að fleiri innihaldsefni jafngilda ekki betri maska.



húð. Leirmaskar geta dregið í sig olíu sem er gott fyrir feita húð en þeir geta líka haft þau áhrif að húðin flagnar örlítið. Bréfmaskar sem innihalda andoxunarefni eru rakagefandi og geta líka verið bólguþéttandi ef þeir eru geymdir í ísskáp.

Ef ætlunin er að vinna á ungl-ingabólum er gott að velja maska sem inniheldur salísýlsýru og alfa-hýdroxýsýrur. Andoxunarefni eins og C-vítamín, E-vítamín og resveratrol geta gagnast gegn finum línum og hrukkum og einnig ferrúlsýra eða retinóíð eins og retinól eða retrínaldehyd og rakagefandi efni eins og hýalúrónsýra.

Gegn rósroða er best að velja

maska sem inniheldur níasínamið og gegn dökkum blettum er best að velja maska sem inniheldur eitthvað að eftirfarandi: kojíc sýru, retinóíð eða C-vítamín.

Ditre segir að þegar hengtug maski er fundinn sé gott að bæta honum inn í reglulega húðumhirðu en þó þurfi að varast að nota hann of oft. Best er að nota hann ekki oft en einu sinni í viku til að koma í veg fyrir ertingu.

Meira er ekki betra

Til að hindra að andlitsmaski skaði húðina þarf að hafa í huga að fleiri innihaldsefni jafngilda ekki betri maska. Það er í raun líklegra að húðin verði fyrir ertingu ef listinn yfir innihaldsefnin er

langur að sögn húðlæknisins.

Þegar andlitsmaski er prófaður í fyrsta skipti er best að prófa hann fyrst á litlu svæði áður en hann er borinn á allt andlitið. Þá er gott að vera vakandi fyrir fylgikvillum eins og bólumyndun, roða eða sviðatilfinningu, ofsakláða, þurri eða flagnandi húð og verkjum þegar gríman er fjarlægð. Ef þessara einkenna verður varð er líklegt að maskinn henti ekki.

Doktor Ditre segir að andlitsmaskar séu engin töfralausn við húðvandamálum. Mikilvægast af öllu sé að hugsa vel um húðina daglega. En ef andlitsmaskar eru rétt notaðir geta þeir þó hjálpað til við að viðhalda heilbrigðri húð. ■

Mikilvægt er að velja andlitsmaskann vel ef hann á að gera eitthvert gagn.

FRÉTTABLAÐID/
GETTY



www.jolabubblur.is



Rúmur mánuður er síðan íslenska liðið vann Kýpur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ekki hrædd um vanmat hjá íslenska liðinu

aron@frettabladid.is

FÓTBOLTI Ísland mætir Kýpur ytra í dag í undankeppni HM 2023 í fótbolta kvenna. Ísland er fyrir leikinn í öðru sæti síns riðils með sex stig eftir þrjá leiki.

Íslenska liðið kemur fullt sjálfs-trausts inn í þennan leik eftir góðan 2-0 sigur á móti Japan í vináttulandsleik liðanna á fimmtudaginn í síðustu viku.

Þorsteinn Hreiðar Halldórsson, þjálfari íslenska liðsins, segir alla leikmenn liðsins klára í slaginn fyrir leikinn gegn Kýpur. Þorsteinn segist ekki hafa áhyggjur af því að leikmenn sínir komi ekki giraðir í verkefnið en Ísland og Kýpur mættust fyrir rúmum mánuði síðan á Laugardalsvelli og þá vann Ísland 5-0 sigur.

”

Ég tel okkur ekki þurfa einhverjar sérstakar aðferðir til að koma þeim í gang.

„Ég held að allir skilji mikilvægi leiksins. Ég tel okkur ekki þurfa að vera með einhverjar sérstakar aðferðir til að koma þeim í gang. Held að það skilji allir að þessi leikur er jafn mikilvægur og allir aðrir,“ segir Þorsteinn um komandi verkefni.

Glódís Perla Viggósdóttir, miðvörður íslenska liðsins, tók í sama streng og þjálfari hennar: „Við eigum aldrei í vandræðum með að móttívera okkur. Við lítum á þennan leik eins og hvern annan leik, það eru þrjú stig í boði og við ætlum að taka þau.“ ■

Fær skýrslu frá pabba eftir alla leiki

Tveir íslenskir leikmenn léku um síðustu helgi sína fyrstu leiki í sænsku úrvalsdeildinni í fótbolta karla. Hinn 19 ára gamli Adam Ingi Benediktsson stóð á milli stanganna hjá Gautaborg og Jóhannes Kristinn Bjarnason, sem er 16 ára gamall, lék fyrir Norrköping.

hjoarvaro@frettabladid.is

FÓTBOLTI Adam Ingi Benediktsson þreytti á sunnudaginn frumraun sína í sænsku úrvalsdeildinni í fótbolta karla. Adam Ingi nýtti tækifærið vel en hann varði mark Gautaborgar í 4-0 sigri gegn Östersund.

Þessi 19 ára gamli markmaður var 16 ára þegar hann gekk til liðs við Gautaborg frá HK sumarið 2019 en hann lék einnig með FH í yngri flokkum hér heima. Adam Ingi er hins vegar fæddur í Grundarfirði.

Hjá Gautaborg lék Adam Ingi fyrst um sinn undir stjórn Hjálmars Jónssonar með U-19 ára liði félagsins og nú þremur árum seinna hefur hann spilað leik með aðalliðinu.

„Ég skal alveg viðurkenna það að ég var frekar stressaður þegar ég labbaði inn á völinn fyrir framan 15.000 áhorfendur. Ég fékk að vita það degi fyrir leik að aðalmarkmaðurinn væri tæpur vegna meiðsla og ég fengi sénsinn.

Ég náði ekki alveg að meðtaka það hversu stórt þetta væri þegar ég fékk þær fregnir og stressið byrjaði síðan að magnast á leikdegi. Svo þegar ég komst í snertingu við boltann þá hvarf skrekkurinn og ég náði að halda hreinu sem er frábært,“ segir Adam Ingi um frumraun sína.

„Þetta tækifæri er að koma fyrr en ég hélt. Ég hef verið að æfa með aðalliðinu á þessu tímabili eftir að hafa æft og spilað með U-19 ára liðinu hjá Hjálmarli síðan ég kom. Þetta er mjög kærkomið og mikill heiður fyrir mig,“ segir markvörðurinn sem er þriðji markvörður hjá Gautaborg.

Sýndi sig í fjölskylduferð

„Það var í raun tilviljun að ég fengi samning hjá Gautaborg. Ég fékk að æfa með U-19 ára liði félagsins á meðan ég var í fjölskylduferð í borginni. Ég hafði samband við Hjálmar sem leyfði mér að æfa með liðinu.

Í kjölfarið fór boltinn að rúlla og ég endaði á að skrifa undir hjá Gautaborg. Félagið er með eina bestu akademíu Svíþjóðar og þekkt fyrir að gefa ungum leikmönnum þaðan tækifæri með aðalliðinu og selja þá svo til stærri liða.



”

Ég skal alveg viðurkenna það að ég var frekar stressaður þegar ég labbaði inn á völinn fyrir framan 15.000 áhorfendur ... Svo þegar ég komst í snertingu við boltann þá hvarf skrekkurinn.

Adam Ingi Benediktsson

Það var stærsta ástædan fyrir því að ég ákvað að semja við Gautaborg. Þessi fjölskylduferð borgaði sig svo sannarlega,“ segir hann.

„Ég hef fengið fjölmörg skilaboð í dag frá vinum og ættingjum sem ég kann vel að meta. Grundfirðingar eru greinilega mjög stoltir af mér og ég hef fengið fullt af skilboðum þaðan,“ segir Adam Ingi.

„Eftir leikinn fékk ég góð viðbrögð frá þjálfaranum og markmannsþjálfaranum. Ég fékk hins vegar mun ítarlegri skýrslu frá pabba sem mætir á alla leiki hjá mér og bróður mínum sem hann kemst á en fjölskyldan flutti með mér út.

Þegar leikjunum lýkur fáum við að vita nákvæmlega hjá honum hvað gekk vel að hans mati og hvað má bæta. Það er sko ekki töluð vitleysan þar,“ segir þessi metnaðarfulli leikmaður.

Adam Ingi var ekki eini íslenski leikmaðurinn sem fékk eldskirn í sænsku úrvalsdeildinni um helgina. Jóhannes Kristinn Bjarnason, sem færði sig um set til Norrköping frá KR í mars síðastliðnum, lék

sinn fyrsta leik fyrir sænska liðið. Jóhannes Kristinn er 16 ára og níu mánaða gamall en hann er næst-yngsti Íslendingurinn til þess að spila í atvinnumannadeild í fótbolta karla. Frændi hans, Ísak Bergmann Jóhannesson, var 16 ára og 6 mánaða gamall þegar hann lék með sænska liðinu árið 2019.

Í október lék svo markmaðurinn Hákon Rafn Valdimarsson sína fyrstu deildarleiki í sænsku úrvalsdeildinni með Elfsborg. Það er því óþarft að kvíða framtíðinni hvað markmannsstöðuna hjá Íslandi varðar. Elías Rafn Ólafsson hefur verið að fá leiki hjá Midtjylland í dönsku úrvalsdeildinni, Patrik Sigurður Gunnarsson er fastamaður hjá Viking Stavanger í norsku úrvalsdeildinni og Jökull Andrésen ver mark Morecambe í ensku C-deildinni. Þessir markmenn eru allir í kringum tvítugsaldurinn.

Þá er Rúnar Alex Rúnarsson 26 ára gamall en hann lék á dögum sinn fyrsta leik í belgísku efstu deildinni fyrir OH Leuven, þar sem hann er í láni frá Arsenal. ■

Adam Ingi Benediktsson hefur verið að mála hjá Gautaborg í þrjú ár en það var fjölskylduferð sem var kveikjan að því að hann komst inn á radarinn hjá sænska féluginu.

MYND/GAUTABORG

Utan vallar

Heimi heim



Hörður Snævar Jónsson hordur@frettabladid.is

FÓTBOLTI Arnar Þór Viðarsson, landsliðsþjálfari Íslands í knattspyrnu karla, leitar sér nú að nýjum samstarfsmanni. Stjórn sambandsins tók þá ákvörðun í síðustu viku að segja upp samningi sínum við Eið Smára Guðjohnsen sem hafði verið samstarfsmaður Arnars í eitt ár hjá landsliðinu.

Mikið hefur gengið á í kringum landsliðið þetta ár sem þeir félagar voru saman í starfi og erfitt að segja til um hæfni þeirra sem þjálfara. Það er hins vegar ljóst að Arnar vantar þjálfara með talsvert mikla reynslu til að aðstoða sig í gegnum þá erfiðu tíma sem munu án nokkurs vafa halda áfram á næsta ári. Verið er að byggja upp nýtt landslið og alls óvist hversu margar, ef einhverjar, af gömlu hetjum liðsins snúa aftur.

Þannig vill svo til að besta þjálfari

í sögu íslenska landsliðsins er án vinnu, Heimir Hallgrímsson hefur ekki verið með þjálfarastarf síðasta hálfa árið. Eftir tvö og hálft ár í Katar ákvað Heimir að kveðja Al-Arabi og hefur síðan þá leitað sér að næsta starfi.

Knattspyrnusamband Íslands og Arnar Þór ættu án nokkurs vafa að leita til Heimis og reyna að fá hann til að þjálfa liðið með Arnari. Heimir þekkir það manna best að tveggja manna þjálfarateymi getur virkað með íslenska landsliðið. Heimir og Lars Lagerbäck þjálfuðu liðið saman þegar það komst inn á Evrópumótið árið 2016. Heimir tók síðan einn við keflinu í tvö ár og kom íslenska liðinu á Heimsmeistaramótið árið 2018.

Arnar gat ekki unnið með Lars Lagerbäck á þessu ári og var ákveðið

”

Ég hef trú á því að Heimir og Arnar geti myndað gott teymi.



Heimir Hallgrímsson er án þjálfarastarfs og Arnar Þór Viðarsson vantar aðstoðarmann. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÐÖR

að slíta samstarfinu, hann þarf hins vegar að átta sig á því að maður með reynslu gæti reynst honum happa-fengur nú þegar Eiður Smári er horf-inn á braut.

Ég hef trú á því að Heimir og Arnar geti myndað gott teymi til að leiða íslenska liðið í gegnum þær

breytingar sem eru að eiga sér stað. Heimir ihugaði að taka við Stjörnunni á dögum en starfið hjá KSÍ gæti heillað hann. Mikilvægt er fyrir íslenska landsliðið að fá inn mann sem kann uppskriftina að árangri. Arnar og KSÍ, reynið að fá Heimi heim. ■

VINSÆLUSTU BÆKURNAR



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið 10-19 alla daga til jóla | www.forlagid.is



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir og afi,
Eyþór Einarsson
grasafræðingur,

lést þriðjudaginn 23. nóvember á
Hrafnistu í Laugarási. Jarðarförin fer
fram frá Háteigskirkju miðvikudaginn
1. desember kl. 13.00.

Kirkjugestir þurfa að sýna fram á neikvætt hraðpróf
við kirkjudygnar. Streymt verður frá útförinni á
<https://youtu.be/aHJCXNfD2wI>

Margrét Eyþórsdóttir
Ingibjörg Eyþórsdóttir
Sigríður Eyþórsdóttir
Þórey Eyþórsdóttir

Guðmundur Andri Thorsson
Styrmir Guðlaugsson

Jakob Einar, Svandís Roshni, Eyþór,
Sólrun Liza, Kristín og Svanlaug



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,
Þóra Sigrún Guðmundsdóttir
Efstaleiti í Keflavík,

lést 18. nóvember og verður jarðsungen
frá Njarðvíkirkirkju í Innri-Njarðvík,
fimmtudaginn 2. desember kl. 13.

Vegna takmarkana verða aðeins nánustu ættingjar
viðstaddir jarðarförina. Streymt verður frá athöfninni
á slóðinni facebook.com/groups/thorasigrun

Ólöf Sigurrós Gestsdóttir
Kristján Gestsson
Þóra Sigrún Hjaltadóttir
Hólmfríður M. Hjaltadóttir
Óli Þór Hjaltason

Hjalti Örn Ólason

Árni Rúnar Kristmundsson
Gunnar Laxfoss Þorsteinsson
Lára Hrund Geirsdóttir

Ólöf Björg, Hjalti Örn, Arna Rún, Kolfinna Rán,
Þorbjörg Sigurrós og Kveldúlfur Geir.



Ástkær eiginmaður minn,
faðir, tengdafaðir og afi,
Ólafur Hreinn Sigurjónsson
fyrirverandi skólameistari
Framhaldsskólans í Vestmannaeyjum,

lést á Droplaugarstöðum 25. nóvember.
Útför fer fram 2. desember kl. 15.00.

Þeim sem vilja minnast hans er bent á styrktarsjóð
Alzheimersamtakanna, kennitala: 580690-2389,
reikningsnúmer: 0515-26-24302.

Í ljósi aðstæðna munu einungis hans nánustu vera
viðstaddir. Streymt verður frá athöfninni á www.streyma.is

Svava Hafsteinsdóttir
Anna Ólafsdóttir
Andri Ólafsson
Haraldur Hannesson
Tinna Schram
og barnabörn.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi



ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242

Komum heim til aðstandenda og
ræðum skipulag útfarar ef óskað er

Sverrir Einarsson

www.utforin.is

Jóhanna Eiríksdóttir

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



Útfararþjónusta í yfir 70 ár



*Víð tökum vel á móti ástvinum
í hlýlegu og fallegu umhverfi*

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is

VÍÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Allur arður af þjónustunni rennur til reksturs kirkjugarðanna

Málþing um kynbundið ofbeldi í Mexíkó

arnartomas@frettabladid.is

Íslandsdeild Amnesty International stendur í dag fyrir málþingi í Háskóla Íslands um stöðu kvenna í Mexíkó. Claudia Ashanie Wilson, héraðslögmaður og varaformaður Íslandsdeildar Amnesty International, leiðir málþingið.

„Staða kvenna í Mexíkó er mjög bágborin en þar í landi sæta konur oft árásum, þeim er rænt og þær eru niðurlægðar og myrtar fyrir það eitt að vera konur. Að meðaltali eru tíu konur myrtar á degi hverjum í landinu,“ segir Claudia. „Ofbeldi og morð á konum í Mexíkó eiga sér langa sögu en á síðustu árum hafa þessi grófu brot gegn konum fengið aukna athygli í kjölfar fjölda mótmæla gegn ofbeldi á konum á vegum kvenréttindahreyfinga í landinu.“

Claudia segir segir að í skýrslu Amnesty International, sem deild samtakanna í Mexíkó gaf út í september 2021 og nefnist Justice on Trial, komi fram að á síðasta ári voru 3.723 morð á konum skráð en yfirvöld láta undir höfuð leggja að rannsaka morðin nægilega vel, ýmist er vettvangur



Claudia Ashanie Wilson, héraðslögmaður og varaformaður Íslandsdeildar Amnesty International, leiðir málþingið.

glæpsins ekki skoðaður nægilega vel eða sönnunargögnum er ekki safnað saman með tilhlýðilegum hætti og þau hreinlega tynast vegna hirðuleysis yfirvalda.

Sérstakir gestir málþingsins eru Wendy Andrea Galarza, feministi og baráttukona, og Edith Olivares Ferreto, fram-

kvæmdastjóri Amnesty International í Mexíkó.

„Wendy Galarza, sem er baráttukona fyrir réttlátara samfélagi í heimalandi sínu, tók þátt í einum slíkum mótmælum þann 9. nóvember 2020 í Cancún og týndi næstum lífi,“ segir Claudia. „Þegar hópur mótmælenda hóf að toga niður og brenna vegatálma skaut lögreglan skotum upp í loft, en að sögn sumra skaut hún í átt að mannfjöldanum. Wendy áttaði sig síðar á því að hún væri með skotsár á fótlegg og sköpum. Þeir sem grunaðir eru um að hafa staðið að skotárásinni hafa ekki enn sætt ábyrgð.“

Wendy Galarza segir sögu sína á málþinginu og greinir frá baráttu sinni fyrir réttindum kvenna í Mexíkó. Þá mun Edith Olivares Ferreto greina frá alvarlegum brotum á rétti kvenna til lífs og líkamlegs öryggis í Mexíkó, hvernig það þrífst og hvernig aðgerðasinnar og alþjóðasamfélagið getur gripið til aðgerða til verndar réttindum kvenna og stúlkna í landinu.

Málþingið fer fram í Lögbergi, stofu 101, frá klukkan 12 til 13 og verður einnig aðgengilegt í streymi. ■



Okkar elskulega móðir,
tengdamamma og amma,
Ingrid María Paulsen
er látin.

Birgir Martin Barðason
Heimir Barðason
og fjölskyldur.



Ástkær móðir okkar,
amma og langamma,
Björg Ragnheiður Árnadóttir

verður jarðsungen frá Fríkirkjunni Kefas
miðvikudaginn 1. desember kl. 13.
Hægt verður að nálgast minningarorð
og fleira á www.ornbardur.com

Vegna aðstæðna biðjum við kirkjugesti að taka hraðpróf.
Útförinni verður streymt á www.streyma.is

Sverrir Gaukur Ármannsson
Helga Ragna Ármannsdóttir
Björg Ragnheiður Pálsdóttir
Ármann Jakob Pálsson

Áslaug Guðmundsdóttir
Lúkas Páll og Elías Logi
Jakob Dagur, Arney Helga og Rakel Birta



Okkar ástkæri
Jón Hilmar Björnsson

Kirkjubraut 12, Seltjarnarnesi,

lést þann 23. nóvember.
Útförin fer fram frá Seltjarnarneskirkju
þriðjudaginn 7. desember klukkan 13.

Vegna sóttvarna eru kirkjugestir beðnir um að sýna
neikvætt Covid-hraðpróf við inngöngu, ekki eldra en
48 klst. Heimapróf eru ekki tekin gild.

Kristín Unnur Ásgeirsdóttir
Soffía Ásgeirs Óskarsdóttir
Óskar Ásgeir Óskarsson
Guðmundur Óskarsson
Sigurjón Jónsson
Lilja Sigurgeirsdóttir
Kristín Þorleifsdóttir
afa- og langafabörn.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Elisabet Guðmundsdóttir

lést í faðmi ástvina sunnudaginn
14. nóvember á Hömrum,
hjúkrunarheimili, Mosfellsbæ.
Útförin hefur farið fram.

Guðm. Þorlákur Guðmundsson
Helga Guðmundsdóttir
Bjarni Guðmundsson

Katrín Karlsdóttir
Roman Cakir
Ingibjörg Jóna Jónsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Sigursveinn Hilmar
Þorsteinsson

sjómaður,
Bylgjubýggð 65, Ólafsfirði,

lést í faðmi fjölskyldunnar á gjörgæsludeild SAK,
22. nóvember. Útförin fer fram frá Ólafsfjarðarkirkju
4. desember klukkan 14. Sérstakar þakkir til starfsfólks
gjörgæsludeildar SAK fyrir hlýju og góða umönnun.

Vegna sóttvarna eru kirkjugestir beðnir að sýna neikvætt
Covid-hraðpróf við inngöngu, ekki eldra en 48 klst.
Heimapróf ekki tekin gild. Streymt verður frá útförinni á
<http://youtu.be/dBhh6NNAjr4>

Valgerður Sigurðardóttir
Gunnlaugur Sigursveinsson
Gerður Ellertsdóttir
Þorsteinn Sigursveinsson
Freygerður Sigursveinsdóttir
Hermann Herbertsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og langlangamma,
Ragnheiður H. Ingólfssdóttir
(Didi)

áður til heimilis að
Suðurtúni 21, Álfanesi,

lést miðvikudaginn 17. nóvember á Hrafnistu í Hafnarfirði.
Útförin fór fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.
Ástvinir þakka starfsfólki Hrafnistu fyrir góða umönnun.

Berghildur Gísladóttir
Gísli Ingólfur Gíslason
Axel Gíslason
Sæunn Eiríksdóttir
Kolbrún Jóhannesdóttir
og aðrir ástvinir.



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,
Björg Júlíana Árnadóttir

lést á Líknaardeild Landspítala
fimmtudaginn 25. nóvember.
Útför hennar fer fram frá Víðalínaskirkju
fimmtudaginn 2. desember klukkan 13.00.

Blóm og kransar eru vinsamlegast afþökkuð að ósk
hinnar látnu en þeim sem vildu minnast hennar er bent á
Krabbameinsfélagið og minningarsjóð Líknaardeildar
og heimahlýnningar LSH.

Í ljósi aðstæðna þurfa kirkjugestir að sýna fram á neikvætt
Covid-hraðpróf eða PCR-próf sem er ekki eldra en 48 klst.
við komu í kirkju samkvæmt sóttvarnalögum.

Kristján Ólafsson
Sigrún Hildur Kristjánsdóttir
Ólafur Þór Kristjánsson
Hildur Sólveig Ragnarsdóttir
Aldís Lilja, Jón Kristinn, Kristján Ágúst,
Styrmir, Ragnar Freyr og Gylfi Örn.

 NINTENDO
SWITCH™



JÓLIN VERÐA SKEMMTILEGRI MEÐ
NINTENDO SWITCH
LEIKJATÖLVU



ormsson

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

ORMSSON

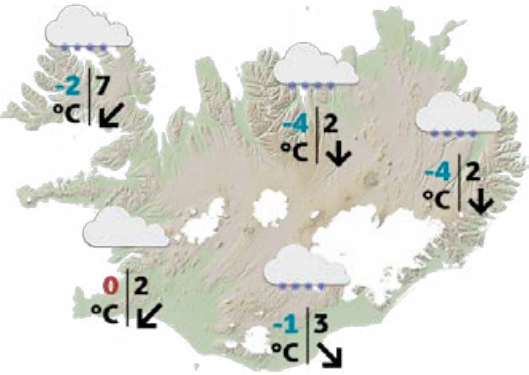
LÁGMÚLA 8 - 530 2800

Skoðaðu úrvalið okkar á
ORMSSON.IS



*SENDUM UM LAND ALLT

Veðurspá Þriðjudagur



N-læg átt 3-10 í dag. Víða él, en stýttir upp að mestu um landið sunnanvert í kvöld. Frost 0 til 9 stig, mildast syðst. ■

Skák Gunnar Björnsson



Krossgáta

- LÁRÉTT**

 - 1 sperðill
 - 5 tillaga
 - 6 átt
 - 8 fyrirlestur
 - 10 tveir eins
 - 11 skilaboð
 - 12 spilda
 - 13 keppni
 - 15 reiknirit
 - 17 kauða
- LÓÐRÉTT**

 - 1 rugla
 - 2 hlekkir
 - 3 súld
 - 4 samtíða
 - 7 dvöl
 - 9 dálitlu
 - 12 æsa
 - 14 krap
 - 16 íþróttafélag

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

LÁRÉTT: 1 bjúga, 5 ráð, 6 ný, 8 erindi, 10 nu, 11 koma, 9 nokkur, 12 síga, 14 elg, 16 ír.
LÓÐRÉTT: 1 brensla, 2 járn, 3 úti, 4 andrá, 7 víð-
orð, 12 skák, 13 leik, 15 algjör, 17 gaura.

Magnús Carlsen (2.855) átti leik Ian Nepomniachtchi (2.782) í annarri skák heimsmeistaraeinvígis þeirra á laugardaginn.

20. Hb1? Heimsmeistarinn ofmat möguleikana. Betra var 20. Be3. 20...Rbxc1 21. Hbxc1 Rxc1 22. Hxc1 Hab8 23. Hd1 Ba8. Mikil baráttuskák sem lauk með jafntefli eftir 48 leiki. Þriðju skákinni lauk einnig með jafntefli. Staðan er því 1½-1½. Fjórða skákin fer fram í dag. www.skak.is: Heimsmeistaraeinvígið. ■

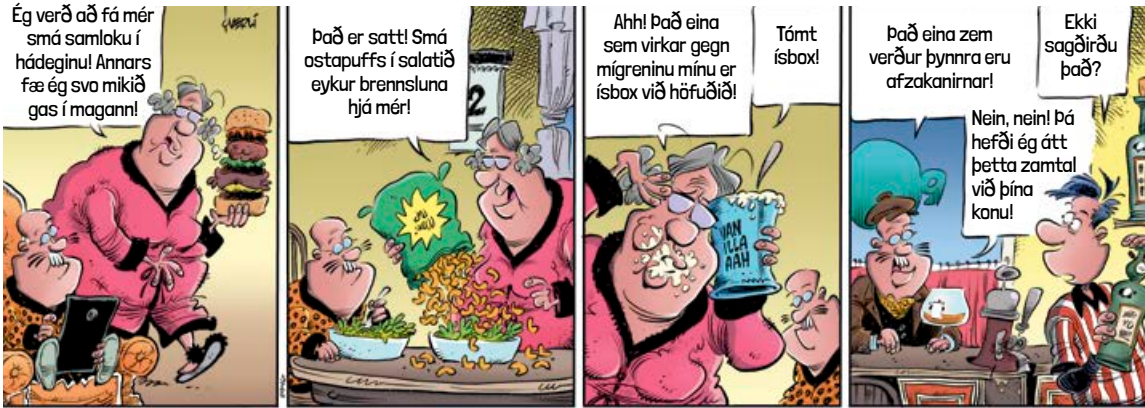
Sudoku

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

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

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

Pondus



Gelgjan



Barnalán



LISTAVERK

Fróðleiksnáma um sögu Reykjavíkur, höfuðborgar allra landsmanna. Bók fyrir alla fjölskylduna!

„Reykjavík barnanna er stór og vegleg bók sem tekur sig alvarlega og stendur fyllilega undir því.“

BRYNHILDUR BJÖRNSDÓTTIR / FRÉTTABLAÐIÐ

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | www.forlagid.is

Opið 10-19 alla daga til jóla

Höldum í gamlar hefðir, skötuveizluna heim!

Fiskibíllinn í samvinnu við Djúpið fiskvinnslu á Granda verður á ferðinni í desember með allt það sem þarf í hina fullkomnu skötuveizlu eins og þær gerast bestar.



Tökum skötupantanir fyrir einstaklinga, fyrirtæki, mötuneyti og félagasamtök.

Hægt er að leggja inn pöntun á panta@djupidfiskvinnsla.is og í síma 419 1550



Fyrir utan hina rómuð skötu, unna á gamaldags hátt af Djúpinu þá er Fiskibíllinn með hamsa, saltfisk og fleira girnilegt úr Djúpinu.

Fylgist með því FISKIBÍLLINN er á ferðinni!

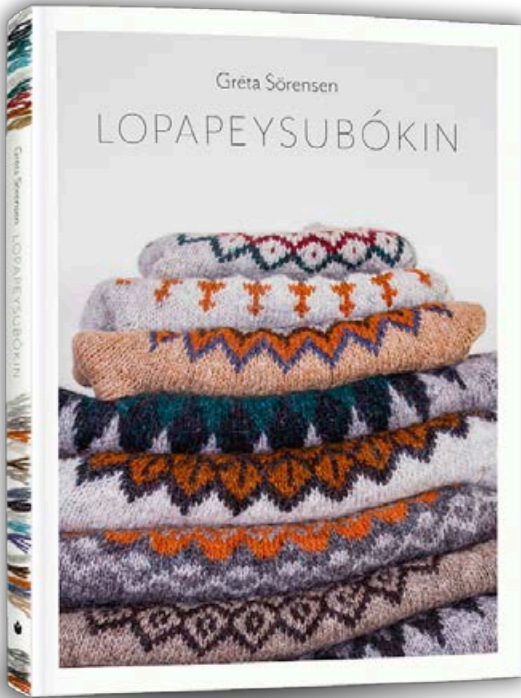


Djúpið
FISKVINNSLA





VILTU PRJÓNA?



Hér kennir **Gréta Sörensen**, höfundur *Prjónabíblíunnar*, öll helstu handtökin við lopapeysuprjón og miðlar fróðleik um hráefni og litasamsetningar.

Bókin hentar jafn vel fyrir byrjendur og vana prjónara sem vilja skapa sínar eigin lopapeysuútfærslur.



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | www.forlagid.is
Opið 10-19 alla daga til jóla

DAGSKRÁ

30. nóvember 2021 ÞRIÐJUDAGUR

Þriðjudagur

Hringbraut

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

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heima-leikfimi**
- 13.10 Kastljós**
- 13.25 Menningin**
- 13.30 Útsvar 2007-2008** Akureyri - Kópavogur.
- 14.20 Brautryðjendur** Ragnhildur Helgadóttir.
- 14.50 Opnun** Hrafnhildur Arnardóttir og Ingólfur Arnarsson.
- 15.30 Ella kannar Suður-Ítalíu**
- 16.00 Menningin - samantekt**
- 16.20 Bækur og staðir**
- 16.30 HM stofan** Upphitun fyrir leik Kypur og Íslands í undankeppni HM kvenna í fótbolta.
- 16.50 Kypur - Ísland** Bein útsending frá leik í undankeppni HM kvenna í fótbolta.
- 18.45 HM stofan** Uppgjör á leik Kypur og Íslands í undankeppni HM kvenna í fótbolta.
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.30 Veður**
- 19.35 Kastljós** Ítarleg umfjöllun um það sem er efst á baugi í fréttum og mannlífi. Farið er ofan í kjölinn á stærstu fréttamálum dagsins.
- 19.50 Menningin**
- 20.05 Kveikur** Þáttur í anda klassískra fréttaskýringaþátta með áherslu á rannsóknarblaðamennsku sem sendur er út hálfsmánaðarlega.
- 20.40 Á móti straumnum - Allir hafa séð Ronju nakta** Tvær þáttir um Danskir þættir um ungt fólk sem á það sameiginlegt að standa frammi fyrir erfiðleikum í lífi sínu og þurfa að finna leið til að kljást við þá.
- 21.10 Frelsið Friheden**
- 22.00 Tiufréttir**
- 22.15 Veður**
- 22.20 Bláa linan** Den tunna blá linjen Sænskir lögregluþættir sem gerast í Malmö. Fylgst er með sex lögreglumönnum í vinnu og einkalífi í fjölmenningsamfélagi borgarinnar. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
- 23.20 Victor Hugo, óvinur ríkisins** Victor Hugo, ennemi d'État
- 00.10 Dagskrárlök**

Stöð 2 Golf

- 06.00 DP World Tour** Útsending frá Joburg Open.
- 11.00 DP World Tour** Útsending frá Joburg Open.
- 16.00 DP World Tour** Útsending frá Joburg Open.
- 20.30 DP World Tour** Útsending frá Joburg Open.

Sjónvarp Símans

- 12.30 Dr. Phil**
- 13.15 The Late Late Show**
- 14.00 Survivor**
- 14.45 A.P. BIO**
- 16.50 The King of Queens**
- 17.10 Everybody Loves Raymond**
- 17.35 Dr. Phil**
- 18.20 The Late Late Show**
- 19.05 The Moodys**
- 20.10 A Million Little Things**
- 21.00 FBI. Most Wanted**
- 21.50 The Good Fight**
- 22.35 Paradise Lost**
- 23.25 The Late Late Show**
- 00.10 Dexter**
- 01.00 New Amsterdam**
- 01.45 The Bay** Bresk sakamála-sería af bestu gerð. Lögreglukonan Lisa Armstrong hefur átt erfitt uppdráttar innan lögreglunnar en fær tækifæri til að sanna sig við rannsókn erfiðu á morðmáli.
- 02.35 Interrogation** Mögnuð þáttaröð sem byggð er á sannri sögu. Ungur maður er sakaður um morðið á móður sinni og er hver þáttur byggður á yfirheyrslu þar sem efnið er sótt beint í lögregluskýrslur.
- 03.20 Tónlist**

RÚV Rás eitt

- 06.45 Morgunbæn og orð dagsins**
- 06.50 Morgunvaktin**
- 07.00 Fréttir**
- 07.30 Fréttayfirlit**
- 08.00 Morgunfréttir**
- 08.30 Fréttayfirlit**
- 09.00 Fréttir**
- 09.05 Segðu mér**
- 09.45 Morgunleikfimi**
- 10.00 Fréttir**
- 10.03 Veðurfregnir**
- 10.13 Á reki með KK**
- 11.00 Fréttir**
- 11.03 Mannlegi þátturinn**
- 12.00 Fréttir**
- 12.03 Hádegjöld Fyrri og seinni hluti**
- 12.20 Hádegisfréttir**
- 12.42 Hádegjöld**
- 13.00 Dánarfregnir**
- 13.02 Samfélagið**
- 14.00 Fréttir**
- 14.03 Lofthelgin**
- 15.00 Fréttir**
- 15.03 Frjálsar hendur**
- 16.00 Siðdegisfréttir**
- 16.05 Viðsjá**
- 17.00 Fréttir**
- 17.03 Lestin**
- 18.00 Spegillinn**
- 18.30 Krakkakastið** Á ferð og flugi um Portúgal
- 18.50 Veðurfregnir**
- 18.53 Dánarfregnir**
- 19.00 Endurómur úr Evrópu**
- 20.35 Mannlegi þátturinn**
- 21.40 Kvöldsgagan. Í verum, seinna bindi** (15 af 32)
- 22.00 Fréttir**
- 22.05 Veðurfregnir**
- 22.10 Samfélagið**
- 23.05 Lestin**

Stöð 2 Bíó

- 11.15 The Children Act**
- 13.00 Scooby-Doo! and the Curse of the 13th Ghost**
- 14.20 Kindergarten Cop**
- 16.05 The Children Act**
- 17.50 Scooby-Doo! and the Curse of the 13th Ghost**
- 19.10 Kindergarten Cop**
- 21.00 The Wedding Year**
- 22.25 Wild Rose**
- 00.05 The Book of Love**
- 01.50 The Wedding Year**

Stöð 2

- 07.55 Heimsókn**
- 08.15 The Mentalist**
- 09.00 Bold and the Beautiful**
- 09.25 Gossip Girl**
- 10.05 Jamie's Quick and Easy Food**
- 10.30 Matargleði** Evu
- 10.55 NCIS**
- 11.40 Friends**
- 12.00 Friends**
- 12.35 Nágrannar**
- 12.55 The Office**
- 13.15 Suits**
- 14.00 Amazing Grace**
- 14.40 Cherish the Day** Rómantísk og áhrifamikil þáttaröð þar sem fylgst er með einu pari yfir fimm ára skeið en hver þáttur fjallar um ákveðin tímamót í lífi þeirra.
- 15.25 Katy Keene**
- 16.05 Punky Brewster**
- 16.30 The Masked Dancer**
- 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 Shark Tank**
- 19.55 Masterchef USA**
- 20.35 The Goldbergs**
- 21.00 Agent Hamilton**
- 21.45 SurrealEstate**
- 22.35 Insecure**
- 23.05 The Wire**
- 00.05 Coroner**
- 00.50 Grey's Anatomy**
- 01.35 Insecure**
- 02.05 The Mentalist**
- 02.45 Jamie's Quick and Easy Food**
- 03.10 Friends**
- 03.30 Friends**

Stöð 2 Sport

- 07.50 Seinni bylgjan**
- 09.05 Víkingur - HK** Útsending frá leik í Olís-deild karla.
- 10.30 Seinni bylgjan - karla**
- 12.05 Bökkur Edvardsson** Henry Birgir Gunnarsson sest niður með áhrifamestu íþróttaföringjum landsins síðustu áratugi og fer yfir litríkan feril þeirra.
- 12.55 Stjarnan - Fram** Útsending frá leik í Olís-deild kvenna.
- 14.15 Seinni bylgjan**
- 15.15 Víkingur - HK**
- 16.40 Seinni bylgjan - karla**
- 18.15 Njarðvík - Breiðablik** Útsending frá leik í Subway-deild karla.
- 20.00 Íslandsmót félagsliða í pílukasti** Bein útsending frá úrslitaleik Íslandsmóts félagsliða í pílukasti. Þar eiga við Pílufélag Grindavíkur og Pílukastfélag Reykjavíkur.
- 22.00 Víkingur - HK**
- 23.25 Seinni bylgjan**

Stöð 2 Sport 2

- 06.55 Fréttapáttur Meistaradeildarinnar**
- 07.20 Derby - QPR**
- 09.00 Football League Show**
- 09.25 Lokomotiv Moskva - Lazio**
- 11.05 Leverkusen - Celtic**
- 12.45 Fréttapáttur Meistaradeildarinnar**
- 13.10 Derby - QPR**
- 14.50 Football League Show**
- 15.15 Leikur** Útsending frá leik í NFL.
- 17.35 Leikur** Útsending frá leik í NFL.
- 20.00 Lokasóknin**
- 20.55 LA Clippers - Golden State Warriors**
- 22.35 Rangers - Sparta Prag**
- 00.15 Lokasóknin**

Sæktu Samkaupa-appið
og nýttu þér frábær
tilboð í desember

Jóla afsláttur

1 50% af öllu íslensku konfektí	2 40% af 4-pakka Coca Cola	3 40% af Mackintosh	4 30% af öllum bókum	5 40% af kaffi		
6 50% af Toblerone	7 40% af Appelsíni, Pepsi og Pepsi Max	8 50% af mörgun- korni	9 40% af snyrti- vörum og gjafa- settum	10 50% af leik- föngum	11 50% af jóla- skrauti	12 50% af pipar- kökum og jóla- smákökum
13 50% af jóla- dósum	14 50% af Coop vörum	15 50% af klem- entínium	16 50% af laufa- brauði	17 50% af eplum	18 40% af ham- borgar- hrygg	19 40% af humri
20 40% af hangi- kjöti	21 40% af heilum kalkún	22 50% af ís og íssósum	23 50% af Paté, reyktum og gröfn- um fisk	24 50% af jóla- nammi	14491 kr. Inngengi	

Afslátturinn birtist
sem inneign í appinu.
Gildir í 65 verslunum.

SÆKTU
APPIÐ
og byrjaðu
að spara



nettó

Iceland

KJÖRBÚÐIN

Krambúðin



samkaup
VERSLUN VIÐ HENDINA

■ Sérfræðingurinn

Ógnvaldurinn
Lrrr frá Omicron

Halldór Auðar Svansson
varapingmaður Pirata
Nafn nýjasta afbrigðis Covid-19 er samkvæmt hefðinni sótt í gríska stafrófið

en hefur einnig þann skemmtilega vinkil, ef svo má að orði komast um slíka óværu, að það má tengja við hina bráðskemmtilegu teiknimyndapætti Futurama.

„Þessi afbrigði heita náttúrulega eftir gríska stafrófinu sem er aðferð til að reyna að gera heitin á þeim hlutlaus, frekar en að nefna þau til dæmis eftir stöðum þar sem þau finnast.

Það er samt óhjákvæmilegt að það komi alls konar tengingar út frá þessu. Delta þýðir til dæmis oftast breyting á einhverju í stærðfræði og það afbrigði var heldur betur breyting á forsendunum sem við höldum að ættu við um Covid.

Svo er manni eiginlega öllum lokið þegar næsta afbrigði heitir eftir heimaplánetu eins skæðasta óvinar mannkyns í Futurama, átvagsins Lrrr frá plánetunni Omicron Persei 8. Ekki hægt að taka því öðruvísi en skilaboðum um að þetta versni bara og versni.

Reyndar er omikron líka fimmtándi stafur gríska stafrófsins en delta bara sá fjórði þannig að það er verið að fara frekar hratt í gegnum þetta stafróf og greinilega mikið af afbrigðum að þróast.

Bara svona til að benda á enn eitt alveg hreint „frábært“ sem þessi stafur er að segja okkur þá er þí næsti stafur á eftir og ég ætla eiginlega að vona að það afbrigði komi aldrei af því það væru alveg klárlega skilaboð um að Covid sé óendanlegt, eins og stærðfræðifastinn þí.“ ■



Hljómi Covid-afbrigðið Omikron kunnuglega er það mögulega vegna Futurama og Omicron Persei 8 hvaðan skrimslíð Lrrr kemur.



Lady Gaga og Adam Driver á tókustað House of Gucci.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

Ásakanir um
græðgi og Gaga
sem Gorbatsjev

Ridley Scott fer heldur frjállega með átakasögu Gucci-fjölskyldunnar, að mati sumra, í The House of Gucci. Leikstjórinn og framleiðendur myndarinnar standa enda í deilum við meðlimi fjölskyldunnar sem hið þekktu tiskuhús er kennt við.

ninarichter@frettabladid.is

The House of Gucci verður frumsýnd á Íslandi á föstudaginn en óhætt er að segja að hún hafi víða vakið umtal og deilur frá frumsýningu í Bandaríkjunum 24. nóvember.

Flestir kannast líklega við ítalska tiskuhúsið Gucci. Í poppmennigunni er Gucci orðið eins konar samheiti yfir glamúr og gæði, tilvísanir í popptextum eru endalausar, rapparinn Gucci Mane kennir sig við merkið og sjálf fína-kryddþían, Victoria Beckham, hampaði tiskuhúsinu í hástert á hátindi tónlistarferilsins og kynnti merkið fyrir nýrri kynslóð.

Orðið sjálf: Gucci, er í dag slangur yfir það sem þykir flott. Þannig má segja að Gucci þurfi líklega hvorki á auglýsingunni að halda, né kæri sig um hana, líkt og komið hefur í ljós.

Fyrir lesendur sem ekkert vilja vita um söguþráð myndarinnar kemur hér höskuldarviðvörðun. En í myndinni er ævisaga Patriziu Reggiani, eiginkonu Maurizio Gucci, erfingja Gucci-veldisins, rakín. Hjónin lifðu hátt og bærust á, en skildu árið 1991 og Maurizio hóf samband við aðra konu og seldi hlut sinn í Gucci. Skömmu síðar var hann ráðinn af dögum og var Patrizia í kjölfarið sökuð um að hafa þar átt hlut að máli.

Gucci-fjölskyldan ósátt

Handritið byggir á bók bandaríska höfundarins Söru Gay Forden frá árinu 2000 en hún starfaði þá sem tiskublaðamaður og var búsett í Milánó meðan á málaferlum stóð. Hún hafði tekið viðtöl við hjónin og þekkti málið vel, en var að auki stódd í Milánó daginn sem Maur-



Patrizia Reggiani í varðhaldi vegna morðsins á Maurizio Gucci.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

izio var myrtur. Við vinnslu bókarinnar ræddi Forden við rúmlega 100 manns sem þekktu hjónin, í því skyni að fá sem nákvæmasta mynd af atvikum. Forden starfaði sem handritsráðgjafi við vinnslu myndarinnar.

Gucci-fjölskyldan hefur verið harðorð í garð leikstjórans og sakað hann um að notfæra sér ímynd og sögu fjölskyldunnar í gróðaskyni. Hinn 83 ára gamli Ridley Scott svaraði fyrir sig jafnharðan, sagðist lítið gefa fyrir þær ásakanir og bað fólk að hafa í huga að Maurizio hefði verið myrtur á meðan annar fjölskyldumeðlimur fór í fangelsi fyrir skattalagabrot, og því þýddi



Gucci er í dag slangur yfir það sem þykir flott.

Lítið fyrir þau að kvarta yfir gróðabraski. Að um leið og fólk fremdi slíka glæpi yrði saga þess opinber gögn.

Lady Gaga eins og Gorbatsjev

Leikhópur myndarinnar hefur vakið mikla athygli, en það er ameríska söngdívann Stefani Germanotta, betur þekkt sem Lady Gaga, sem fer með aðalhlutverkið. Eins og glöggir poppunendur vita þá er söngkonan af ítölskum ættum. Nokkuð hefur verið rætt um hreiminn sem hún notar í myndinni. Fabio Vassallo hjá ítalska ríkisjónvarpinu fullyrðir því til stuðnings að hún hljómi eins og Sovétleiðtoginn fyrrverandi Mikhail Gorbatsjev, en í ítölskum eyrum þykir hreimurinn svipa til þess rússneska.

Adam Driver og Jared Leto leika önnur aðalhlutverk, en ljósmyndir af hinum síðarnefnda í gervi Paolo Gucci hafa farið eins og eldur í sinu um netheima, en leikarinn er nánast óþekktanlegur. Þá fara Salma Hayek, Al Pacino og Jeremy Irons einnig með hlutverk í myndinni. ■

Chelsea skorar í pólitíkinni

odduraevar@frettabladid.is

Formaður Chelsea-klúbbsins á Íslandi viðurkennir að það sé ansi gott að vera stuðningsmaður klúbbsins þessa dagana, enda Chelsea á toppi deildarinnar og einn úr þeirra röðum, Willum Þór Þórsson, orðinn heilbrigðisráðherra.

Klúbburinn hefur sent frá sér sérstaka tilkynningu þar sem Willum, sem er leikrýnir klúbbsins, eru færðar árnaðaróskir í tilefni af skipan hans í embætti heilbrigðisráðherra.

Karl Henrik Hillers, formaður klúbbsins, segir stuðningsfólk Chelsea hæstánægt með innáskiptinguna og segir þau óska Willum vel farnaðar í starfi, þegnum landsins til góðs.

„Við treystum honum til að skila þessu hlutverki með sóma rétt eins og hlutverki sínu sem leikrýnir,“



Willum Þór, leikrýnir Chelsea-klúbbsins og nú heilbrigðisráðherra, við skyldustörf á klúbbfundi.

MYND/CHelsea
KLÚBBURINN

segir Karl. Willum hefur mætt í rúm tuttugu ár á aðalfund klúbbsins þar sem horft er á Chelsea-leik í beinni.

„Og fyrir leik, í leikhléi og eftir leik fer hann í gegnum liðsskipan og kerfi og rýnir í andstæðinginn og úrslitin,“ segir Karl.

Hann viðurkennir að það sé ansi

gott að vera Chelsea-maður þessa dagana með Chelsea á toppnum og Willum í brúnni.

„Gengið er gott og svo er bara að vona að liðið haldi dampi og að við sleppum við meiðsli og þá hef ég trú á því að við löndum titli eða titlum áður en tímabilið er allt.“ ■

CYBER MONDAY

10% afsláttur af dýnum og tveir Sleepy Original kóddar í kaupbæti



Okkar besta tilboð framlengt í 24-tíma!

Sleepy

sleepy.is - Ármúli 17 - sími: 620 7200

Desembersprengja



af næstum
öllum vörum til
19. desember

RAMMASAMNINGUR VÍÐ
RÍKISKAUP

Hirzlan
SKRIFSTOFUHÚSGÖGN

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

www.hirzlan.is

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



Notalegur Nóvember

lýkur í dag



RICHMOND Borðstofuborð.
Olíuborinn eikarspónn og gegnheil eik.
220 x 95 x 76,2 cm. 129.990 kr.

Nú 103.992 kr.



BROOKE Borðstofustóll. Ýmsir litir. 21.990 kr.

Nú 17.592 kr.

20%



LUTON Borðstofustóll. Ýmsir litir. 17.990 kr.

Nú 13.493 kr.

25%



UMBRIA

Tungusófi með hægri tungu. 245 x 163 x 78 cm.
219.990 kr.

Nú 153.993 kr.



PARIS

Hægindastóll.
Ýmsir litir. 59.990 kr.

Nú 47.992 kr.

20%

www.husgagnahollin.is

VEFVERSLUN

*Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Tilboð gilda í nóvember, eða á meðan birgðir endast.



**HÚSGAGNA
HÖLLIN**

www.husgagnahollin.is

Sími: 558 1100

Skugga-Sveinn tekinn föstum boxhanskatökum

Árni Beinteinn, Vilhjálmur Bragason, Þórdís Björk og Björgvin Franz æfa nú á fullu fyrir Skugga-Svein hjá Leikfélagi Akureyrar og eru byrjuð að stunda hnefaleika til þess að búa sig sem best undir komandi átök við Jón Gnarr í hlutverki útilegu-mannsins goðsagnakennda.

toti@frettabladid.is

Æfingar á Skugga-Sveini eru í fullum gangi hjá Leikfélagi Akureyrar en verkið verður frumsýnt 14. janúar. Jón Gnarr verður þar í aðalhlutverki útilegu-mannsins Skugga-Sveins en leikararnir Vilhjálmur Bragason, Þórdís Björk Þorfinnsdóttir, Árni Beinteinn og Björgvin Franz láta einnig svo hressilega að sér kveða að ætlast er til þess að þau séu í sínu besta líkamlega formi.

„Við þurfum að vera í svolítið góðu formi, sko,“ segir Þórdís Björk. „Leikstjórinn setti þá kröfu á okkur að við myndum nú aðeins koma okkur í gott form fyrir átökin þannig að við erum að mæta í ræktina tvisvar á dag,“ segir Þórdís og bætir aðspurð við að um átakasýningu sé að ræða.

„Þetta er náttúrulega Skugga-Sveinn og það er verið að leika útilegu-menn, fólk sem býr á fjöllum og er öllu vant, þannig að við þurfum bara að setja okkur svolítið í þau spor.“

Hvað nýtilkomnar hnefaleika-æfingar varðar vísar Þórdís síðan allri ábyrgð á Björgvin Franz. „Þetta er eiginlega Björgvin Franz að kenna. Hann dró okkur eiginlega í þetta box og við höfum nú bara gaman af.“

Útrás í hringnum

„Þetta er allt mér að kenna. Ég fékk þessa biluðu hugmynd,“ segir Björgvin Franz hlējandi. „En þau eru miklu duglegri en ég. Þau fara í ræktina einu sinni til tvisvar á dag fyrir utan þetta box. Ég lét mér alveg bara nægja að fara í jóga og svo þetta. Ég er orðinn svo gamall og kominn af léttasta skeiði ólíkt börnunum sem ég er með,“ heldur Björgvin áfram og hlær.

„Ég hef aldrei verið í eins góðu formi af því box er eitthvað það erfiðasta sem ég hef allavegana gert. Það er ekki það að ég þrái svo mikið að fara að kyla einhvern í



Árni, Vilhjálmur, Þórdís Björk og Björgvin Franz nota tímann vel fyrir norðan og eru klár í slaginn við Jón Gnarr í hlutverki Skugga-Sveins.

MYND/LA



„Þannig að við sáum okkur bara leik á borði. Svo er þetta líka bara gaman og mikil stemning. Gott hópefli að vera alltaf að djöflast saman. Nema náttúrulega þegar við mætumst í hringnum, þá er fjandinn laus,“ segir Þórdís og hlær.

Boxað við helvítin

Persónur Þórdísar og Björgvins, Ásta og Lárensíus sýslumaður, eru bæði mjög áfram um að hafa hendur í hári Skugga-Sveins og gefa ekkert eftir frekar en leikararnir í hringnum.

„Ég leik hana Ástu sem er alveg grjóthörð og vill verða sýslumaður. Það tíðkaðist kannski ekki á þessum tíma að kona myndi vilja sækja í svoleiðis starf en hún reynir að synda á móti straumnum. Hún er svolitill nagli og vill drepa útilegu-mennina og svona. Þá passar hrika-lega vel að hún sé bara svolítið að boxa þarna við helvítin.“

Björgvin bendir á að í hans hlutverki sé búið að sameina tvær persónur, fyrrnefndan Lárensíus og Sigurð í Dal. „Þeir áttu báðir sameiginlegt að vilja klófesta Skugga-Svein þannig að ég er að reyna að klófesta Jón Gnarr út allt leikritið.“

Björgvin bætir hlējandi við að þau hafi heldur ekki enn náð Jóni í hringinn en það muni koma að því. „Við drögum hann einhvern tímann.“ ■

hringnum en það er eitthvað bara við hreyfinguna og þessa útrás og svo er þetta svo mikil samþæfing.

Gott hópefli

Síðan er bara gott að hafa eitthvað fyrir stafni herna fyrir norðan af því að hér erum við náttúrulega fjarri fjölskyldu og öllu. Þannig að það er bara gott að halda sér uppteknum,“ segir Björgvin og Þórdís tekur undir.

„Við erum náttúrulega þrjú af fjórum sem búum í Reykjavík þannig að við höfum svo sem ekki mikið annað að gera herna heldur en að mæta í ræktina og svo vera að vinna,“ segir hún og hlær.

Filmar stjórnmálafólk í sínu fínasta

oddurævar@frettabladid.is

Einar Árnason, tókumaður Stöðvar 2, segist alltaf mæta í sínu fínasta þússi þegar hann mætir fyrir hönd stöðvarinnar á Bessastaði.

„Fyrir hverju á maður að bera virðingu fyrir ef ekki lýðræðinu? Það er ekki sjálfsagt!“ Athygli vakti hversu vel til hafður Einar var á Bessastöðum þegar ný ríkisstjórn kom saman í fyrsta sinn.

„Ég er bara kurteis og vel upp alinn MR-ingur og þykir þetta bara sjálfsagt.“

Á mynd sem Eypór Árnason, ljósmyndari Fréttablaðsins, tók af Kristjáni Þór Júlíussyni yfirgefa Bessastaði má sjá glitta í Einar í bakgrunni og glæsileg þverslaufa hans í íslenskum fánalitum er vel sýnileg.



„Vonandi er maður ekki að brjóta nein fánalög,“ segir Einar hlējandi en hann hefur verið tókumaður um marga ára skeið. „En ég held hún sé í lagi.“ Hann segir tókumenn Stöðvar 2 við öllu búa þegar kemur að fataskiptum.

„Af og til ertu sendur í jarðarför og þá ferðu bara í svartan jakka og setur á þig bindi. Það er bara virðingarvottur og ekkert annað en sjálfsagt. Maður mætir ekki eins og draugur ef það hæfir ekki tilefninu.“ ■

Einar Árnason var spari-klæddur þegar hann myndaði Kristján Þór Júlíusson yfirgefa Bessastaði.

FRÉTTABLAÐIÐ/
EYÞÓR

AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðaf Bjarnason guðaf@torg.is, **ALMENNAR AUGLÝSINGAR:** SÍMI 550 5050: Auður Hünfjörð audur@frettabladid.is, Hjördis Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@frettabladid.is, Reynir Elís Þorvaldsson reynir@frettabladid.is, Örn Geirsson orn@frettabladid.is, **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078:** Arnar Magnússon 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

Jólafrumsýning á stórsýningu!

Elena Ferrante

FRAMÚRSKARANDI VINKONA

Þjóð
leik
húsið

Gjafa
kort

Gefðu þeim sem
þér þykir vænt um
ítalska leikhúsveislu



Tilboð I

Framúrskarandi tilboð

Gjafakort fyrir 2 á sýninguna
og veisluplatti.

Fyrir sýningu eða í hléi

Veisluplatti með
ítölskum kræsingum

13.900 kr.

Tilboð II

Ítölsk leikhúsveisla

Gjafakort fyrir 2 á sýninguna
og ítölsk matarupplifun.

Fyrir sýningu

Ljúffeng basiltómatsúpa
með nýbökuðu brauði
og pestó.

Fyrri hlé

Veisluplatti með
ítölskum kræsingum

Seinna hlé

Sætir bitar

19.900 kr.

leikhusid.is

Bakþankar

Kristbjargar
Þórisdóttur

Hugað að líðan

Það er síðla kvölds, ég er að bursta tennurnar og fæ bakþanka um líðan landsmanna. Full eftirvæntingar yfir að skrifa pistilinn sest ég fyrir framan tölvuna en hvað gerist þá? Tölvun er batterislaus. Alveg dæmigert! Ég ákvað að kannski væri tölvun hreinlega að minna mig á mikilvæga staðreynd. Ef við hlöðum ekki rafhlöðuna þá verðum við batterislaus og komumst ekkert áfram. Ekki frekar en blessuð tölvun.

Viða í samfélaginu hefur mætt alveg gríðarlega á fólki undanfarin misseri, hvort sem um er að ræða í starfi eða einkalífi. Við erum að takast á við fordæmalausa tíma eins og oft hefur verið nefnt. Slíkar aðstæður geta ógnað vellíðan okkar og velgengni samfélagsins. Ég hef orðið vör við vaxandi þirring og vanlíðan og heyrð aðra ræða slíkt hið sama. Allir eru orðnir langþreyttir og þirraðir á kófinu. Mörgum líður ekki vel. Hvað getum við gert?

Við þurfum kröftuga viðspyrnu og við högnumst á því að velja okkur viðhorf. Hvar sem er í samfélaginu í stóru sem smáu er tími kominn til að huga að líðan, þinni líðan og líðan náungans. Hvað getur þú gert? Getur þú sýnt sjálfum þér samkennd í amstri dagsins? Getur þú brosað til þess ókunnuga sem þú mætir í búðinni? Getur þú sem vinnuveitandi hugað sérstaklega að líðan starfsmanna þinna og sett þetta viðfangsefni á dagskrá? Við stjórnum ekki þeim áskorunum sem við stöndum frammi fyrir en við stjórnum viðbrögðum okkar.

Pössum upp á hvert annað, fyllum á rafhlöðuna okkar og hugum alveg sérstaklega að líðan á næstunni. Þá komumst við á endanum í gegnum kófið og komumst áfram, sterkari en áður. ■

SVARTUR SAUÐUR
25% af léttum dúnjökkum

Emma/Erik
Léttur dúnjakki
Nú kr. 11.993.-
Kr. 15.990.-

ICEWEAR
ICELAND

★ GERIÐ GÆÐA & VERÐSAMANBURÐ ★

FULLKOMIN
ÞÆGINDI
um jólinBODYPRINT
Reverie
Sleep well. Tonight. Live better tomorrow.

STILLANLEG HJÓNARÚM

MEÐ BODYPRINT DÝNU
- EIN ALLRA BESTA HEILSUDÝNA Í HEIMI

Verð frá kr. 539.900.-

RÚMFÖT
Í ÚRVALIÍ SVÖRTU
KÖSSUNUM

Fallegar jólagjafir FRÁ SVEFN & HEILSU



Einstakar ullarsængur & koddar



Dúnsængur & koddar



Fallegir náttloppar



Vönduð handklæði

Svefn & heilsa



Allt fyrir góðan svefn og betri heilsu



BALDURSNESS 6 - AKUREYRI



VERSLUN & OUTLET - LISTHÚSIÐ - REYKJAVÍK

LISTHÚSINU LAUGARDAL s. 581 2233
BALDURSNESSI 6, AKUREYRI s. 461 1150

OPIÐ virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga frá kl. 12-16

UMBOÐSAÐILAR Húsgagnaval, Höfn í Hornafirði
og Bara snilld, Egilsstöðum | svefnogheilsa.isUM FJÓRÐUNGUR LANDS-
MANNA SEFUR Á DÝNU
FRÁ SVEFN & HEILSU*
*Samkvæmt könnun frá Gallup.

GHENT

FYLDS
The Belgian BedHANDGERÐ HEILSURÚM
- FYRIR ÞÁ ALLRA KRÖFUHÖRÐUSTUDURANCE
JÓLAILMUR
2021PANDORA
HÆGINDASTÓLARHLEÐSLUSTÓLL MEÐ
3 MÓTORUM

Verð frá kr. 249.900

FALLEG
HÖNNUN OG
ÞÆGINDI