Sóttvarðar jólaskemmtanir

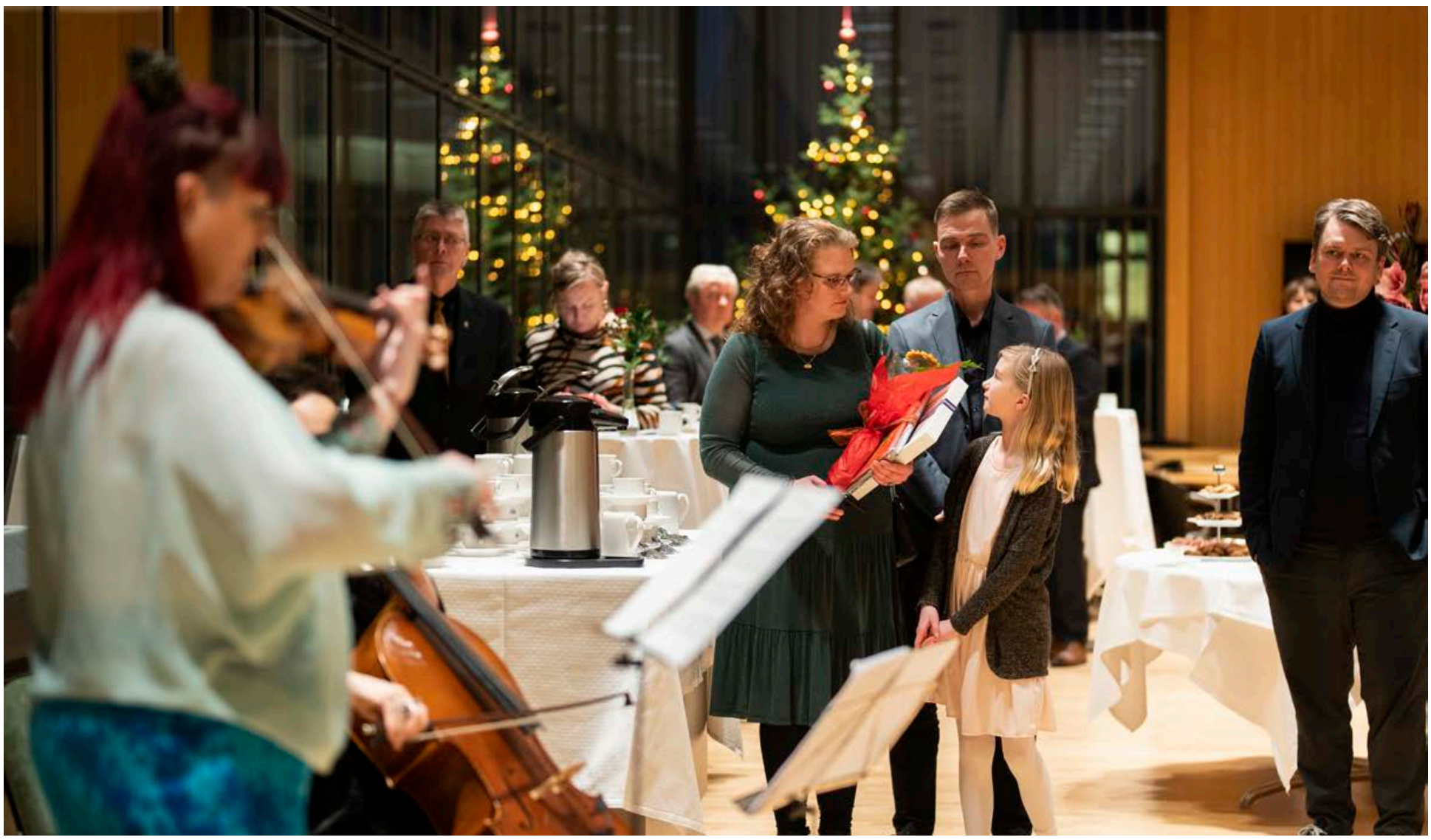
Lífið ➤ 24

Þriðja fyndnust í Skotlandi

Lífið ➤ 26

FRÉTTABLAÐIÐ

246. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR frettabladid.is MIÐVIKUDAGUR 15. DESEMBER 2021



Hafdís Laufey Ómarsdóttir, nemandi við Grunnskólann á Hellu, hlaut fyrstu verðlaun í ljóða- og teiknisamkeppninni Andvari unga fólksins sem skrifstofa Alþingis efndi til í haust. Tilefnið var 150 ára afmæli Hins íslenska þjóðvinafélags sem gefur árlega út tímaritið Andvara og Almanak Hins íslenska þjóðvinafélags. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Nær öllu Sjálfstæðisfólki líst vel á ríkisstjórnina

Kjósendur Sjálfstæðisflokksins eru langánægðastir allra með nýja ríkisstjórn. Velþóknun á stjórninni er meiri meðal þeirra eldri og tekjuhærri og á landsbyggðinni.

adalheidur@frettabladid.is

STJÓRNMÁL Innan við helmingi landsmanna líst vel á nýja ríkisstjórn Sjálfstæðisflokks, Framsóknarflokks og Vinstri grænna, ef marka má nýja könnun Prósents. Aðeins sextán prósentum lýst mjög vel á hina nýju stjórn og 23 prósentum frekar vel. Nítján prósentum líst hins vegar mjög illa á hana og sextán prósentum frekar illa. Nítján prósentum aðspurðra líst hvorki vel né illa á stjórnina.

Yfirgnæfandi meirihluta þeirra sem kusu Sjálfstæðisflokkinn í síðustu kosningum líst vel á nýju stjórnina, eða 87 prósentum. Af þeim sem kusu Framsóknarflokkinn líst 68 prósentum vel á stjórnina en aðeins rúmlega helmingi þeirra sem kusu Vinstri græn, eða 53 prósentum.

Af kjósendum stjórnarflokkanna er mest andstaða við stjórnina meðal kjósenda Vinstri grænna en 22 prósentum þeirra líst illa á stjórnina. Nánast engin óánægja mælist meðal kjósenda Sjálfstæðisflokksins, eða um það bil 2 prósent.

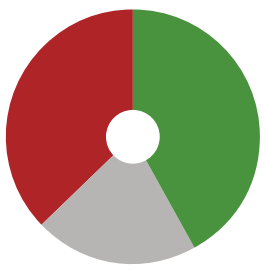
Eðli málsins samkvæmt mælist stjórnin fremur illa fyrir meðal kjósenda þeirra flokka sem eru í stjórnarandstöðu. Þó líst tæpum fjórðungi kjósenda Viðreisnar vel á stjórnina og 27 prósentum kjósenda Miðflokksins. Aðeins 7 prósentum kjósenda Pírata líst vel á hana og 9 prósentum kjósenda Samfylkingarinnar.

Athygli vekur að velþóknun á hinni nýju stjórn er langminnst meðal yngstu kynslóðarinnar og þeirra sem minnstar tekjur hafa en eykst jafnt og þétt með hækkandi aldri og tekjum.

Ríkisstjórnin er mun vinsælli á landsbyggðinni en á höfuðborgarsvæðinu. Tæpum helmingi þátttakenda sem búa á landsbyggðinni líst vel á nýju stjórnina, eða 47 prósentum. Velþóknun á henni er rétt innan við 40 prósent meðal íbúa höfuðborgarsvæðisins.

Könnun Prósents var framkvæmd 1. til 10. desember. Um netkönnun var að ræða meðal könnunarhóps Prósents. Úrtakið var 2.300 einstaklingar á aldrinum átján ára og eldri. Svarendur voru 1.134 eða 49,3 prósent. ■

Hversu líst þér á núverandi ríkisstjórnarsamstarf?



Vel	42%
Hvorki né	21%
Illa	37%

Guðmundur Felix eftir aðgerðina.

Guðmundur Felix aflýsir vinnustofu

gar@frettabladid.is

FÓLK Guðmundur Felix Grétarsson hefur slegið af vinnustofu sína Innri styrk sem átti að halda í Reykjavík milli jóla og nýárs. Guðmundur sem gekkst undir tvöfalda handaágræðslu 14. janúar á þessu ári boðaði „óþægilega, skemmtilega og fræðandi“ vinnustofu þar sem meðal annars yrði settur fókus á sjálfsþekkingu.

> Seldir miðar verða endurgreiddir á næstu dögum.

„Vegna óvissu í Covid-málum og samkomutakmarkana hef ég ákveðið að aflýsa eða fresta fyrirhugaðri vinnustofu um óákveðinn tíma. Seldir miðar verða endurgreiddir á næstu dögum,“ segir Guðmundur Felix. ■

Litla saklausa jólabarr

Þótt jólatré eigi alla jafna skammlífa heimilisvist er mikilvægt að velja þau af kostgæfni enda eru þau undirstaða jólaandans. Fyrstu heimildir um jólatré á Íslandi eru frá um miðja 19. öld en það var ekki fyrr en upp úr 1970 sem grenitré úr innlendri skógrækt fóru að koma á markaðinn. Á undanförnum áratugum hafa gervitré sótt í sig veðrið svo mögulegt er að grenitréð verði einn daginn barr síns tíma. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Talið best miðað við aðstæður að tveir stjórnendur færu í tímabundið leyfi

adalheidur@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA Tveir stjórnendur hjá Innheimtustofnun sveitarfélaga voru sendir í tímabundið leyfi frá störfum í gær. Þetta ákvað ný stjórn sem skipuð var yfir stofnunina í gær en á mánudag óskaði fyrri stjórn eftir því að fá að stíga til hliðar.

Í tilkynningu frá nýrri stjórn er vísað til yfirstandandi úttektar Ríkisendurskoðunar á verkefnum stofnunarinnar, sem framkvæmd er í tilefni af yfirfærslu verkefna frá stofnuninni til ríkisins. Í byrjun þessa mánaðar upplýsti Ríkisendurskoðun samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið um að svör innheimtustofnunar við úttektarspurningum væru óviðunandi.

„Við mátum það svo, þessi nýja stjórn, að miðað við aðstæður og

> Ríkisendurskoðun hefur kvartað undan óviðunandi svörum.

þær upplýsingar sem við höfum að það væri best að þeir yrðu sendir í leyfi á meðan við náum yfirsýn yfir reksturinn og starfsemina,“ segir Aldís Hilmarsdóttir nýr formaður stjórnar stofnunarinnar.

Aldís svarar því ekki hvort grunur sé um saknæma háttsemi umræddra stjórnenda, ný stjórn hafi ekki ekki enn fengið yfirsýn. Fyrstu verkefni hennar verði að tryggja starfsemina og að Ríkisendurskoðun fái þau gögn og þær upplýsingar sem hún óski eftir. ■

Fleiri feður í fæðingarorlofi

Fæðingar hafa ekki verið fleiri en nú á einu ári frá árinu 2010. Gert er ráð fyrir aukalegum milljarði til Fæðingarorlofssjóðs í fjáraukalögum 2021, bæði vegna fjölda fæðinga og vegna þess að fleiri feður nýta orlofsrétt sinn, auk þess sem þeir nýta hann fyrr.

lovisa@frettabladid.is

SAMFÉLAG Margt bendir til þess að breytingar á fæðingarorlofslöggjöf síðustu þrjú ár hafi orðið til þess að fleiri feður nýti fæðingarorlof sitt.

Í fjáraukalagafrumvarpi fjármála- og efnahagsráðherra er tillaga um að auka fjárheimild til Fæðingarorlofssjóðs um 940 milljónir króna vegna þess að greiðslur úr sjóðnum muni fara talsvert fram úr þeirri fjárheimild sem sett var fram í fjárlögum.

Þrjár ástæður eru fyrir því. Útgjöld vegna fæðingarárs 2019 eru meiri en gert var ráð fyrir sem stafar af því að hærra hlutfall feðra tekur orlof á síðari hluta orlofstímabilsins en raunin hefur verið fæðingarárin á undan. Í öðru lagi taka 6.832 feður fleiri orlofsdaga á fyrstu þremur til sex mánuðum vegna barna sem fædd eru 2020 og 2021, en orlofið var lengt um einn mánuð árið 2020 og tvo mánuði 2021. Í þriðja lagi stefnir í að fæðingarárið 2021 verði hið stærsta síðan 2010 hvað varðar fjölda fæðinga.

„Það er búið að vera heilmikil aukning og aukið álag á þessu ári. Kannski eitthvað umfram það sem væntingar stóðu til en það eru jákvæð teikn sem eru að eiga sér stað. Ég veit ekki hvað maður má leyfa sér að vona um áhrif nýju lagasetningarinnar en það eru vísbendingar sem gefa til kynna að þetta sé að takast nokkuð vel,“ segir Leó Þorleifsson, forstöðumaður Fæðingarorlofssjóðs.

Hann segir að um sé að ræða þrjú stór skref sem eigi þátt í þessum

Það stefnir í að tíu ára fæðingamet verði slegið í ár. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

> Þetta er gott skref í jafnréttisátt og mjög gott fyrir börnin.

Leó Þorleifsson, forstöðumaður Fæðingarorlofssjóðs

breytingum en hið fyrsta var tekið um áramótin 2019 þegar hámarksgreiðslur hækkuðu í 600 þúsund, svo um áramótin 2020 lengdist fæðingarorlofið í tíu mánuði og svo var síðasta skrefið tekið síðustu áramót þegar fæðingarorlofið var lengt í tólf mánuði og skipt jafnt á milli beggja foreldra, þó með leyfi til að framselja sex vikur til maka eða hins foreldris.

Samkvæmt upplýsingum frá Huldu Hjartardóttur, yfirlækni fæðingarþjónustu á Landspítalanum, munu fæðingar á þessu ári verða um 4.600 en samkvæmt Fæðingarskrá hafa þær ekki verið fleiri frá árinu 2010 þegar þær voru 4.834.

Aðspurður hvort þessar breytingar verði ekki að teljast gleðiefni segir Leó svo vera.

„Jú, fyrstu vísbendingar eru allavega í þá áttina að fæðingarorlofstaka feðra sé að aukast og það sé betri nýting. Þetta er gott skref í jafnréttisátt og mjög gott fyrir börnin,“ segir hann.

Spurður hver séu næstu skrefin í þessum málum segir Leó það mikilvægt að hámarksgreiðslurnar haldi áfram að hækka í samræmi við launaþróun.

„Næsta stóra skref kerfisins í heild er að skoða hvernig er hægt að brúa bilið á milli fæðingarorlofs og leikskóla. Að ná að loka því gati.“ ■

ÞÚ VERÐUR AÐ PRÓFA

BMW X1 M-Sport PHEV.
Verð: 7.980.000 kr.

Nýr, fjórhjóladrifinn BMW X1 Plug-in Hybrid færir þér einstaka og umhverfisvænni akstursánægju sem gerir hverja ferð að spennandi ævintýri.

4 ÁRA ÁBYRGÐ

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

ENNEMM / SÍA / NMO08707

Guðmundur Arnar segir að líklega hafi tölvuglæpamenn uppgötvað veikleikann fyrir löngu síðan.

Vaxandi fjöldi skannar veikleika hér á landi

elinhirst@frettabladid.is

NETÖRYGGI „Engin tölvuárás hefur verið tilkynnt hér á landi vegna þessa veikleika, en við sjáum að mjög margir eru að skanna eftir þessum veikleikum, væntanlega í annarlegum tilgangi, og fer sá fjöldi vaxandi," segir Guðmundur Arnar Sigmundsson, sviðsstjóri hjá netöryggissveit CERT-IS.

> Við sjáum að mjög margir eru að skanna eftir þessum veikleikum.

Sem kunnugt er hefur Ríkislögreglustjóri lýst yfir óvissustigi almannavarna vegna þess sem kallað hefur verið Log4j-veikleikinn í Aptche-hugbúnaði, sem mörg fyrirtæki og stofnanir hér á landi nota.

„Slæmu fréttirnar eru þær að líklega hafa tölvuglæpamenn uppgötvað þennan veikleika fyrir löngu og eru þegar búnir að búa sér til bakdyr inn í mikilvæg tölvukerfi og þá dugir ekki uppfærslan ein og sér. Þá gætu tölvuglæpamenn nýtt sér veikleikann einhvern tímann seinna þegar menn eru ekki lengur á varðbergi.

Því er mikilvægast á þessari stundu að koma í veg fyrir það," segir Friðrik Skúlason tölvuöryggisfræðingur. Guðmundur Arnar tekur undir orð Friðriks og að nú taki við tímabil þar sem menn verði að fylgjast sérstaklega vel með tölvukerfum og hvort vísbendingar séu um frekari spillikóða. ■

Hlutdeildarlán fyrir tvo og hálfan milljarð

bth@frettabladid.is

HÚSNÆÐISMÁL Alls hafa 294 fengið greidd út hlutdeildarlán síðan stjórnarfrumvarp Ásmundar Inga Daðasonar ráðherra varð að lögum fyrir rúmu ári. Heildarfjárhæð lánanna er 2.438 milljónir króna, samkvæmt svari Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar við fyrirspurn Fréttablaðsins.

Hlutdeildarlánin eru úrræði til fasteignakaupa sem ætlað er eignalitlum og tekjulágum. Kaupandi leggur fram 5 prósent sjálfur af kaupverði í útborgun og tekur húsnæðislán fyrir 75 prósentum kaupverðs. Húsnæðis- og mannvirkjastofnun veitir svo hlutdeildarlán fyrir allt að 20 prósentum kaupverðs.

Engir vextir eða afborganir eru af hlutdeildarláni. Lántaki endurgreiðir lánið þegar hann selur eignina eða við lok lánstíma. Hlutdeildarlánið er veitt til tíu ára en heimilt er að framlengja lánstímann um fimm ár í senn, mest til 25 ára alls. Hlutdeildarlánið fylgir verðbreytingu

Skilyrði fyrir hlutdeildarlánum á höfuðborgarsvæðinu er að fjárfest sé í nýju húsnæði.

eignarinnar og hækkar því og lækkar í samræmi við það.

Lánin eru hugsuð sem úrræði fyrir þá sem þurfa aðstoð við að komast inn á fasteignamarkaðinn. Einkum fyrstu kaupendur og þá sem ekki hafa átt fasteign síðastliðin fimm ár og eru undir tilteknum tekjumörkum.

Tilefni frumvarpsins var að ríkisstjórnin setti það sem eitt af markmiðum í sáttmála um stjórnarsamstarfið að bæta stöðu ungra og tekjulágra á húsnæðismarkaði. ■

Húsnæðisskortur muni vara næstu árin

Þær íbúðir sem eru í byggingu duga skammt til að anna eftirspurn á komandi árum. Meðal ástæðna fyrir vandanum eru lóðaskortur, lánaskortur, lítil heildarsýn sveitarfélaga og hár byggingarkostnaður.

kristinnhaukur@frettabladid.is

HÚSNÆÐISMÁL Skortur á fjölbreyttum lóðum, ört vaxandi eftirspurn, lítil heildarsýn sveitarfélaga og tímabundin lánsframboðskrísa eru meðal þess sem hefur stuðlað að þeim mikla húsnæðisskorti sem nú er samkvæmt aðalhagfræðingi Samtaka iðnaðarins. Skipulagsfræðingur bendir á viðvarandi hækkun húsbyggingarkostnaðar frá stríðsárunum.

„Við heyrum það frá okkar félagsmönnum að lóðamálin eru flöskuháls. Okkur hefur fundist sveitarfélögin ansi svifasein að bregðast við ábendingum okkar um það," segir Ingólfur Bender, aðalhagfræðingur Samtaka iðnaðarins.

Samkvæmt nýjustu lóðatalningu samtakanna, sem nær til yfir 90 prósenta landsins, er gert ráð fyrir að 1.646 íbúðir fari á markað á næsta ári og 1.764 árið 2023. Þetta er langt undir því sem þarf til þess að húsnæðismarkaðurinn sé í jafnvægi, um 3.500 íbúðir. „Ef ekkert verður að gert mun þetta ástand halda áfram næstu árin," segir Ingólfur.

Samtökin byrjuðu að merkja samdrátt á fyrstu byggingarstigum í talningu sinni fyrir tveimur árum. Framboðið hefur ekki náð að halda í við eftirspurnina sem hefur aukist vegna lækkandi vaxta, aukins kaupmáttar og fólksfjölgunar, einkum á suðvesturhorninu.

Verkalýðshreyfingin hefur kallað eftir „nýju Breiðholti", stóru hverfi með viðráðanlegu húsnæði. Sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu hafa hins vegar að miklu leyti litið til þéttingar núverandi hverfa.

Á Seltjarnarnesi er aðeins ein íbúð í byggingu. MYND/AÐSEND

Gestur Ólafsson, arkitekt og skipulagsfræðingur

„Gallinn við þéttingu byggðar í núverandi ástandi er að hún tekur lengri tíma og er dýrari en að opna ný hverfi. Þegar markaðurinn er að kalla eftir byggingarreitum strax er ekki endilega heppilegt að fara í erfiða þéttingarreiti," segir Ingólfur. Þá séu sveitarfélögin of mörg og hafi litla heildarsýn í skipulagi. Það sé þó mjög til bóta að skipulagsmálin verði færð undir einn hatt í nýju innviðaráðuneyti.

Staðan er misgóð hjá sveitarfélögum til stækkunar og Ingólfur segir sum misdugleg að sinna þessu. Á öllu Seltjarnarnesi er aðeins ein íbúð í byggingu. Hafnarfjörður er eina sveitarfélagið á höfuðborgarsvæðinu þar sem íbúðum í byggingu er að fjölga en fjöldi þeirra er enn þá mjög lítill, aðeins 237 íbúðir, á meðan 490 eru í byggingu í Garðabæ, 646 í Kópavogi og 1.898 í Reykjavík.

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri hefur sagt húsnæðisskortinn fyrst og fremst skýrast af lánsfjárskorti fyrir tveimur árum síðan. Ingólfur segir verktaka innan raða samtakanna hafa kvartað undan því að bankarnir hafi krafist aukins eiginfjárframlags. „Við kvörtuðum yfir þessu og það var tekið rausnarlega á, bæði af hálfu bankanna og Seðlabankans sem fór í aðgerðir til að liðka fyrir lánaframboði," segir hann.

Gestur Ólafsson, fyrrverandi forstöðumaður Skipulagsstofu höfuðborgarsvæðisins, segir vandann djúpstæðan og ná langt aftur. Segir hann ekki skipta höfuðmáli hvort uppbygging sé á þéttingarreitum eða í nýjum hverfum. „Við þurfum fyrst og fremst að skaffa fólki góð og sólrík íbúðarhús þar sem er gott að ala upp krakka og með nóg af grænu umhverfi," segir hann.

Stóri vandinn sé kostnaður við byggingu hvers húss og vísar hann til rannsókna verkfræðingsins Stefáns Ingólfssonar frá árinu 1992. Í þeim kom fram að allar götur frá árinu 1940 hefði byggingarkostnaður aukist um 1,3 prósent árlega umfram aðrar verðhækkanir, þrátt fyrir allar tækniframfarir. „Hvernig misstum við þetta úr höndunum á okkur?" spyr Gestur sem kom að tilraun fyrir rúmum áratug á Eyrarbakka við að byggja húsnæði með ódýrari hætti, svokallað nýjungahús.

Ástæðan fyrir því að Eyrarbakki varð fyrir valinu var að lóð fyrir einbýlishús á höfuðborgarsvæðinu, með öllum gjöldum, kostaði 20 milljónir. Gestur segir þennan kostnað galinn í jafn stóru landi og Ísland er. Kostnaðurinn sé mun lægri í nágrannalöndunum.

„Það er ekki vilji meðal ráðamanna, hvorki þeirra sem stýra fjárfestingum né sveitarstjórnarmanna, til að breyta þessu. Fjárfestingarfélögin vilja halda uppi fasteignaverði og sveitarfélögin vilja innheimta gjöld," segir Gestur. ■

SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT ÍSLANDS

6. & 7. & 8. JAN.

NÝÁRSTÓNLEIKAR 2022

VÍNARTÓNLEIKAR

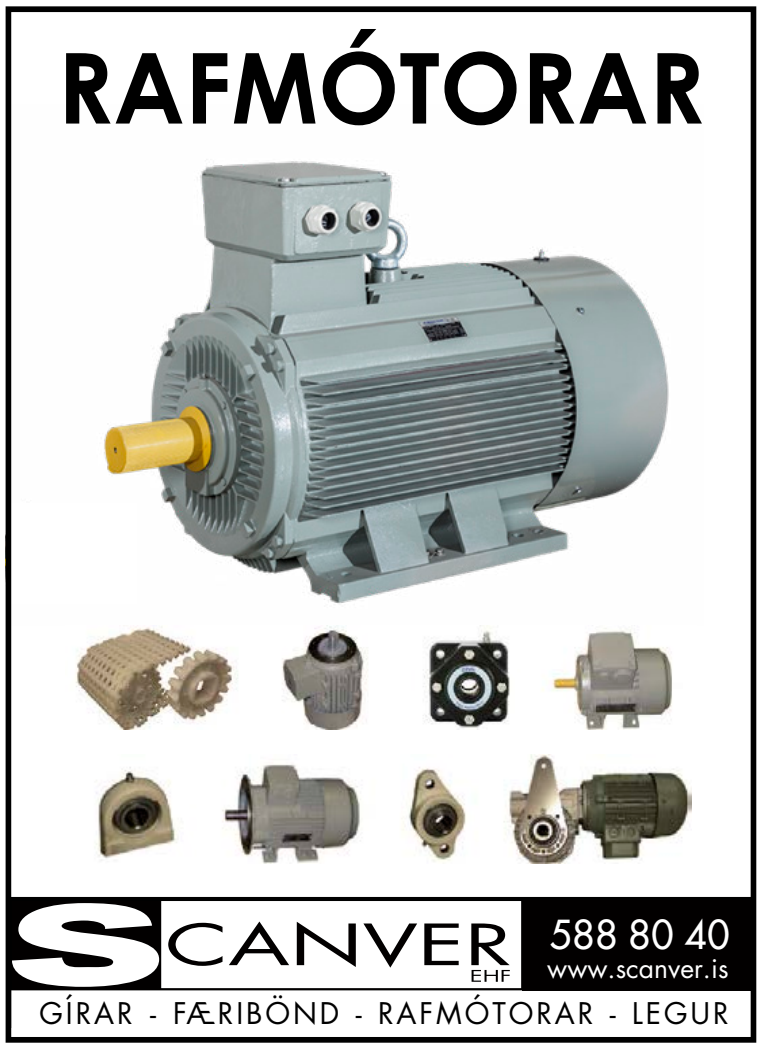
Vínartónleikar Sinfóníuhljómsveitar Íslands í Eldborg eru ómissandi upphaf á nýju ári. Einsöngvararnir Herdís Anna og Elmar Gilbertsson koma fram með hljómsveitinni undir stjórn austurríska hljómsveitarstjórans David Danzmayr. Valsar og polkar, gleði og glæsileiki setja tóninn fyrir nýtt ár!

Fáið ykkur sæti á sinfonia.is eða í miðasölu Hörpu.

KONTOR REYKJAVÍK

Miðasala
sinfonia.is

Sími
528 5050



Skrítið kerfi þar sem tíunda hvert barn er haft á lyfjum

Framkvæmdastjóri Geðhjálpar segir fækkun rýma á geðsviði Landspítalans endurspegla vanda í öllu geðheilbrigðiskerfinu. Hann segir meðferðina of lyfjamiðaða og kallar eftir að tekin verði upp önnur hugmyndafræði.

gar@frettabladid.is

Grímur Atlason, framkvæmdastjóri Geðhjálpar, segir störf við geðhjúkrun illa launuð og ekki eftirsótt. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

HEILBRIGÐISMÁL „Lokun deildarinnar er aðeins ein birtingarmynd þess vanda sem er í öllu kerfinu," segir Grímur Atlason, framkvæmdastjóri Geðhjálpar, um lokun á tíu legurýmum af eitt hundrað hjá geðsviði Landspítalans um áramót.

Grímur kveður Geðhjálp hafa fyrst fengið vitneskju um málið í lok nóvember. Félagið hafi þá sent heilbrigðisráðherra og forsvarsmanni geðsviðs bréf og fulltrúar félagsins síðan verið boðnir á fund þar sem þeir hafi farið yfir ábendingar sínar.

Við breytingarnar verður sérhæfðri endurhæfingardeild á Kleppi lokað og hún flutt á Hringbraut. Þar segir Grímur að tekið sé á málum ungs fólks með geðrofsvanda og fíknivanda.

„Mönnunarvandi og starfsmannaveltan er gríðarleg. Það helgast bara af því að vinnuumhverfið er auðvitað ekkert sérstaklega aðlaðandi og hefur ekki verið svo árum skiptir. Þetta er illa borgað og þangað leita fáir. Faglega vill fólk í raun ekki vinna mikið við þetta," segir Grímur. Húsakosturinn sé ekki góður og aðbúnaður á deildunum slæmur.

„Það er lítil framþróun í þessum málaflokki og hann hefur verið undirfjármagnaður um árabil. En jafnvel þótt Landspítalinn myndi fá 500 milljónir myndi hann ekki geta leyst vandann á þessari deild því það vantar hjúkrunarmenntað fólk," segir Grímur sem kveður Geðhjálp hafa bent Landspítalanum á að kannski ætti að breyta hugmyndafræðinni og ráða fleiri svokallaða notendafulltrúa. „Það myndi breyta andrúmsloftinu en hefur ekki náð eyrum þeirra."

Grímur segir að þótt húsakosturinn á Kleppi sé úr sér genginn sé umhverfið þar þó skárra en við geðdeildarbygginguna á Hringbraut. „Garðurinn er ekki kræsilegur, byggingarnar sjálfar einfaldlega mistök og umhverfið allt frekar niðurdrepandi, því miður," segir hann.

Að sögn Gríms er áríðandi þegar sjúkrarúmum er fækkað að efla samfélagsgeðþjónustuna. „Þetta er

> Jafnvel þótt Landspítalinn myndi fá 500 milljónir myndi hann ekki geta leyst vandann á þessari deild því það vantar hjúkrunarmenntað fólk.

svo stór mynd sem þarf að horfa á," segir hann. Hugmyndafræði meðferðarinnar þurfi að endurskoða.

„Við höfum gagnrýnt hana mjög fyrir að vera mjög lyfjamiðuð í stað þess að hugsa um aðra þætti. Við höfum bent á lyfjalausar deildir eins og er í Noregi og fleira sem er ekki til hér," segir Grímur. Samfélagið í heild þurfi að opna augun.

„Við þurfum öll að setja þetta í forgang. Það er ekki fyrr en við lendum sjálf í þessari stöðu að við áttum okkur á því hvað þetta er lítilfjörlegt, hvað þetta er erfitt, hvað þjónustan er lítil og hvað hún er einhæf og lyfjamiðuð," segir Grímur. Hann undirstrikar að allt bendi til þess að geðheilsu Íslendinga fari hrakandi.

„Kvíða- og þunglyndislyfjanotkun stúlkna á aldrinum tíu til sautján ára er komin í 11,7 prósent. Og hjá drengjum er notkun á ADHD-lyfjum komin í 15 til 16 prósent. Stelpur eru að nálgast tíu prósent. Vissulega hjálpa lyf mörgum en það er eitthvað skrítið við kerfi sem þarf að lyfja einn tíunda hluta barna sinna," segir framkvæmdastjóri Geðhjálpar. ■

Sjálfstætt starfandi í menningu fækkaði um nítján prósent

tsh@frettabladid.is

ATVINNUMÁL Sjálfstætt starfandi fólki í listum og menningu fækkaði um 19 prósent á milli 2019 og 2020. Þeim sem störfuðu bæði sjálfstætt og sem launþegar fækkaði um 25 prósent á sama tíma. Þetta kemur fram í niðurstöðum nýrrar vinnumarkaðsrannsóknar Hagstofu Íslands.

Erling Jóhannesson, forseti Bandalags íslenskra listamanna (BÍL), segir tölurnar staðfesta það sem listamenn hafi ítrekað frá upphafi heimsfaraldursins. „Þetta er náttúrlega alveg í lóðbeinu sambandi við það sem allt okkar umhverfi upplifði á þessu ári," segir hann.

Að sögn Erlings er staða þessa hóps sérstaklega snúin þar sem listamenn og fólk í menningargeiranum vinnur gjarnan við ýmis ólík hlutastörf og sjálfstæð verkefni og er oft ekki fastráðið. „Það er nákvæmlega þessi hópur sem náttúrlega bara

> 30
>
> Lækkun á framlögum til sjálfstæðra leikhópa er 30 prósent milli ára.

brotlenti inni í bjúrókrasíunni og fékk litla sem enga lausn sinna mála."

Hlutfall sjálfstætt starfandi í menningargeiranum hefur verið hærra en í öðrum greinum allt frá upphafi mælinga. Hlutfallið hækkaði úr 19 prósentum í tæp 28 prósent 2017-2019 en féll svo niður í 23,6 prósent 2020. Til samanburðar var hlutfall sjálfstætt starfandi í öðrum greinum rúmlega 10 prósent 2017-2020.

Konum í menningargeiranum fækkaði talsvert á milli 2019 og 2020 hvort sem þær voru launþegar, sjálfstætt starfandi eða bæði. Alls fækkaði þeim um tæp 17 prósent en karlmönnum fjölgaði um 9,7 prósent. Tölurnar voru sérstaklega háar hjá konum sem starfa bæði sem launþegar og sjálfstætt eða 63,6 prósent.

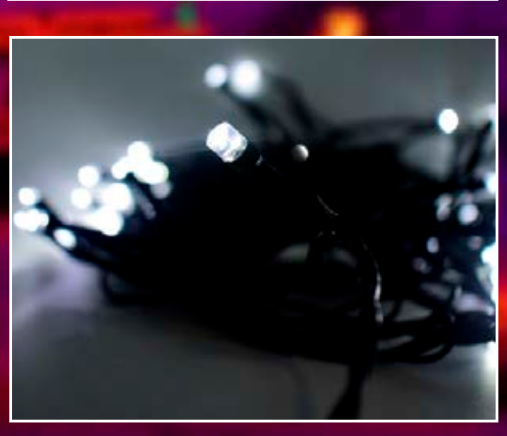
Erling segir aðildarfélög BÍL síður en svo vera sátt við fjármálaáætlun nýrrar ríkisstjórnar en meðal þess sem hefur verið gagnrýnt er að framlög til sjálfstæðra leikhópa lækka um 42,5 milljónir, eða rúm 30 prósent, á milli ára. Þetta skýrist af því að sá stuðningur sem ríkið lagði í listir og menningu vegna áhrifa Covid hefur nú verið tálgaður aftur niður í fyrri tölur.

„Við erum að berjast fyrir því að menn átti sig á því að ástandið er ekkert búið. Við erum enn þá að troða marvaðann í sama ástandinu. Það er nú okkar helsta baráttumál að fá þá sjóði aftur upp svo allavega fólk geti búið eitthvað til, samið tónlist, gert myndlist," segir Erling. ■

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Gleðilegar jólaseríur úti & inni

40% AFSLÁTTUR



Mikið úrval af rakavörðum fjöltengjum IP44
Verð frá kr. 1.865

Framlengingarsnúrur
2-25 metra. Verð frá kr
995

Kapalkefli 10 metrar
3.955

Kapalkefli 15 metrar
5.895
25 metrar
kr. 7.995
50 metrar
kr. 11.995

Kapalkefli, rakavarið
IP44 25 metrar
9.995

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

SENDUM UM LAND ALLT!
www.murbudin.is

MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!

Skoðun

Helgi Vífill Júlíusson

Nýtt fólk í borgina

Það veit ekki á gott að fara fyrir vörumerki sem höfðar einkum til þeirra sem eldri eru. Hægt og rólega fækkar viðskiptavinum eða kjósendum. Morgunblaðið glímir við þennan vanda. Sjálfstæðisflokkurinn í Reykjavík verður að gæta sín hvað þetta varðar og hleypa að sjónarmiðum yngra fólks – sem þó er jafnvel á fimmtugsaldri. Annars er voðinn vís.

Það er kynslóðamunur í viðhorfum til skipulagsmála. Almennt er yngra fólk hlynntara fjölbreyttari samgöngumátum og þéttingu byggðar á meðan hinir eldri líta á einkabílinn sem eina raunhæfa valkostinn og horfa því til æ dreifðari borgar.

Reykjavík byggðist að miklu leyti upp þegar ríkjandi hugmyndafræði í borgarskipulagi í heiminum var að bíllinn væri þarfasti þjónninn. Nú hefur reynslan sýnt að rík áhersla á einkabílinn skapar umferðarteppur og dregur úr mannlífi í borgum. Þétting byggðar gerir það að verkum að verslun og þjónusta getur þrifist innan hverfa og að fólk getur gengið leiðar sinnar, hjólað, skotist á rafskútum eða tekið strætó í meira mæli – sem er mun hagkvæmara – en það dregur sömuleiðis úr umferðarhnútum.

Skipulag borga skiptir miklu máli og kemur inn á stórt sem smátt. Borgaryfirvöld í Eindhoven í Hollandi lögðu til dæmis ríka áherslu á koma upp hjólastígum til að laða að frumkvöðla og starfsfólk til nýsköpunarfyrirtækja í takt við tíðarandann. Eitt mikilvægasta verkefnið sem Ísland stendur frammi fyrir er að efla hugvitsdrifinn iðnað. Liður í því er að skapa borg sem erlendir sérfræðingar vilja búa í. Öflugt skólakerfi er einnig nauðsynlegt til að ná árangri í alþjóðlegri samkeppni á þeim vettvangi og því dapurlegt að borgin hafi ekki sýnt meiri metnað á því sviði.

Uppstillingarnefnd Sjálfstæðisflokksins fórst ekki vel úr hendi að raða upp á lista fyrir síðustu kosningar. Horfur eru á að það verði umtalsverð uppstokkun á meðal borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins í prófkjöri á nýju ári. Allavega eiga nýir frambærilegir frambjóðendur meiri möguleika en oft áður enda þekkir almenningur einungis örfáa fulltrúa flokksins. Flestir hafa haldið sig til hlés og munu eiga erfitt uppdráttar ef þeir leggja störf sín í dóm kjósenda. ■

PLAIO fékk fjármögnun fyrir markaðssókn erlendis frá Frumtaki

Samheitalyfjafyrirtæki eru flest hver að skipuleggja sig í Excel. Mögulegir viðskiptavinir hlaupa á þúsundum.

helgivifill@frettabladid.is

Nýsköpunarfyrirtækið PLAIO, sem þróar hugbúnaðarlausnir fyrir samheitalyfjaiðnað, hefur fengið 300 milljóna króna fjármögnun frá vísisjóðnum Frumtaki. „Við munum nýta fjármagnið til að hefja markaðssókn erlendis," segir Jóhann Guðbjargarson, stofnandi og framkvæmdastjóri fyrirtækisins, í samtali við Markaðinn. „Mögulegir viðskiptavinir hlaupa á þúsundum," bætir hann við.

PLAIO hefur þróað skýjalausn sem aðstoðar samheitalyfjafyrirtæki við að skipuleggja framleiðslu og hráefnisinnkaup en skortur er á slíkum lausnum í dag. Jóhann segir að framleiðsluferill samheitalyfja sé margbrotinn og mikilvægt sé að geta sýnt sveigjanleika. „Við framleiðslu á lyfi þarf að mæla efni, blanda það, útbúa töflur og pakka lyfinu. Ef það kemur ný pöntun þarf að athuga hvort hún komist að í framleiðslu og hvort hráefni sé til á lager. Samheitalyfjafyrirtæki hafa fram að þessu flest hver verið að skipuleggja sig í Excel. Það býður hættunni heim enda auðvelt að gera mistök í Excel og skortur er á yfirsýn. Vefkerfið okkar nýtir gögn sem eru til staðar og býr til myndræna framsetningu af framleiðsluferlinu," segir hann.

PLAIO hefur þróað vöruna í samstarfi við tvö samheitalyfjafyrirtæki; hið íslenska Coripharma og hið alþjóðlega MS Pharma sem er með höfuðstöðvar í Sviss. MS Pharma veltir um 30 milljörðum króna á ári. Jóhann segir að viðskiptavinirnir tveir hafi sparað háar fjárhæðir, aukið yfirsýn og dregið úr sóun við að nýta hugbúnaðinn.

Jóhann segir að horft sé til samheitalyfjafyrirtækja en ekki þeirra sem framleiða frumlyf því samheitalyfjaframleiðendur eru jafnan að framleiða fjölda lyfja í sömu verksmiðjunni en frumheitalyfjaframleiðendur framleiði oft einungis eitt lyf í hverri verksmiðju.

Jóhann stofnaði PLAIO í vor og fékk til liðs við sig Árna Hrannar Haraldsson, framkvæmdastjóra vörustjórnunarsviðs hjá MS Pharma, Eyjólf Inga Ásgeirsson, aðstoðarprófessor við Háskólann í Reykjavík, og Hlyn Stefánsson, dósent við Háskólann í Reykjavík. Unnið hefur verið að þróun hugbúnaðarins í tvö ár.

PLAIO á í samstarfi við Háskólann í Reykjavík um að þróa gervigreind til að aðstoða fyrirtæki við að bæta skipulag sitt við framleiðslu á samheitalyfjum.

Nýta á fjármagnið frá Frumtaki til að bæta við fimm starfsmönnum á næstu mánuðum. Þrír verða ráðnir til að sinna sölu- og markaðsmálum og tveir í þróun. Leit standi yfir að þeim sem leiða muni markaðs- og sölustarfið. „Við erum að byggja upp innviði og móta sölustarfið," segir Jóhann.

Eftir fimm ár er vonast til að starfsmenn verði um það bil 25 og tekjurnar tæplega átta milljónir evra eða rúmlega milljarður króna.

Fyrst um sinn verður einkum horft til að selja til lítilla lyfjafyrirtækja en í kjölfarið verður aukin áhersla lögð á meðalstór fyrirtæki. „Við teljum að það sé auðveldara í upphafi að selja til lítilla fyrirtækja en þeirra sem stærri eru. Stærri fyrirtæki eru svifaseinni í ákvörðunartöku. Það mun hjálpa að hafa sannað þjónustu okkar hjá minni fyrirtækjum áður en selt til stærri fyrirtækja," segir Jóhann. ■

Jóhann segir að PLAIO sé að þjónusta tvö samheitalyfjafyrirtæki. Annað er hið íslenska Coripharma en hitt er MS Pharma í Sviss. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Startup Supvenova gerði gæfumuninn

„Það skipti sköpum fyrir okkur að taka þátt í viðskiptahraðlinum Startup Supernova hjá Icelandic Startups," segir Jóhann. „Mér hafði til dæmis ekki dottið í hug að einskorða mig við lyfjafyrirtæki heldur horfði á framleiðslufyrirtæki í víðu samhengi. Nú höfum við legið yfir hugmyndinni og við fundum fyrir miklum áhuga á henni á lyfjafyrirtækjaráðstefnunni CPhI í Mílanó. Það mun auðvelda okkur að ná árangri að vera sérhæfð," segir hann og hrósar starfsfólki Icelandic Startups, leiðbeinendum, og samvinnu við Coripharma. „Án þeirra væri PLAIO komið mun styttra á veg," segir Jóhann.

Væri áhugavert að fá erlendan fjárfesti

Eftir 12 til 18 mánuði er stefnt á að afla frekara fjármagns til að styðja við vöxt PLAIO. „Við skynjum mikinn áhuga frá íslenskum fjárfestum sem þekkja lyfjageirann. Það væri sömuleiðis áhugavert að fá erlendan fjárfesti að borði sem hefur tengsl við lyfjageirann og gæti því opnað dyr fyrir okkur á alþjóðlegum mörkuðum," segir Jóhann.

> Við erum að byggja upp innviði og móta sölustarfið.

Fjármögnunin muni umbylta stærðfræðinámi

magdalena@frettabladid.is

Menntasprotafélagið Evolytes hefur lokið 70 milljóna króna hlutafjáraukningu, sem leidd var af Nýsköpunarsjóði atvinnulífsins. Evolytes hefur þróað heildstætt námskerfi sem kennir stærðfræði á árangursríkan og skemmtilegan máta í gegnum námsleik fyrir spjaldtölvur, námsbækur og upplýsingakerfi fyrir kennara og foreldra.

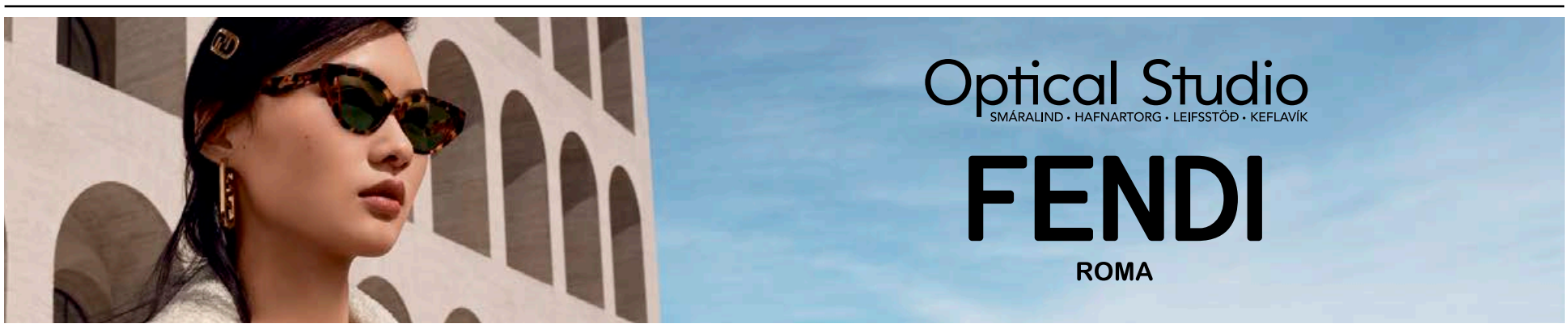
Vörurnar vinna saman sem ein heild í gegnum gagnadrifinn hugbúnað sem les og greinir getu barna í rauntíma og aðlagar námsefnið getustigi þeirra til að hámarka námsárangur.

Hlutafjáraukningin nýtist félaginu við markaðssetningu á Evolytes-námskerfinu á erlendum mörkuðum og hraðar þróun kerfisins.

Námskerfi Evolytes er þróað til að bæta árangur barna í stærðfræði. Á Íslandi er staðan sú að 26 prósent barna geta ekki sýnt fram á hæfilega stærðfræðikunnáttu við lok grunnskólagöngu.

Mathieu Grettir Skúlason, framkvæmdastjóri Evolytes

Mathieu Grettir Skúlason, stofnandi og framkvæmdastjóri Evolytes, segir að fjármögnunin gefi þeim tækifæri til að umbylta stærðfræðinámi barna. „Með því að gera stærðfræðinám skemmtilegt, gagnadrifið og einstaklingsmiðað höfum við aukið námsárangur og bætt viðhorf nemenda til muna." ■



JÓLA-TILBOÐ

á Duke skrifborðsstólum

Fást í svörtu og hvítu
með eða án höfuðpúða

30%
AFSLÁTTUR

VERÐ FRÁ
66.989
m.VSK

Á. GUÐMUNDSSON
STOFNAÐ 1956

www.ag.is
ag@ag.is
510 7300
Bæjarlind 8-10
201 Kópavogur

Vill hvetja konur til að hugsa stórt

Sigrún Guðjónsdóttir, eigandi fyrirtækisins Sigrun GmbH, hefur byggt upp fyrirtæki sem veltir 3 milljónum dollara á ári og hjálpar konum að byggja upp sín eigin fyrirtæki.

magdalena@frettabladid.is

Sigrún Guðjónsdóttir stofnaði sitt eigið fyrirtæki árið 2014 þar sem hún hjálpar öðrum konum að byggja upp þekkingarfyrirtæki á netinu. Í dag veltir fyrirtækið um 3 milljónum dollara á ári og hefur hún hjálpað þúsundum kvenna úti um allan heim að búa til fyrirtæki sem velta milljónum dollara.

„Ég var búin að starfa í mörg ár sem framkvæmdastjóri og byggja upp fyrirtæki áður en ég stofnaði fyrirtækið mitt Sigrun GmbH," segir Sigrún.

„Það sem ég geri er að hjálpa konum að nýta sína þekkingu og menntun til að selja þjónustu á netinu. Þegar ég byrjaði með fyrirtækið var það erfitt. Ég vissi í raun ekki hvað ég var að gera en fékk mér síðan ráðgjafa og þá fór boltinn að rúlla."

Hún bætir við að kúvending hafi orðið hjá fyrirtækinu þegar hún fór að bjóða upp á skalanleg námskeið. „Árið 2017 átti sér stað mikil breyting þegar ég fór að bjóða upp á skalanleg námskeið. Það þýddi að ég gat haft mörg hundruð manns á námskeiði án þess að það kostaði mig einhvern auka tíma. Það tók mig fjögur ár að ná því markmiði sem margar konur sem vinna með mér stefna að, sem er að ná milljón dollurum í tekjur á einu ári. Síðan þá hafa tekjurnar vaxið frá 1,5 milljónum dollara árið 2018, í 2 milljónir 2019 og 2,5 milljónir árið 2020. Svo stefnir í að við endum í 3 milljónum dollara á þessu ári og stefnum að 4 milljónum dollara á næsta ári."

Aðspurð hvert markmið hennar sé með fyrirtækinu segir Sigrún að það sé að stuðla að jafnrétti.

„Það sem ég hef viljað gera allt frá því að ég var ung er að stuðla að jafnrétti. Ég var alin þannig upp að ég trúði því frá unga aldri að ég gæti gert hvað sem er. Mér er minnisstætt að þegar ég var ung kona fór ég á saumanámskeið og hlustaði á eldri konur ræða saman um alla þá drauma sem þær höfðu en fengu ekki tækifæri til að láta rætast.

Þetta hafði ótrúleg áhrif á mig. Ég einfaldlega trúði því ekki að lífið væri svona, að konur gætu ekki látið drauma sína rætast," segir Sigrún og bætir við að upp frá þessu hafi hún tekið þá ákvörðun að láta sína drauma ávallt rætast og leggja sitt af mörkum til að stuðla að jafnrétti.

„Árið 2004 varð ég framkvæmdastjóri hjá tæknifyrirtæki og mætti í viðtöl tengt því og þá áttaði ég mig á að ég væri að gera eitthvað sem margar konur væru ekki að gera. Að sækjast eftir framkvæmdastjórastöðu, mæta í viðtöl og segja já. Þegar ég stofnaði fyrirtækið tíu árum síðar ákvað ég að valdefla konur til að gera nákvæmlega það sem ég gerði. Sækjast eftir því sem þær vilja og búa til pening úr sinni þekkingu. Þetta eru allt hámenntaðar konur og sumar hverjar með doktorsgráðu en þær þurfa bara að vera heima hjá sér því þær eiga börn og búa í löndum þar sem ekki er litið á jafnrétti sömu augum og á Íslandi."

Sigrún Guðjónsdóttir stofnaði eigið fyrirtæki árið 2014. MYND/GASSI ÓLAFSSON

> Ég var alin þannig upp að ég trúði því frá unga aldri að ég gæti gert hvað sem er.

Sigrún heldur einnig úti hlaðvarpsþáttunum The Sigrun Show þar sem hún ræðir við konur sem eru framarlega á sínu sviði og deilir sinni eigin reynslu. „Fólk er oft hissa á því hversu miklu ég deili eins og til dæmis er ég mjög opinská um tekjuflæði fyrirtækisins en staðreyndin er sú að við konur verðum að vera opnar með okkar reynslu því það fær aðrar konur til að trúa því að þær geti gert það sama."

Næsta sumar mun Sigrún halda ráðstefnuna The Selfmade Summit þar sem konur sem eru framarlega á sínu sviði munu halda ræðu og deila reynslu sinni. ■

Ómar Gunnarsson starfaði við sjómennsku áður en hann stofnaði Sérefni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Skiptir ekki máli hvort höndlað er með mólekúl eða krónur

Svipmynd

Ómar Gunnarsson

Nám: Efnaverkfræðingur.

Störf: Sjómennska og síðar tengt málningarbransanum.

Fjölskylduhagir: Kvæntur og þrjú uppkomin börn.

Ómar Gunnarsson, framkvæmdastjóri málningarvöruverslunarinnar Sérefna og efnaverkfræðingur, segir að lífið og viðskipti séu efnafræði. Það skipti ekki máli hvort unnið sé með mólekúl eða krónur.

Ef hann yrði að velja sér annan starfsframa myndi Ómar vilja vera poppari og myndlistarmaður.

Hver eru þín helstu áhugamál?

Veiði, vinnan og líkamsrækt.

Hvernig er morgunrútínan þín?

Drekka nógu mikið af kaffi á meðan ég er að komast í gang.

Hvaða bók hefur haft mest áhrif á þig?

Sennilega allar efnafræðibækurnar sem ég hef lesið því lífið og viðskiptin eru ein efnafræði, skiptir ekki máli hvort maður er með mólekúl eða krónur í „höndunum".

Hver hafa verið mest krefjandi verkefnin á undanförnum misserum?

Að eiga við aðfangakeðju-vandamál heimsins sem er núna brotin í þúsund mola.

Hvaða áskoranir eru fram undan?

Að standa ölduna í ólgusjó framtíðarinnar.

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

Örugglega poppari og myndlistarmaður!

Hver er þín uppáhaldsborg?

Amsterdam. ■

Samruni við Alvotech fer vel í fjárfesta

olafur@frettabladid.is

Róbert Wessman, stjórnarformaður Alvotech, hefur sagt að það sé mikilvægt að fá trausta fjárfesta með nýtt hlutafé inn í fyrirtækið samhliða samrunanum við yfirtökufélag. MYND/AÐSEND

Viðskipti með hlutabréf sérstaka yfirtökufélagsins Oaktree Acquisition Corp. II, sem sameinast á Alvotech, hafa verið lífleg viku eftir að tilkynnt var um samrunann. Engar tilkynningar hafa borist um innlausnir hluta og samruninn hefur engin áhrif haft á verð hlutabréfa félagsins á Nasdaq-markaðnum í Bandaríkjunum. Það þarf ekki að koma á óvart þar sem hluthafar geta alltaf innleyst hluti sína fremur en að selja þá á markaði með afföllum.

Á þriðjudaginn fyrir viku var tilkynnt um skráningu Alvotech á Nasdaq-markaðinn í Bandaríkjunum með samruna við Oaktree Acquisition Corp. II. Viðskiptin miðuðu við innspýtingu eigin fjár í Alvotech upp á 450 milljónir Bandaríkjadala, sem skiptist þannig að nýir stórir fjárfestar lögðu inn 150 milljónir, núverandi hluthafar 50 milljónir og úr sjóðum Oaktree-yfirtökufélagsins áttu að renna 250 milljónir dala.

Innspýtingin úr sjóðum Oaktree er þó háð því að engir núverandi hluthafar nýti sér innlausnarrétt sinn. Sérstök yfirtökufélög eru ólík venjulegum hlutafélögum á markaði að því leyti að hluthafar þeirra hafa rétt á að innleysa hluti sína á nafnvirði, sem almennt er 10 dalir á hlut.

Þessi réttur er til að verja hluthafa, en við upphaflega stofnun og sölu hluta í sérstökum yfirtökufélögum er ekki vitað hvaða fyrirtæki verður fyrir valinu fyrir samruna. Stundum er ekki einu sinni skilgreint í hvaða geira atvinnulífsins samruninn verður. Þess vegna er hluthöfum tryggður réttur til að innleysa hluti sína á nafnvirði ef þeim líst ekki á fyrirtækið sem fer í eina sæng með yfirtökufélaginu.

Um 10 prósent hluta í Oaktree, að verðmæti um 25 milljónir dala, skiptu um eigendur strax daginn eftir samrunatilkynninguna og dagleg viðskipti síðan nema að jafnaði um 300 þúsund dölum. Þetta bendir til þess að fjárfestar sjái hagnaðarfæri í því að eiga hluti í sameinuðu félagi og að óbreyttu ætti því samruninn að tryggja Alvotech þær 450 milljónir dala, eða 60 milljarða króna, sem að var stefnt.

Á þessu ári hefur borið nokkuð á því að hluthafar í sérstökum yfirtökufélögum nýti sér rétt sinn til innlausnar. Skammt er síðan stafræna fjölmiðlunarfyrirtækið BuzzFeed tilkynnti að eigendur 94 prósenta hlutafjár í yfirtökufélagi, sem átti að tryggja 288 milljóna dala innspýtingu við samruna, hefðu nýtt sér innlausnarrétt sinn þannig að innspýtingin varð á endanum einungis 16 milljónir.

Samruni og skráning Alvotech kemur því á óvissum tímum í viðkvæmu fjárfestingarumhverfi. Í Fréttablaðinu á laugardag sagði Róbert Wessman, stjórnarformaður Alvotech, fjögur atriði mestu máli skipta varðandi það hvort samruni og skráning af þessu tagi heppnist. Eitt þeirra atriða er að mikilvægt sé að fá trausta fjárfesta með nýtt hlutafé inn í fyrirtækið samhliða samrunanum við yfirtökufélag.

Þegar bornir eru saman annars vegar samruni og skráning Alvotech og hins vegar BuzzFeed sést að Alvotech tryggir sér 200 milljónir dala í nýtt hlutafé, eða um 45 prósent af heildarfjármögnuninni, en BuzzFeed fær enga eiginfjárinnspýtingu umfram þá fjármuni sem koma úr sjóðum sérstaka yfirtökufyrirtækisins. ■

Dorma hagnast um 155 milljónir

magdalena@frettabladid.is

Egill Fannar Reynisson, annar eigenda Dorma.

Verslunin Dorma sem selur rúm og húsgögn hagnaðist um 155 milljónir króna á síðasta ári samanborið við 8,8 milljónir króna árið á undan. Tekjur félagsins námu 1,2 milljörðum króna árið 2020 en voru um 799 milljónir árið 2019. Eignir félagsins í lok árs 2020 námu 292 milljónum króna samanborið við 81 milljón króna árið 2019. Þá nam eigið fé félagsins á síðasta ári 106 milljónum króna miðað við 51 milljón króna árið 2019. Í ársreikningnum kemur fram að áhrif Covid-19 faraldursins á reksturinn séu óveruleg. Aðalstarfsemi Dorma felst í smásölu á húsgögnum og smávöru. Starfsmenn fyrirtækisins eru um 9 talsins. Eigendur Dorma eru þeir Egill Fannar Reynisson sem á 49 prósenta hlut og Guðmundur Gauti Reynisson sem á 49 prósenta hlut. ■

MótX hagnast um 788 milljónir

magdalena@frettabladid.is

Vignir Steinþór Halldórsson, húsasmíðameistari

Byggingarfélagið MótX ehf. hagnaðist um 788 milljónir króna árið 2020 samanborið við 92 milljóna króna hagnað árið á undan. Tekjurnar á síðasta ári námu 5,3 milljörðum króna miðað við 1,6 milljarða króna árið 2019. Eignir fyrirtækisins í lok síðasta árs námu 3 milljörðum króna samanborið við 2,8 milljarða króna árið á undan. Eigið fé félagsins nam 997 milljónum króna 2020 miðað við 209 milljónir króna árið 2019. Í ársreikningi félagsins kemur fram að stjórnin leggi til að greiddur verði 375 milljóna króna arður til hluthafa.

Tekjur MótX á síðasta ári námu 5,3 milljörðum króna.

Fyrr á þessu ári seldi Vignir Steinþór Halldórsson, húsasmíðameistari og stjórnarmaður í Samtökum iðnaðarins, sinn hlut í MótX og stofnaði nýtt fyrirtæki. MótX er byggingarfélag og stendur nú í lokafrágangi á smíði nær 130 íbúða í fjölbýlishúsum við Elliðabraut 12-22 í Norðlingaholti í Reykjavík. Í ársreikningnum kemur fram að Covid-19 faraldurinn hafi engin töluleg áhrif á rekstur félagsins en árið 2020 var besta rekstrarár í sögu félagsins. Um 32 starfsmenn starfa hjá fyrirtækinu. ■

Heimsmarkmiðasjóður atvinnulífs
um þróunarsamvinnu

Hefur fyrirtæki þitt áhuga á að vinna að framgangi heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun?

Utanríkisráðuneytið auglýsir eftir umsóknum um styrki sem veittir eru úr Heimsmarkmiðasjóði atvinnulífs um þróunarsamvinnu.

Fyrirtæki leggja þannig af mörkum við að draga úr fátækt og stuðla að sjálfbærni með eflingu atvinnu- og viðskiptalífs í þróunarlöndum. Um leið auka þau samkeppnishæfni sína á framtíðarmörkuðum. Sérstaklega er hvatt til þess að verkefni stuðli að jafnrétti kynjanna og að jákvæðum umhverfis- og loftslagsáhrifum.

- Allar upplýsingar er að finna í verklagsreglum og lista yfir gjaldgeng samstarfslönd undir **www.utn.is/atvinnulifssjodur**
- Umsóknir þurfa að berast í gegnum miðlæga þjónustugátt hins opinbera: **www.island.is/atvinnulifssjodur**
- Styrkir verða auglýstir þrisvar sinnum á árinu 2022 með umsóknarfresti **3. febrúar, 3. maí** og **3. október 2022**.
- Fyrirspurnir um sjóðinn skal senda á netfangið **atvinnulifssjodur@utn.is**

Stjórnarráð Íslands
Utanríkisráðuneytið

Fátæklegt frelsi

Aðalheiður Ámundadóttir
adalheidur
@frettabladid.is

Einkareknir fjölmiðlar verða af átta milljónum á næsta ári vegna aðhaldskröfu ríkisstjórnarinnar. Á sama tíma hækka framlög til Ríkisútvarpsins um 430 milljónir. Þetta er ótrúlega öfugsnúið. Hækkunin ein á framlögum til RÚV nemur hærri fjárhæð en þeirri sem áætluð er fyrir alla einkarekna miðla samanlagt í ríkisstyrki á næsta ári.

Í umsögn um fjárlagafrumvarpið leggur Blaðamannafélag Íslands til að þessi öfugsnúningur verði leiðréttur þannig að í stað tveggja prósenta aðhaldskröfu á einkareknu miðlanna verði styrkir til þeirra hækkaðir um átta prósent til jafns við hækkun fjárveitinga til RÚV.

Þrátt fyrir að ríkisstjórnin telji einkarekna fjölmiðla bruðla svo mikið að nauðsynlegt sé að setja aðhaldskröfu á styrki til þeirra, er staðreyndin sú að frjálsir og óháðir fjölmiðlar standa frammi fyrir stærri vandamálum en nokkru sinni fyrr. Ekki aðeins þurfa frjálsu miðlarnir að keppa á auglýsingamarkaði við ríkisfyrirtæki sem nýtur þess að vera á fjárlögum, heldur ekki síður alþjóðlega tæknirisa sem soga til sín æ stærri sneið af þeim auglýsingatekjum sem til skiptanna eru á íslenskum markaði.

Í stjórnarsáttmála ríkisstjórnarinnar segir: „Frjálsir fjölmiðlar eru forsenda opinnar lýðræðislegrar umræðu og veita stjórnvöldum, atvinnulífinu og helstu stofnunum samfélagsins nauðsynlegt aðhald.“ Ríkisstjórnin þarf ekki að benda fjölmiðlafólki á þessa staðreynd en einkareknu miðlarnir gegna fjölþættara hlutverki í íslensku samfélagi. Til dæmis hafa þeir gegnt uppeldishlutverki ekki aðeins fyrir flesta af öflugustu fréttamönnum Ríkisútvarpsins heldur einnig fyrir fjölda mikilvægra starfsmanna á flestum sviðum samfélagsins, meðal annars í stjórnmálum og í starfsliði ríkisstjórnarinnar sjálfrar.

Auk fyrrnefndrar fullyrðingar í stjórnarsáttmálanum segist ný ríkisstjórn leggja áherslu á fjölbreytni í flóru fjölmiðla „með öflugu almannaútvarpi og einkareknum fjölmiðlum“.

Þetta má auðvitað skilja á ýmsa vegu, en af fjárlagafrumvarpinu er ljóst að setninguna ber að skilja samkvæmt orðanna hljóðan. Í fjölmiðlaflórunni eiga að vera bæði einkareknir miðlar og ríkismiðill en að það sé ríkismiðillinn sem eigi að vera öflugur.

Fátækt íslenskra fjölmiðlafyrirtækja er alvarlegt vandamál fyrir íslenskt samfélag enda ógnar hún þeirri stöðu sem Íslendingar hafa notið svo mjög, að vera meðal upplýstustu þjóða í heimi.

Fjársveltir fjölmiðlar eru hvorki í stakk búnir til að hlúa vel að fréttafólki sem hefur ástríðu fyrir starfi sínu né til að veita jafn fullkomna fréttaþjónustu og lýðræðissamfélög krefjast. ■

> Hækkunin ein á framlögum til RÚV nemur hærri fjárhæð en þeirri sem áætluð er fyrir alla einkarekna miðla samanlagt.

Halldór

Frá degi til dags

arnartomas@frettabladid.is

Sigurvegarar
Eins og sjá má á gleði blárra öldunga í skoðanakönnun á forsíðu blaðsins liggur nú fyrir að Sjálfstæðismenn hafi unnið stjórnarmyndunarviðræðurnar. Það er ekki skrítið að níutíu prósent kjósenda flokksins séu ánægð með niðurstöðurnar enda héldu þeir eftir sínum stærstu bitum og náðu að nappa umhverfismálunum líka sem voru víst að trenda í Skotlandi á dögunum. Yngri kjósendur, sér í lagi á vinstri vængnum, eru heldur óánægðari en geta huggað sig við að ef tölfræðin hefur rétt fyrir sér þá er þetta bara einhver gelgja sem þeir eiga eftir að vaxa upp úr.

Banvænt brugg
Þótt jólabjórsþamb landsmanna hafi dregist saman frá því í fyrra er samkeppnin á markaðnum enn hörð. Grænbauna- og rauðkálsleginn jólabjór ORA vakti ýmist forvitni eða ógleði meðal fólks, en óneitanlega athygli. Keppinautar þeirra vildu ekki láta slá sig út af laginu og tefldu fram heldur avant garde-brugguðferðum með enn nýstárlegra efnisinnihaldi. Það þurfti því miður að draga þann ás aftur upp í ermina og innkalla upplagið þar sem landinn virðist ekki alveg tilbúinn í glerbrot í bjórinn sinn. ■

Gefum börnum tækifæri til lífs án fátæktar

Margrét Júlía Rafnsdóttir
verkefnastjóri innlendra verkefna hjá Barnaheillum

Á aðventunni eykst gjarnan samkennd okkar og umhyggja í garð náungans. Fjölskyldur og vinir safnast saman og eiga notalegar stundir, fólk sækir viðburði og velur af kostgæfni gjafir fyrir sína nánustu. Við hugsum sérstaklega um börnin okkar, því jólin eru jú hátíð barnanna.

Sum barnanna eru þó afskiptari en önnur hvað varðar lífsins gæði. Sum þeirra eru sem Litla stúlkan með eldspýturnar í sögu H.C. Andersen. Þau fá aðeins smjörþefinn af kræsingunum, njóta einungis myndanna í auglýsingabæklingunum og eiga jafnvel engan að sem þau geta leitað til eða treyst. Sem betur fer eiga flest börn á Íslandi húsaskjól og krókna því ekki úti í kaldri vetrarnóttinni eins og litla stúlkan með eldspýturnar. Það á þó ekki við um öll börn heimsins.

Barnaheill – Save the Children á Íslandi, hafa um árabil bent á að börn sem búa við fátækt njóta ekki þeirra mannréttinda sem þeim ber samkvæmt Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna. Þeim er mismunað vegna efnahagslegrar stöðu foreldra sinna. Ekki síst er þeim mismunað um tækifæri. Í nýrri skýrslu Evrópuhóps Barnaheilla – Save the Children, Guaranteeing Children's Future: Ending Child Poverty and Social Exclusion in Europe, eru skilaboðin eftirfarandi: Tryggjum að ekkert barn í Evrópu þurfi að búa við fátækt. Á Íslandi eiga 12,7 prósent barna á hættu að búa við fátækt eða félagslega einangrun.

Að rjúfa félagslegan arf og koma í veg fyrir að fátækt erfist kynslóð fram af kynslóð er verðugt verkefni. Við getum öll tekið þátt í því. Við getum hvert og eitt verið sá velgjörðamaður sem gefur barni tækifæri, sem hjálpar barni við að láta drauma sína rætast. Við getum sýnt umhyggju, opnað dyr okkar og faðm og verið góðar fyrirmyndir. Við getum stuðlað að því að ekkert barn verði út undan. En fyrst og fremst þurfa íslensk stjórnvöld að marka stefnu um að uppræta fátækt. Börn bera ekki ábyrgð á stöðu sinni og mikilvægt er að samfélagið taki höndum saman um að gefa öllum börnum tækifæri til lífs án fátæktar. ■

> Við getum stuðlað að því að ekkert barn verði út undan.

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

Hver á að borga?

Þorgerður M. Þorbjarnardóttir
fyrrverandi formaður Ungra umhverfissinna og nemandi í háskólanum í Cambridge

Nú er tekin við ný ríkisstjórn þar sem orkumál og náttúruvernd eru sett undir sama hatt. Loksins, segja sumir og aðrir eru óttaslegnir. Ég tilheyri báðum þessum hópum. Loksins eru þessir órjúfanlegu málaflokkar settir saman. Það vekur þó óhug að sjá hversu mikið af fréttum undanfarið hefur snúist um raforkuskort.

Orkuskipti eru stóra lausnin sem talað er um í sambandi við loftslagsbreytingar en aldrei er talað um hvað við ætlum að gefa upp í staðinn. Þegar umræðan kemur að því hvaðan orkan á að koma er alltaf talað um að við þurfum einfaldlega að virkja meira eins og það sé win-win lausn fyrir alla. Við framleiðum ótrúlega mikið af raforku. Þegar við framleiðum raforku þá seljum við notkun á henni. Það skiptir ekki máli hversu mikið eða lítið af vatnsafli við virkjum, við seljum notkunina og þess vegna hlýtur alltaf að koma upp sama vandamál þegar ekki rignir nægilega á hálendinu, við eigum minni orku en gert var ráð fyrir og kaupendur raforku sem hafa samþykkt ótrygga raforku gegn lægra verði fá minni raforku.

Ég vil benda Íslendingum og nýskipuðum ráðherra á að við eigum nóg af orku á Íslandi til þess að rafvæða bílaflotann og lifa lífinu á sjálfbærari hátt. Fleiri virkjanir eru alls ekki win-win af því win-win lausnir eru ekki til. Ef kafað er nógu djúpt í hvaða lausn sem er þá er einhver sem borgar. Í tilviki fleiri virkjana þá eru það náttúran og vistkerfin. Virði íslenskrar náttúru hefur í gegn um tíðina verið stórlega vanmetið. Þetta er síendurtekið þema í íslensku skipulagi. Stjórnmálafólk er of hrætt við að taka ákvarðanir sem taka eitthvað frá einhverjum en það er auðveldara að láta náttúruna borga vegna þess að hún á sér fáa málsvara. Misskilningurinn hér liggur í því að loftslagskrísan snýst ekki bara um hlýnun og hækkun sjávarborðs. Hún snýst um lífríkið, vistkerfin og náttúruna. Vegna áhrifa mannsins er að hlýna, land og skógar eyðast og villtum dýrum og plöntum fækkar. Lausnir sem taka ekki mið af þessu eru ekki góðar lausnir og því er það ekki góð lausn að framleiða meiri raforku.

Við verðum að horfast í augu við raunveruleikann og sjá að við þurfum að breyta lífsvenjum okkar og hætta að brenna kolefnaeldsneyti, hætta að ganga á auðlindir og vistkerfi náttúrunnar á ósjálfbæran hátt og við þurfum að ákveða hver borgar fyrir breytingarnar. Kannski getur álfyrirtæki sem er 90 milljarða dollara virði alveg tekið á sig einhvern kostnað? ■

Má bjóða þér blóðmjólk?

Vésteinn Ólason
fyrrverandi vikapiltur í sveit

Mannkynið hefur nú um skeið blóðmjólkað náttúruna og steypir með því sjálfu sér í glötun ef ekki verður snúið af þeirri braut. Íslensk orðabók segir: „blóðmjólka 1 mjólka þangað til blóð kemur með mjólkinni úr júgrinu 2 ganga mjög nærri einhverjum, nytja til skemmda, arðræna einhvern freklega.“ Meðferð blóðmera er dæmi um slíkt athæfi, og hið andstyggilega orð blóðmeri segir allt sem segja þarf. En það er ekki nóg með að vesalings hryssurnar séu blóðmjólkaðar heldur er tilgangurinn að blóðmjólka aðra dýrategund, svínin. Ég ætla ekki að lýsa fyrirbærinu. Gott fólk hefur gert það. Heiður sé því og Ingu Sæland, sem lagt hefur fram frumvarp um bann við blóðmerahaldi. Eins og vænta mátti er nú reynt að drepa málinu á dreif með stofnun starfshópa og sýndartillögum um úrbætur. Kjarni málsins er sá að aðferðir við að smala hryssunum í kvíar er aðeins lítill þáttur af allri þessari svívirðu. Mikill meirihluti þjóðarinnar vill bann. Hvað er Alþingi að vanbúnaði? Ef hagsmunaaðilum og málþófsmönnum tekst að drepa þessu máli á dreif verður það Alþingi og ríkisstjórn til ævarandi skammar. Þá rýkur það litla sem eftir er af virðingu fyrir þinginu og lýðræðinu. Það er hátt gjald.

> Þá rýkur það litla sem eftir er af virðingu fyrir þinginu og lýðræðinu. Það er hátt gjald.

Einu sinni kölluðu Íslendingar hestinn þarfasta þjóninn, og það var hann sannarlega, en líka vinur og félagi, eins og skáldin hafa sannað eftirminnilega. Nú er ekki lengur þörf fyrir þjónustu hans til flutninga, en hlutverk hans sem vinar og félaga er mikilvægara en nokkru sinni fyrr. Hver er nú vinur blóðmeranna? ■

Hugur í Eyjamönnum

Eins og Eyjamanna er von og vísa eru þeir stórhuga fyrir komandi keppnistímabil hjá karlaliði ÍBV í fótbolta sem verður nýliði í efstu deild næsta sumar. Það að klófesta markaskorarann Andra Rúnar Bjarnason er til marks um hvert liðið stefnir.

hjorvaro@frettabladid.is

Andri Rúnar deilir markametinu í efstu deild eftir að hafa skorað nítján mörk fyrir Grindavík árið 2017. MYND/AÐSEND

FÓTBOLTI Hermann Hreiðarsson var ráðinn þjálfari Eyjaliðsins síðasta haust en hann tók við keflinu af Helga Sigurðssyni sem kom liðinu upp í efstu deild. Eftir að Hermann tók við nældi hann í Alex Frey Hilmarsson sem kemur úr Vesturbænum og þá var eitt verst geymda leyndarmál íslensks fótboltasamfélags opinberað um síðustu helgi.

Þá var Andri Rúnar Bjarnason, sem lék síðast með danska liðinu Esbjerg, kynntur til leiks í Vestmannaeyjum. Fyrir hjá liðinu eru reynslumiklir leikmenn á borð við Eið Aron Sigurbjörnsson og Guðjón Pétur Lýðsson, sem eru vanir því að berjast í efri helmingi efstu deildar hér heima á ferli sínum.

Sú saga gengur um fótboltasamfélagið að írski landsliðsvarnarmaðurinn fyrrverandi Marc Wilson muni fylgja Hermanni úr Vogunum til Vestmannaeyja og leika með ÍBV.

„Það var bara eitt símtal við Hermann Hreiðarsson sem seldi mér það að fara til Vestmannaeyja. Fyrst og fremst varð ég spenntur fyrir fótbolta aftur eftir að hafa talað við Hermann. Bara hvernig Hermann talaði um næsta sumar gerði mig spenntan fyrir að koma til Eyja. Sá metnaður sem ég heyrði hjá honum, að ÍBV væri ekki að fara að mæta til leiks í efstu deild bara til þess að vera með heldur til þess að ná góðum árangri," segir Andri Rúnar um ástæðu þess að hann samdi við ÍBV.

„Eyjamenn voru búnir að sýna áhuga á mér áður en Hermann talaði við mig og þetta var svo bara ákveðið í mínum huga eftir spjallið við hann. Eiður Aron og Guðjón Pétur hafa svo rætt við mig á Messenger síðustu vikurnar og sannfært mig enn frekar um að liðið ætli sér stóra hluti næsta sumar.

Við höfum farið vel yfir málin og ég skynja alveg þann metnað sem er í Eyjum. Það á klárlega að gera hlutina almennilega í fótboltanum í Vestmannaeyjum á komandi leiktíð.

Auk þekktra stærða eru svo ungir leikmenn í Eyjum sem ég held að muni koma skemmtilega á óvart," segir framherjinn enn fremur um ákvörðun sína.

Á ættir að rekja til Eyja

„Svo skemmir ekki fyrir að amma er fædd og uppalin í Eyjum og langafi minn rak bakarí í Vestmannaeyjum. Ég á ættingja í Eyjum þannig að ég hef tengingar þar," segir Bolvíkingurinn.

„Eftir tvö erfið ár í atvinnumennsku þá langar mig bara til að fara að spila fótbolta aftur. Það voru mikil vonbrigði að ég náði ekki að sýna hvað í mér býr hjá Kaiserslautern vegna meiðsla og fá svo lítil sem engin tækifæri hjá Esbjerg," segir Andri Rúnar um síðustu tvö árin í atvinnumennskunni.

„Þetta fór vel af stað hjá Esbjerg og það var sameiginlegur skilningur hjá mér og Ólafi Kristjánssyni, sem þjálfaði liðið á þeim tíma, að ég fengi tíma til þess að koma mér í gott líkamlegt form og spilform.

Síðan fór ég aðeins fram úr mér í æfingum til þess að koma mér of hratt í gott form þannig að ég fékk í bakið. Í kjölfar þess fækkaði tækifærunum hjá Ólafi og ég var ekki alveg sammála þeim skýringum sem ég fékk frá honum um lítinn spiltíma.

Ég var svo alveg frystur þegar nýir eigendur keyptu félagið í upphafi þessa árs. Sú ákvörðun var tekin af nýjum eigendum hjá Esbjerg síðasta sumar að spila ekki leikmönnum sem eru eldri en 24 ára þar sem þeir eru ekki nógu góð söluvara. Það er vissulega fúlt fyrir mig og aðra leikmenn sem eru í svipuðum sporum að lenda í þessu en það er ekkert við því að gera," segir Andri Rúnar um síðustu mánuði í Danmörku.

„Eftir að hafa verið bara í gymminu og fengið engin tækifæri til þess að sýna mig og sanna inni á fótboltavellinum þá get ég ekki beðið eftir því að flytja til Eyja og fara að einbeita mér að fótbolta af fullum krafti á nýjan leik," segir hann um framhaldið. ■

> Við höfum farið vel yfir málin og ég skynja alveg þann metnað sem er í Eyjum.
>
> Andri Rúnar Bjarnason

Hermann Hreiðarsson tók við liði ÍBV í annað sinn á dögunum. MYND/AÐSEND

Góð jólagjöf
handa pabba og mömmu
og afa og ömmu

Honeywell
gæða lofthreinsitæki

Verð kr.
39.420

Vefverslun: www.donna.is
Erum nú á Facebook: donna ehf

Donna
S. 555 3100 · donna.is

Þrettán smit greindust í herbúðum Spurs í síðustu viku. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Boða hertar aðgerðir í úrvalsdeildinni

kristinnpall@frettabladid.is

FÓTBOLTI Á sama degi og fresta þurfti öðrum leiknum á stuttum tíma vegna kórónaveirusmita í leikmannahópi liðs í ensku úrvalsdeildinni, var tilkynnt um hertar sóttvarnaaðgerðir. Leikmenn og starfsmenn liða þurfa nú að gangast undir daglega skimun. Það sama er uppi á teningnum í öðrum deildum víðs vegar um heiminn og virðist sem svo að íþróttalífið sé að búa sig undir aðra bylgju.

Enska úrvalsdeildin tilkynnti að alls hefðu 42 greinst með Covid-19 í reglubundnum skimunum í síðustu viku. Í síðustu viku þurfti að fresta leikjum Tottenham í Sambandsdeild Evrópu og ensku úrvalsdeildinni vegna smita. Um helgina greindist fyrsta smitið hjá Manchester United sem skellti í lás á mánudaginn í von um að hindra frekari útbreiðslu. Alls dreifðust tilfellin 42 á sex mismunandi lið.

Nú verður þess krafist að leikmenn gangist undir hraðpróf (e. lateral flows) á hverjum degi til að fá aðgengi að æfingasvæði félaganna ásamt því að taka PCR-próf tvisvar í viku. Um leið verða félög hvött til að viðhalda sóttvörnum og stytta meðferðartíma í von um að hemja útbreiðslu. Með því er margt líkt með sóttvarnareglum þessa tímabils og síðasta tímabils fyrir leikmenn ensku úrvalsdeildarinnar. ■

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

MIÐVIKUDAGUR 15. desember 2021

FORLAGIÐ
Alltaf opið á www.forlagid.is

Matarvagnar á hjólum á ferð á jólum.

Götubiti á jólum

sandragudrun@frettabladid.is

Götubitinn er á ferðinni um höfuðborgarsvæðið núna á aðventunni með hina ýmsu matarvagna sem bjóða upp á kræsingar í vetrarkuldanum. Í dag verður götubitinn í samstarfi við íbúaráð Árbæjar og Norðlingaholts við Selásskóla á milli 17.30 og 19.30. Það verður létt jólastemning, matarvagnar í jólabúningi og jólasveinar.

Næst verða vagnarnir við Rimaskóla á morgun, við Langholtskirkju á föstudaginn og við Kórinn, malarplan við Krónuna, á mánudaginn.

Þeir vagnar sem verða á staðnum eru, með fyrirvara um breytingar: Gastro Truck/kjúklingaborgarar, Fish And Chips Wagon/fiskur og franskar, Bumbuborgarar/hamborgarar, Vöffluvagninn/vöfflur og meðlæti og Dons Donuts/kleinuhringir og meðlæti.

Ókeypis kræsingar

Oatly-bíllinn verður einnig á ferðinni um borgina frá og með deginum í dag og til 19. desember með ókeypis kaffi, piparkökur og heitt súkkulaði. Það er um að gera að skoða leiðarkerfi Oatly-bílsins og bjóða vinum, vinnufélögum, fjölskyldunni eða bara öllum nágrönnunum með að smakka á kræsingum úr haframjólkurvörum. ■

Oatly-bíllinn verður á eftirfarandi stöðum:

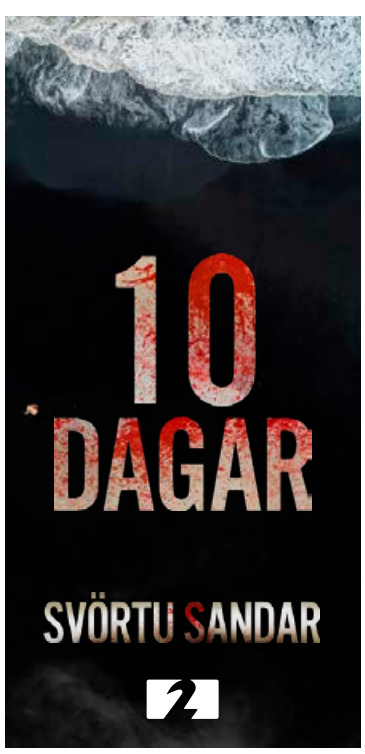
15. des. Borgartún (við Arion banka)
kl. 11.00-16.00

16. des. Smáralind (við Hagkaupsinngang)
kl. 11.00-17.00

17. des. Jólakvosin (við Ingólfstorg)
kl. 16.00-20.00

18. des. Jólamarkaðurinn Hjartatorgi
kl. 13.00-18.00

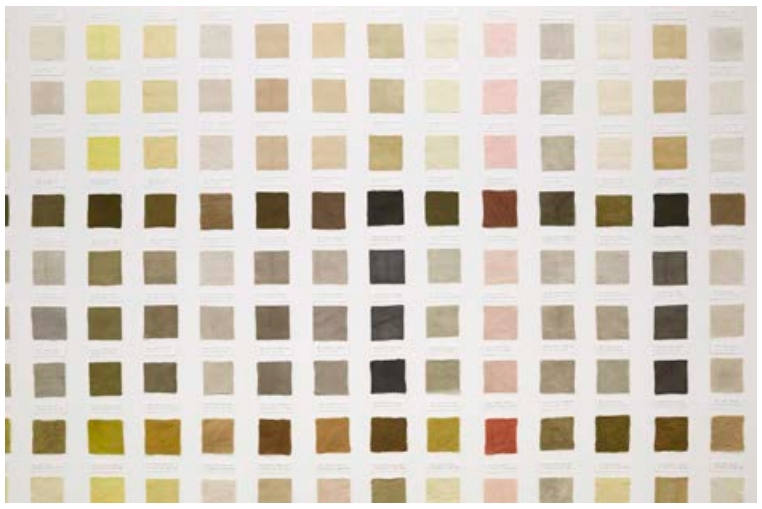
19. des. Jólaþorpið Hafnarfirði
kl. 13.00-18.00



Þakklátur fyrir að upplifa ævintýrið

Sigmundur Páll Freysteinsson fatahönnuður býr í Kyoto í Japan þar sem hann stundar mastersnám í fatahönnun með áherslu á textíl og sjálfbærni. **2**

Sigmundur Páll Freysteinsson fatahönnuður hóf mastersnám í fatahönnun í Kyoto í Japan í haust. Hann kann vel við sig í borginni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Hluti náttúrulegra lita frá sýningu Sigmundar. MYND/VIGFÚS BIRGISSON

Starri Freyr Jónsson
starri
@frettabladid.is

Það eru sannarlega spennandi tímar fram undan hjá Sigmundi Páli Freysteinssyni fatahönnuði en hann flutti nýlega til borgarinnar Kyoto í Japan þar sem hann mun stunda mastersnám í fatahönnun með áherslu á textíl og sjálfbærni.

„Ég fékk námsstyrk frá japanska ríkinu til að stunda rannsóknarmiðað framhaldsnám í fatahönnun með áherslu á umhverfisvænar textílaðferðir og handverk. Það er mikið af þekkingu á þessu sviði í japanskri menningu sem hefur verið varðveitt í gegnum margar kynslóðir og ættliði. Ég hef lengi haft áhuga á japanskri fagurfræði, handverki og tækni en það er margt hægt að læra af aðferðum sem Japanir hafa tileinkað sér. Mig langar að snúa aftur til Íslands eftir námið með nýja þekkingu til að rækta íslenskt handverk og hönnun. Markmiðið í framtíðinni verður að halda áfram að þróa vistvænar aðferðir við framleiðslu og hönnun á fatnaði á Íslandi með því að nýta íslenskt handverk og menningararf. Fyrsta önnin í skólanum fer í nám í japönsku en hönnunarnámið byrjar á næstu önn.“

Hann mun dvelja einn í Japan fyrst um sinn en þegar japönsk stjórnvöld létta á sóttvarnaaðgerðum vegna Covid-faraldursins mun fjölskyldan sameinast þegar eiginkona hans Ída Pálsdóttir og tæplega tveggja ára dóttir þeirra flytja til hans, vonandi í janúar eða febrúar á næsta ári.

Spenntur fyrir námi erlendis

Sigmundur útskrifaðist úr fatahönnun frá Listaháskóla Íslands árið 2019 en hann segist snemma hafa fengið áhuga á fatahönnun, menningu og handverki. „Eftir útskrift úr menntaskóla byrjaði ég beint í BA-námi í fatahönnun við Listaháskóla Íslands og útskrifaðist þremur árum seinna. Meðan ég var í náminu var markmiðið að halda áfram að öðlast meiri reynslu og þekkingu á faginu eftir útskrift. Frá því að ég byrjaði að læra fatahönnun hef ég verið spenntur fyrir að fara í framhaldsnám erlendis. Fyrir mér er mikilvægt að fá inn nýja þekkingu erlendis og koma með þekkinguna heim og halda áfram að rækta iðnaðinn á Íslandi.“

Umhverfisvænar aðferðir

Undanfarin tvö ár hefur Sigmundur unnið sjálfstætt í rannsóknum á náttúrulegri textíllitun á Íslandi með styrk frá Hönnunarsjóði. „Markmiðið var að þróa umhverfisvænar aðferðir til að framleiða náttúrulega textílliti á stærri skala fyrir framleiðslu á fatnaði. Ég vann náið með fatamerkinu Arnar Már Jónsson við að framleiða textíl sem var litaður með íslenskum plöntum fyrir hönnun þeirra og myndheim. Í ferlinu varð til bókverk sem inniheldur 504 náttúrulega liti úr íslensku umhverfi ásamt sýningunni Náttúrulitun í nútímasamhengi og opinni vinnustofu á Hönnunarsafninu sem var opnuð á HönnunarMars og stóð yfir síðasta sumar.“

„Ég fékk námsstyrk frá japanska ríkinu til að stunda rannsóknarmiðað framhaldsnám í fatahönnun með áherslu á umhverfisvænar textílaðferðir og handverk,“ segir Sigmundur Páll. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Frá sýningunni Náttúrulitun í nútímasamhengi í Hönnunarsafninu. MYND/VIGFÚS BIRGISSON

Sigmundur Páll Freysteinsson ásamt eiginkonu sinni Ídu Pálsdóttur. MYND/SVANHILDUR GRÉTA KRISTJÁNSDÓTTIR

Haustlitirnir í Kyoto eru fallegir.

Kyoto er frábær borg

Borgin Kyoto liggur á miðri Honshu-eyju sem er stærsta og fjölmennast eyja Japans en þar búa um 1,5 milljónir. „Upplifun mín af Kyoto hefur verið frábær hingað til, frábært fólk, menning og matargerð. Það er margt sem heillar við japanskt samfélag og ég upplifi mikinn innblástur á hverjum degi. Ég er mjög spenntur fyrir tímanum fram undan og að búa hér með fjölskyldunni. Ég er þakklátur fyrir að fá að upplifa þetta ævintýri.“

Hann segir stjórnvöld í Japan hafa sett á strangar aðgerðir á landamærunum vegna Covid og því hafi það verið langt og erfitt ferli að flytja þangað. „Það er alltaf eitthvað nýtt sem kemur upp á og kemur á óvart. En að öðru leyti hefur gengið mjög vel að komast inn í samfélagið.“

Spenntur fyrir framtíðinni

Hann er nokkuð spenntur fyrir framtíðinni og tækifærum fyrir íslenska fatahönnuði. „Ég lít björtum augum á framtíðina fyrir íslenska fatahönnuði. Ég sé mikil tækifæri í að þróa ný kerfi í sjálfbærri hönnun og umhverfisvænni framleiðslu, sem nýtir auðlindir Íslands og skapar sérstöðu á alþjóðlegum markaði. Fataiðnaðurinn er einn mest mengandi iðnaður í heiminum og er það brýn nauðsyn að finna nýjar aðferðir sem leysa af hólmi hefðbundnar framleiðsluaðferðir sem eru óumhverfisvænar og mjög mengandi. Það er mikil sérstaða og tækifæri sem felast í því að vera á Íslandi en iðnaðurinn er lítill hér á landi og hefur mikil tækifæri til að vaxa í framtíðinni.“ ■

> **Ég sé mikil tækifæri í að þróa ný kerfi í sjálfbærri hönnun og umhverfisvænni framleiðslu, sem nýtir auðlindir Íslands og skapar sérstöðu á alþjóðlegum markaði.**

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

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Björn Víglundsson

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

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

MADSHUS

Madshus gönguskíðin þín fást í GG Sport!

20%
afsláttur af gönguskíða-pökkum!

GG SPORT

Stingum af ...

Fæst einnig í:

Ellingsen
Granda

Ísfell verslun
Húsavík

Útisport
Akureyri

@ggsport.is @gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30 – 18, Laugardaga 11-17, Sunnudaga 12-16

Með kraft rauðrófunnar að vopni

Kristinn Karl Dulaney hefur alltaf verið hrifinn af lækningamætti náttúrunnar og er að eigin sögn alinn upp við notkun fjallagrasa. Síðustu tíu ár hefur Kristinn haft tröllatrú á krafti rauðrófa og segir hylkin frá ICEHERBS algera himnasendingu.

Kristinn Karl Dulaney hefur nýtt sér kraft rauðrófunnar í tugi ára. Hann segir rauðrófuduftið frá ICEHERBS auka orku og úthald hjá sér.

> Þegar ég heyrði að ICEHERBS væri að framleiða 100% náttúrulegt rauðrófuduft var ég ekki lengi að koma því inn í rútínuna mína.

Kristinn segist alltaf hafa verið fjörmikill og hress og stundað mikið íþróttir. „Sem ungur maður var ég í handbolta og fótbolta, frjálsum, sundi og fleiru. Í dag geng ég mikið og hjóla og er að vinna í því að þvera Ísland. Ég veit nú ekki hvað ég er ekki búinn að ganga á Íslandi en meðal annars hef ég krossað Ísland frá Reykjanesi yfir á Langanes, og sömuleiðis frá Horni austur í Lón. Einnig hef ég hjólað mikið erlendis, meðal annars á Kúbu, í Perú, Víetnam og víðar. Þá hef ég hjólað Jakobsveginn og Noreg endilangan. Í vor gekk ég svo frá Dalvík innst inn í Eyjafjörð sem er hluti af því að þvera Ísland.“

Fær kraft úr rauðrófum

„Síðustu tíu ár hef ég haft tröllatrú á krafti rauðrófa. Rauðrófur eru stútfullar af vítamínum og fjörefnum sem gefa kraft og auka úthald og lífsgæði. Í fjölda ára hef ég keypt ferskar rauðrófur og búið til minn eigin safa sem ég tek inn í skotformi á hverjum einasta morgni með engiferi og sítrónu. Rauðrófur hafa vissulega fengist í safaformi í búðum en það hefur aldrei heillað mig. En þegar ég heyrði að íslenska fyrirtækið ICEHERBS væri að framleiða 100% náttúrulegt rauðrófuduft var ég ekki lengi að koma því inn í rútínuna mína.

Íþróttafólk víðs vegar um heiminn hefur fundið hvað kraftur rauðrófunnar er mikill. Nú er ég jafngamall lýðveldinu, eða 77 ára, og rauðrófurnar gefa mér orku og úthald til þess að stunda göngur og hjól eins og mig lystir og auka þannig lífsgæði mín. Það sem er svo hentugt við dufthylkin er að þau taka svo lítið pláss. Ef ég er að ferðast, gangandi eða hjólandi, þá er tölurvert auðveldara að kippa þeim með sér heldur en mörgum lítrum af rauðrófusafa. Duftið virkar líka alveg jafn vel og safinn.“

Rauðrófuduft stuðlar að aukinni snerpu og blóðflæði

Rauðrófur eru þekktar fyrir að bæta súrefnisupptöku og auka blóðflæði. Með auknu blóðflæði eykst snerpa, orka og úthald og því hafa rauðrófur slegið í gegn á meðal íþróttafólks. Rauðrófur koma þér hraðar og lengra náttúrulega og eru því tilvaldar fyrir alla þá sem vilja auka æfingaúthald sitt fyrir reglulega íþróttaiðkun. Þær eru einnig stútfullar af steinefnum, trefjum og vítamínum og eru sönn ofurfæða. Rauðrófur eru gríðarlega andoxandi og hreinsa líkamann og styrkja ónæmiskerfið til muna. Ekki má gleyma því að aukið blóðflæði getur einnig virkað sem náttúruleg kynörvun fyrir bæði karla og konur. Rauðrófur eru sannkölluð heilsubót.

Íslensk og kröftug bætiefni

ICEHERBS er íslenskt fyrirtæki sem leggur mikla áherslu á að framleiða hrein og náttúruleg bætiefni. Lögð er gríðarleg áhersla á að vörur ICEHERBS nýtist viðskiptavinum vel, að virknin skili sér í réttum blöndum og að eiginleikar efnanna viðhaldi sér að fullu. Gríðarleg áhersla er lögð á að vörurnar innihaldi engin óþarfa fylliefni og eru vörurnar framleiddar hér á landi. ■

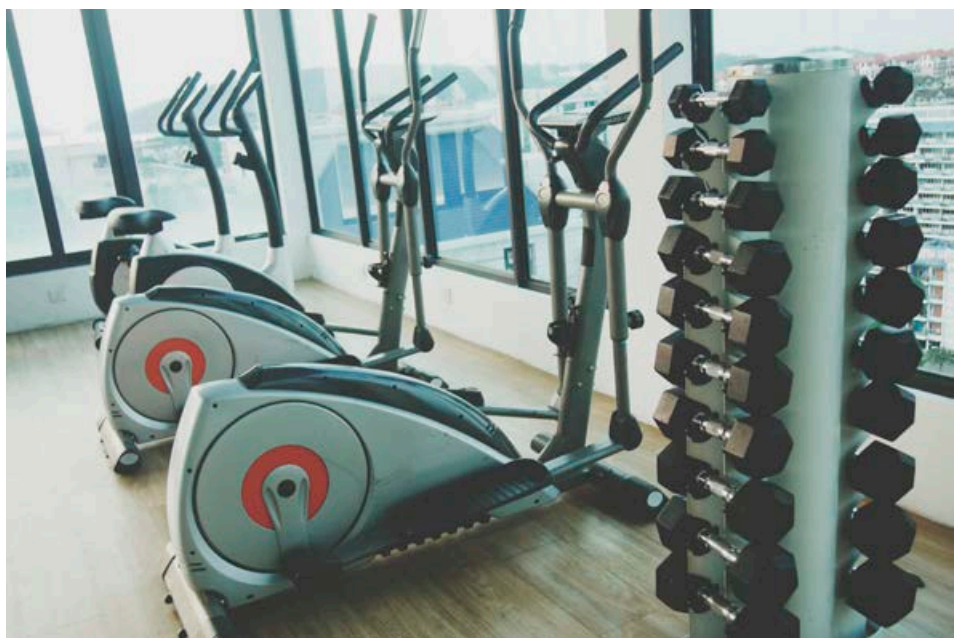
ICEHERBS fæst í öllum betri matvöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum. Einnig hefur ICEHERBS opnað nýja vefverslun þar sem hægt er að panta bætiefnin: iceherbs.is

Bestu æfingarnar til að léttast

Þol- og styrktaræfingar hafa ólík áhrif á líkamann og henta ólíkum þörfum misvel, en margir velta fyrir sér hvers konar æfingar séu best til þess fallnar að eyða aukakílóunum. Sérfræðingar eru sammála um að fjölbreytni sé best, en að besta æfingin sé sú sem þú gerir reglulega.

oddurfreyr@frettabladid.is

> Aðalmálið er að vera ekki að reyna að gera æfingar sem maður hatar til að ná markmiðum sínum.



Margir velta fyrir sér hvers konar æfingar séu bestar til að losa sig við aukakílóin, en sérfræðingar segja að aðalmálið sé að æfa reglulega, ekki hvaða æfingar eru stundaðar. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Þeir sem trúa á mátt þolæfinga segja að þær brenni hitaeiningum af mestum krafti með því að auka hjartsláttinn en þeir sem vilja frekar lyfta segja að besta leiðin til að losa sig við aukakílóin sé að auka vöðvamassa, því hann valdi því að líkaminn brenni meiru yfir daginn.

Margir telja að þolæfingar séu betur til þess fallnar að léttast, en rannsóknir sýna að vöðvar kosta mikla orku og valda töluverðri brennslu. Þannig að því meiri vöðvar, þeim mun hraðari efnaskipti og það getur valdið þyngdartapi. Æfingar með lóðum geta líka komið í staðinn fyrir þolæfingar ef réttu æfingarnar eru notaðar. Samkvæmt rannsóknum Mayo Clinic, einnar frægustu og virtustu lækningastofnunar heims, getur hálftíma ketilbjölluæfing til dæmis auðveldlega brennt fleiri hitaeiningum en klukkutíma göngutúr eða hálftími af fjallgöngu, dansi eða sundi.

Skiptir mestu að mæta

Einkaþjálfarinn Sarah Carr hélt því fram í viðtali við Insider að styrktarþjálfun væri betri til lengri tíma litið því að þegar þú stundar þolæfingar sértu bara að brenna hitaeiningum á meðan þú ert að æfa, en að eftir æfingar með lóð verði efnaskipti líkamans hraðari klukkustundum saman og því haldi líkaminn áfram að brenna hitaeiningar í langan tíma.

Dr. Andy Galpin sem er læknir, styrktarþjálfari og aðstoðarprófessor við Ríkisháskóla Kaliforníu í Fullerton, segir hins vegar í samtali við Men's Health að bæði þeir sem trúa á mátt þolæfinga og styrktaræfinga hafi nokkuð til síns máls. Brad Schoenfeld, sem er virtur styrktarþjálfari og aðstoðarprófessor í íþróttafræði við Lehmanháskóla í New York, bætir við að munurinn á brennslunni sem fæst við þolæfingar og styrktaræfingar sé það lítill að fæstir taki eftir honum.

Schoenfeld segir að það sé ekki til nein ein rétt æfing eða gerð af æfingum, heldur sé þyngdartap yfirleitt einfaldlega afleiðing af því að leggja hart að sér og bætir við: „Besta æfingin sem þú getur gert til að létta þig er sú sem þú gerir reglulega.“ Ef þú hatar til dæmis að hlaupa eru litlar líkur á að skokk sé að fara að hjálpa þér að léttast, því það er ekki líklegt að þú stundir það reglulega.“

Dr. Galpin tekur í sama streng og segir að regluleg ástundun og áreynsla ráði hvað mestu um þyngdartap. Hann viðurkennir að það sé ekki sérlega skemmtilegt svar, en ítrekar að fæstir taki eftir miklum mun á þyngdartapi milli æfingategunda. Aðalmálið er að vera ekki að reyna að gera æfingar sem maður hatar til að ná markmiðum sínum.

Fögnum fjölbreytileikanum

Best er að blanda saman þol- og styrktaræfingum til að fá það besta úr báðum áttum. Dr. Galpin segir að það sé engin þörf á að stunda æfingar sem þér finnst ekki skemmtilegar í miklu magni, en það geti verið gagnlegt að breyta til svo manni fari ekki að leiðast, því það hjálpi við að viðhalda ástundun. Hann bendir líka á að endurtekið álag á sömu líkamshluta geti valdið álagsmeiðslum og það sé önnur ástæða til að breyta til.

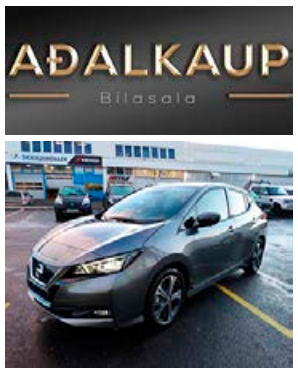
Það eru líka fleiri leiðir til að léttast en bara líkamsrækt. Í fyrsta lagi er mataræði mjög mikilvægt og ef það er slæmt getur það eitt komið í veg fyrir að árangurinn af líkamsrækt skili sér, svo það er mikilvægt að taka til þar. En Schoenfeld ráðleggur fólki líka að reyna bara að vera virkt almennt séð. Líkaminn er alltaf að brenna hitaeiningum þannig að það er gott að gera hluti eins og að fara í göngutúra, standa yfir daginn og sinna heimilisstörfunum. Það hjálpast allt að, segir hann.

Hann ráðleggur fólki líka að einblína ekki á kílóatöluna þegar kemur að hreyfingu, heldur hugsa um hvaða markmið það hefur og velja æfingar út frá því. En vilji fólk einfaldlega líta vel út og líða vel sé best af öllu að blanda saman þol- og styrktaræfingum. ■

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki



GLÆNÝR BÍLL - ÓTRÚLEGT VERÐ - 4.177Þ!!!

NISSAN LEAF TEKNA 40kwh. Glænýr árgerð 2021, 100% rafmagn, Sjálfskiptur. TEKNA útfærsla með leðri, bakkmyndavél, propilot, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Bíll í ábyrgð. Drægni 270km. VERÐ AÐEINS kr.4.177.000- Rnr.120626. Til afhendingar strax hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3c.

GLÆNÝR BÍLL - ÓTRÚLEGT VERÐ - 4.177Þ!!!

NISSAN LEAF TEKNA 40kwh. Glænýr árgerð 2021, 100% rafmagn, Sjálfskiptur. TEKNA útfærsla með leðri, bakkmyndavél, propilot, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Bíll í ábyrgð. Drægni 270km. VERÐ AÐEINS kr.4.177.000- Rnr.120628. Til afhendingar strax hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3c.

ALGJÖR DRAUMUR!!!

VOLVO XC60 T8 Twin engine 4x4. Árgerð 2019, ekinn 39þ.km., bensín/rafmagn, Sjálfskiptur. Ný þjónustaður af Brimborg. 19" Álfelgur, Leður, Lúga, Bakkmyndavél o.fl o.fl. Lítur virkilega vel út. Verð aðeins kr.7.977.000. Rnr.120571. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bílasölu, Skeifunni 3c.

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

Bílar óskast

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

Þjónusta

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

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

Heilsa

Heilsuvörur

Keypt & Selt

Til sölu

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir dióðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18 og á laugardögum í desember 10-16.

Húsnæði

Atvinnuhúsnæði

Skrifstofuherbergi-vinnuherbergi til leigu. ca. 10 fm, í Skútuvogi. Uppl. í s. 864 1219.

Geymsluhúsnæði

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

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

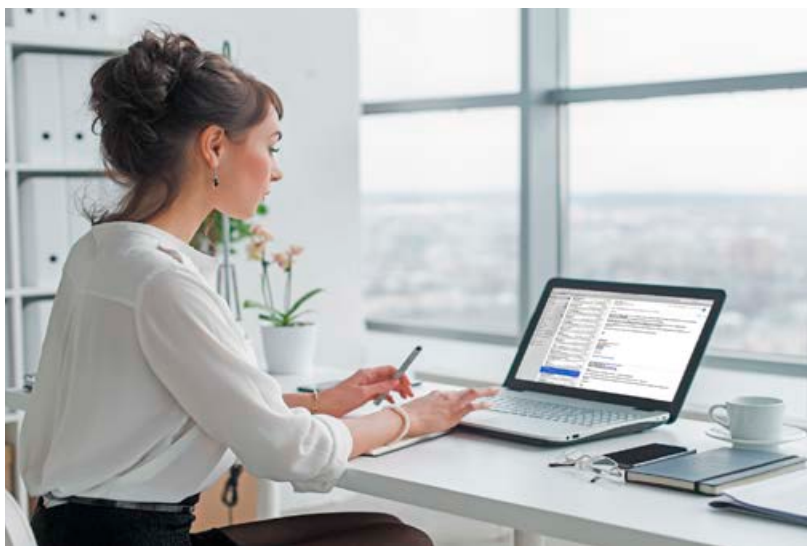
Nýr 2022 Ford Transit 350 Trend

Verð:
5.300.000,- án vsk.

Double Cab 7 manna
með 3,2 m. palli.

Þessir bílar eru ófánlegir í dag en við eigum þennan til afhendingar strax !

SPA R I bíll
www.sparibill.is
Fiskislóð 16 · Sími 577 3344



Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningar sniðnar að þörfum viðskiptavinarins.

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

ráðum
ráðningarstofa

Merkisatburðir

1788 Fyrstu forsetakosningarnar í Bandaríkjunum hefjast.
1888 Glímufélagið Ármann er stofnað á Íslandi.
1916 Þórhallur Bjarnarson biskup deyr.
1953 **Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri** er tekið í notkun.
1973 Bandarísku geðlæknasamtökin taka samkynhneigð út af lista yfir geðraskanir.
1984 **Ragnheiður Gröndal** söngkona fæðist.
2004 Bobby Fischer fær landvistarleyfi á Íslandi.
2018 Nærri 200 ríki heims samþykkja reglur fyrir útfærslu Parísarsamkomulagsins á loftslagsráðstefnu í Katovice.

Þvörusleikir kemur til byggða

birnadrofn@frettabladid.is

Frá því upp úr árinu 1930 hefur Þvörusleikir gefið stilltum börnum gjafir í skóinn á þessum degi. Óþægum börnum gefur hann kartöflu. Hann er sá fjórði í röð þrettán jólasveina sem arka til byggða dagana fyrir jól.

Þvörusleikir hefur þó komið til byggða fyrir jólin löngu áður en hann byrjaði að gefa börnum í skóinn. Honum hefur alltaf þótt afskaplega gott að sleikja þvörur og stalst hann því reglulega inn í eldhús þegar hann fékk færi á.

Þvara, sem er gamalt orð yfir sleif, var notuð til að hræra í pottum og vissi Þvörusleikir fátt betra en að sleikja mat af þvörunni.

Þvörusleikir er í Þjóðsögum Jóns Árnasonar frá árinu 1862 sagður fjarskalega mjór og ósköp glaður er hann sagður hafa orðið þegar eldabuskan fór frá pottunum og hann komst í þvöruna.

Þá þaut hann eins og elding og greip þvöruna. Hann hélt um hana með báðum höndum á meðan hann sleikti hana því hún gat verið sleip. ■

Hera Hallbera kannar reglulega hvernig vinirnir hafa það og segir það mikil forréttindi að fá að fylgjast með. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Þarna gerast stundum töfrar

Vöntun er á sjálfboðaliðum til að gerast vinir. Verkefnastjóri hjá Rauða krossinum segir það forréttindi að fá að fylgjast með töfrunum gerast.

arib@frettabladid.is

Mikil gróska er í heimsóknarvinum, símavinum, hundaheimsóknarvinum og gönguvinum hjá Rauða krossinum á Íslandi en enn er þörf á fleiri sjálfboðaliðum.

„Við fáum inn frábæra sjálfboðaliða, annars gætum við ekki gert þetta en það er meiri eftirspurn en framboð," segir Hera Hallbera Björnsdóttir, verkefnastjóri Heimsókna- og gönguvina hjá Rauða krossinum á Íslandi.

„Á tímabili í þessu ástandi þar sem heimsóknir voru óheimilar var farið yfir í að virkja símavini." Nú eru heimsóknir heimilaðar á ný og símavinum heldur áfram að fjölga. „Þetta hefur sprungið út. Fyrir Covid voru þetta um tíu símavinir, nú eru þetta meira en hundrað."

Gerir ótrúlega mikið

Í dag eru um 350 virkir sjálfboðaliðar sem paraðir eru saman við gestgjafa. „Svo eru á bilinu 50 til 60 gestgjafar sem bíða eftir að fá vin," segir Hera.

„Þetta gerir ótrúlega mikið fyrir marga. Þó að þetta sé ekki meira en samtals klukkutími á viku."

Miðað er við að símavinir taki tvö hálfrar klukkustundar símtöl á viku. „Margir sjálfboðaliðar hvá við að heyra að þetta sé ekki meira. Fyrir marga gerir þessi hálftími alveg ótrúlega mikið og hefur sýnt sig í gegnum tíðina að það bætir lífið á svo marga vegu." Á það bæði við um gestgjafana og sjálfboðaliðana.

Faraldur afhjúpað stærð hópsins

Heimsóknarvinir mega gera nánast hvað sem er sem þá langar til að því gefnu að það sé rætt í heimsókninni á undan. „Sumir fara bara heim til gestgjafa, svo fara margir saman í bíó, leikhús eða á kaffihús."

Hundaheimsóknarvinir heimsækja helst stofnanir en einnig einstaklinga.

Fram kemur á lýðheilsuvakt Embættis landlæknis fyrir nóvembermánuð að tæp 15 prósent landsmanna finni oft eða mjög oft fyrir einmanaleika.

„Mánuðirnir frá því að faraldurinn hófst hafa reynt mikið á mjög marga. Þeir sem hafa lítið bakland og fáa í kringum sig, Covid hefur kastað þeim út í horn og gert þeim enn erfiðara fyrir að mynda tengsl," segir Hera.

> Covid-faraldurinn hefur afhjúpað hvað það er stór hópur hér á landi sem býr við félagslega einangrun.

„Covid-faraldurinn hefur afhjúpað hvað það er stór hópur hér á landi sem býr við félagslega einangrun."

Sjálf segir Hera að hún sé í miklu forréttindastarfi að heyra reglulega í sjálfboðaliðum og gestgjöfum til að kanna hvernig gangi. „Þakklætið á báða bóga er svo mikið. Þarna gerast stundum töfrar. Það er svo dásamlegt." ■

Elskulegur eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Gunnar Aðalsteinsson
Baugakór 12, Kópavogi,

varð bráðkvaddur á heimili sínu sunnudaginn 5. desember. Útför fer fram fimmtudaginn 16. desember klukkan 11. Vegna aðstæðna í samfélaginu verða eingöngu nánustu aðstandendur viðstaddir athöfnina. Streymt verður frá athöfninni, hlekk má nálgast á heimasíðu Digraneskirkju, www.digraneskirkja.is

Soffía Jóhanna Gestsdóttir
Emilía Maí Gunnarsdóttir **Hrafnhildur Skúladóttir**
Valgerður Dís Gunnarsdóttir **Halldór Margeir Hönnuson**
Sólrún Aspar
Baldur Blær, Sara Jóhanna, Gunnar Skúli,
Sædís Hera og Anton Emil

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

Þetta gerðist: 15. desember 1966

Walt Disney lést úr lungnakrabbameini

Walter Elias Disney lést þennan dag fyrir 55 árum. Disney var bandarískur teiknari og kvikmyndaframleiðandi sem var þekktastur fyrir að leikstýra, framleiða og hanna teiknimyndir. Árið 1923 stofnaði hann ásamt bróður sínum, Roy O. Disney, Walt Disney-fyrirtækið.

Disney skapaði margar þekktustu teiknimyndapersónur heims, til dæmis Mikka og Mínu mús, Andrés Önd, Guffa og Plútó. Árið 1937 kom út fyrsta kvikmynd Disney í fullri lengd, Mjallhvít og dvergarnir sjö. Síðan þá hefur fyrirtækið gefið út hundruð kvikmynda.

Walt Disney hafði reykt mikið allt sitt líf og lést úr lungnakrabba. Skömmu eftir andlát hans fóru á kreik sögusagnir um að Disney sjálfur hefði gert þær ráðstafanir að lík hans yrði fryst í þeirri von að hægt væri að endurlífga hann þegar læknavísindum hefði fleygt nægilega fram.

Staðreyndin er sú að lík Walt Disney var brennt en flökkusagan um að það hafi verið fryst lifir enn þann dag í dag góðu lífi. Enginn veit hver uppruni hennar er en margir telja að sagan hafi byrjað sem svartur húmor hjá einum teiknara Disney-fyrirtækisins.

Nokkrar klukkustundir liðu frá því að Disney lést þar til það var tilkynnt opinberlega og ætla má að það hafi einnig kynnt undir sögusögnunum um frystinguna. Ástæðan er þó sú að tilkynna þurfti ættingum hans og stjórnendum fyrirtækisins um andlátið áður en það var gert opinbert. ■

Walt Disney fæddist 5. desember árið 1901. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

VILDARKORT LINDAR:

30% AFSLÁTTUR

HJÁ EFTIRFARANDI FYRIRTÆKJUM:

S.HELGASON · Z brautir & gluggatjöld · HÚSGAGNA HÖLLIN · DORMA · Betra BAK · Flügger litir · Parki · VÍDD · HÚSASMIÐJAN

DÆMISÖGUR FRÁ VIÐSKIPTAVINUM

Jón og Gunna eru ungt par sem keypti sína fyrstu íbúð nýlega. Íbúðin þarfnaðist viðhalds og þau vantaði ný húsgögn, rúm og gardínur.

Þau máluðu í búðina, skiptu um gólfefni, tóku baðherbergið í gegn og skiptu um blöndunartæki

Þar sem þau voru í viðskiptum við Lind fasteignasölu fékkst **30% afsláttur** af öllu því sem þau vanhagaði um.

Með vildarkortinu spöruðu þau sér:
687.368 kr.

Jónína, kona á besta aldri, keypti sér nýja íbúð. Í hana vantaði öll ljós, parket og gardínur og sófinn sem hún átti var of stór þar sem hún var að minnka við sig.

Hún keypti það sem hana vantaði, viðarparket, fallegar gardínur og screen, borðstofuborð, stóla og sófa.

Þar sem hún var í viðskiptum við Lind fasteignasölu og nýtti sér **vildarkortið,** sparaði hún umtalsverða fjárhæð.

Með vildarkortinu spöruðu hún sér:
458.978 kr.

Borgþór og Aníta eru hjón um fimmtugt. Þau keyptu sér gamalt einbýlishús sem þarfnaðist yfirhalningar.

Þau tóku húsið meira og minna í gegn, skiptu um öll gólfefni, endurnýjuðu tvö baðherbergi ásamt því að sparsla og mála allt húsið. Þau settu granítborðplötur í eldhúsið og annað baðherbergið, skiptu svo út öllum gardínum og keyptu sér að lokum nýtt rafmagnsrúm í versluninni Betra bak.

Með vildarkortinu spöruðu þau sér:
1.442.500 kr.

Markaðsaðstæður á fasteignamarkaði í dag eru óvenjulegar

Það hafa aldrei verið færri eignir til sölu., sérstaklega þar sem fólk finnur ekki réttu eignina áður en það setur sína eigin á sölu. Það eru nokkrar leiðir færar til að leysa þessi mál sem við getum kynnt fyrir þér.

Settu heimilið þitt á sölu hjá okkur og við finnum nýtt heimili handa þér áður en þú selur.
Við kíkjum í heimsókn, gerum verðmat ásamt lýsingu á eigninni. Jafnframt mætum við með atvinnuljósmyndara og gerum allt klárt. Þegar draumaeignin kemur setjum við allt á fullt og hjálpum þér við kaupin á nýju heimili.

Ef við finnum ekki nýtt heimili, né seljum það gamla, tökum við enga þóknun fyrir.
Skráðu eignina eða fáðu tilboð í þjónustu og lausnir á **www.fastlind.is**

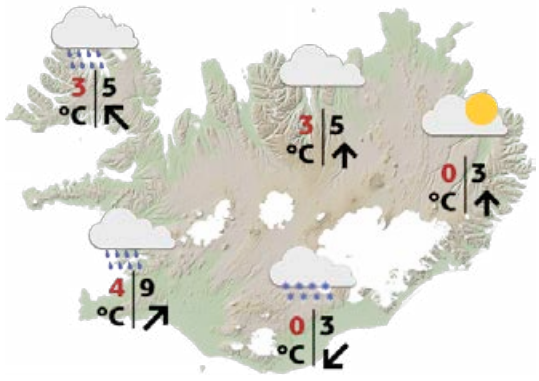
Á Lind fasteignasölu starfa yfir **30 löggiltir fasteignasalar** með áratuga reynslu á öllum aldri, allt **frá 25 ára til 66 ára** og jafnt kynjahlutfall tryggir það að allir ættu að geta fundið fasteignasala við sitt hæfi.

Húsgagnahöllin: 30% afsláttur af öllum vörum.
Betra bak: 30% afsláttur af öllum vörum.
Dorma: 30% afsláttur af öllum vörum.
Flügger: 30% afsláttur af allri innimálningu.
S. Helgason: 30% afsláttur af öllum borðplötum.
Parki: 30% afsláttur af öllum vörum nema innréttingum.
Z brautir og gluggatjöld: 30% afsláttur af öllum vörum.
Vídd: 30% afsláttur af öllum vörum..
Húsasmiðjan: 30% afsláttur af hreinlætistækjum og ljósum.
ATH! Afslátturinn gildir ekki á útsölum.

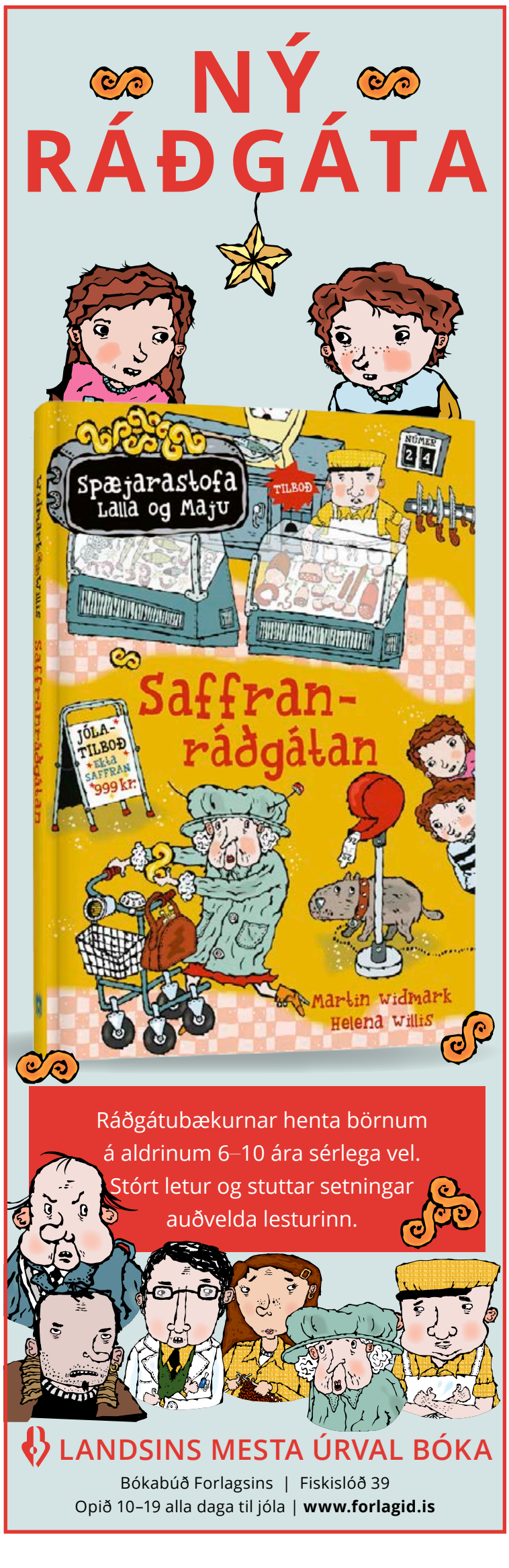
LIND FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4
Sími: 510 7900
www.fastlind.is

Veðurspá Miðvikudagur



Suðvestan 8-15 í dag og áfram skúrir eða él, en léttskýjað um landið norð-austanvert. Hiti yfirleitt á bilinu 0 til 5 stig. ■



Skák Gunnar Björnsson

Svartur á leik

Spiridinov átti leik gegn Uhlmann í Polanicz árið 1981.

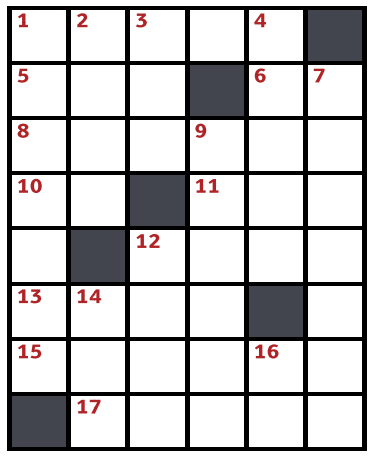
1...Bxe4! 2. fxe4 Dxe3! 3. Dxe3 Rg4+ 4. Kh3 Rxe3 5. He1 Rg4 og svartur vann um síðir. Adam Omarsson vann Bikarsyrpu TR sem fram fór síðustu helgi. Þorsteinn Jakob Þorsteinsson og Sigurður Páll Guðnýjarson urðu í 2.-3. sæti.

www.skak.is: Nýjustu skákfréttir. ■

Krossgáta

LÁRÉTT
1 hljóðfæri
5 kk nafn
6 verkfæri
8 vingsa
10 í röð
11 hjartardýr
12 línurit
13 eirðarleysi
15 pilar
17 svíkja

LÓÐRÉTT
1 frammjór
2 svipt
3 drykkur
4 spássera
7 bæta
9 örvera
12 hremma
14 grynning
16 nóta



LÁRÉTT: 1 orgel, 5 dúi, 6 al, 8 dingla, 10 nn, 11 elg, 12 graf, 13 óró, 15 rimlar, 17 falsa.
LÓÐRÉTT: 1 oddmjór, 2 rúin, 3 gin, 4 lalla, 7 lag-færa, 9 gerill, 12 góma, 14 rif, 16 as.

Sudoku

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

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

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

JÓLIN HLJÓMA BETUR MEÐ SAMSUNG HEIMABÍÓI

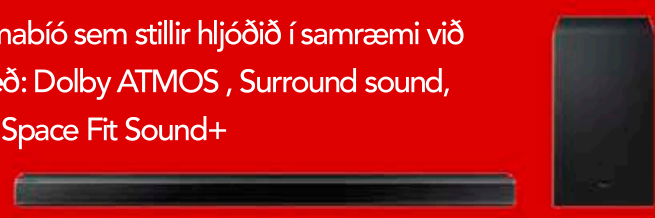
SAMSUNG The Frame
á jólatilboði

Breyttu sjónvarpinu þínu í myndasafn með fallegum listaverkum, öll vinsælu snjöllu sjónvarpsforritin, veggfesting og One Connect box fylgir með, því aðeins ein snúra í sjónvarpið. Nýtt útlit, en nú er það örþunnt og hangir alveg upp við vegg! Til í stærðum frá 43" til 75".

The Frame verð:

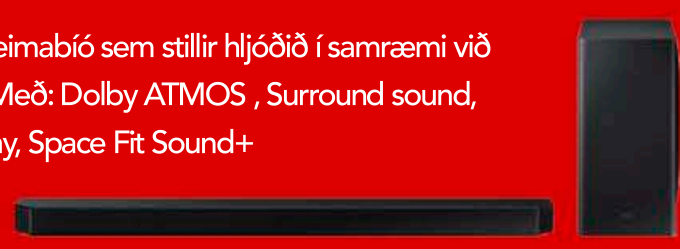
Stærð 43" - kr. 159.900,-
Stærð 50" - kr. 199.900,-
Stærð 55" - kr. 219.900,-
Stærð 65" - kr. 279.900,-
Stærð 75" - kr. 419.900,-

Glæsilegt heimabíó sem stillir hljóðið í samræmi við herbergið. Með: Dolby ATMOS , Surround sound, Q-Symphony, Space Fit Sound+



Soundbar Q710A kr. 79.920,-
á jólatilboði

Glæsilegt heimabíó sem stillir hljóðið í samræmi við herbergið. Með: Dolby ATMOS , Surround sound, Q-Symphony, Space Fit Sound+



Soundbar Q910A kr. 135.915,-
á jólatilboði

SAMSUNG QLED Q60A
á jólatilboði

Stærð 55" kr. 149.900,-

QLED Smart TV - öll vinsælu snjallforritin.

JÓLIN ERU Í ORMSSON
LÁGMÚLA 8 OG AKUREYRI

Umbra heldur jólatónleika í Laugarneskirkju. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Tónleikar Umbru

kolbrunb@frettabladid.is

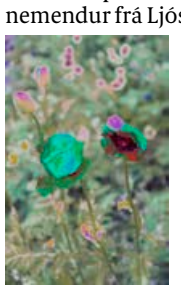
Jólatónleikar Umbru, Ómur jóla, verða haldnir föstudaginn 17. desember klukkan 20.00 í Laugarneskirkju. Á efnisskrá eru lög af jólaplötu hópsins Jólatíð, ásamt úrvali úr safni jólaútsetninga hljómsveitarinnar á fornum jólastefjum frá hinum ýmsu löndum.

Umbra eru: Alexandra Kjeld: kontrabassi og söngur, Arngerður María Árnadóttir: orgel, keltneskar hörpur og söngur, Guðbjörg Hlín Guðmundsdóttir: fiðla, víóla, langspil og söngur, og Lilja Dögg Gunnarsdóttir: söngur og flauta. Sérstakur gestur á tónleikunum þann 17. desember verður Matthías Hemstock á slagverk. ■

Útskriftarsýning Ljósmyndaskólans

kolbrunb@frettabladid.is

Útskriftarsýning Ljósmyndaskólans verður opnuð laugardaginn 18. desember í Ljósmyndasafni Reykjavíkur. Að þessu sinni útskrifast átta nemendur frá Ljósmyndaskólanum.



Verk á sýningunni.

Útskriftarverk þeirra eru fjölbreytt enda spanna viðfangsefni og aðferðir nemenda vítt svið. Þeir takast þar á við margvísleg viðfangsefni út frá ólíkum forsendum, mismunandi nálgun, listrænni sýn og fagurfræði. Verkin á sýningunni endurspegla þannig gróskuna í samtímaljósmyndun og fjölbreytta möguleika sem felast í ljósmyndamiðlinum.

Sýningin stendur frá 18. desember til 9. janúar. Sýningarstjóri er Katrín Elvarsdóttir. ■

Júlía og Kamilla segja bækurnar ólíkar að efni og efnistökum. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Ástarsaga og óður til vináttu

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb
@frettabladid.is

Systurnar Júlía Margrét og Kamilla Einarsdætur eru báðar með skáldsögu í jólabókaflóðinu.

Bók Júlíu Margrétar heitir Guð leitar að Salóme. Salóme týnir kettinum sínum og skrifar bréf á Kringlukránni þar sem hún opinberar sig í fyrsta sinn og leitar skilnings á fjölskyldusögunni og ástinni. „Þetta er ástarsaga og smábæjarharmleikur þriggja kynslóða á Akranesi. Hún inniheldur tilfinningar, húmor, draugagang og ljóðrænu og gerist að mestu um aldamótin 2000 þegar allir voru með tölvudýr og Húbba búbba í Kringlunni," segir Júlía Margrét.

Bók Kamillu ber hinn hressilega titil Tilfinningar eru fyrir aumingja. Aðalpersónan er Halla sem fær vini sína til að stofna með sér metalband. Á sama tíma geisa stormar í einkalífi hennar. „Ég hugsa bókina sem óð til vináttunnar. Þetta er ekki ástarsaga enda hafa sambönd aldrei gagnast neinum. Ég er fjörutíu og tveggja ára og er að sjá vini mína á þriðja skilnaði," segir Kamilla.

Nóg til að tala um

Þær segja bækurnar tvær vera ólíkar að efni og efnistökum. „Júlía er svo ljóðræn, blíð og einlæg," segir Kamilla. „Kamilla getur líka verið viðkvæm. Við tölum mikið saman um tilfinningar, þótt hún vilji ekki gangast við því," segir Júlía Margrét. Kamilla bætir við: „Ég held að Júlía sé miklu meiri töffari en ég því hún þorir að vera opin með það hvað hún er viðkvæm."

Þær segjast ekki lesa yfir hvor fyrir aðra. „Við höldum þessu aðskildu, en ég tala mikið við Júlíu og spyr hana hvernig ég geti látið eitthvað ganga upp og líka varðandi íslenskuna því þar er hún betri en ég," segir Kamilla. „Við segjum hvor annarri hverju við erum að vinna í en erum báðar þannig að við viljum láta efnið gerjast í rólegheitum hjá okkur," segir Júlía Margrét. „Við höfum líka nóg annað að tala um."

> Við tölum mikið saman um tilfinningar, þótt hún vilji ekki gangast við því.
>
> Júlía Margrét

Gaman að fá gullmiða

Foreldrar þeirra, Einar Kárason rithöfundur og Hildur Baldursdóttir bókasafnsfræðingur, lesa handrit þeirra ekki yfir. „Ef ég fengi að ráða myndu þau heldur ekki lesa bækurnar okkar," segir Kamilla og Júlía Margrét segir: „Það er mjög vandræðalegt að koma heim og sjá að mamma og pabbi eru að glugga í bókina manns."

Þær systur segja enga samkeppni ríkja þeirra á milli. „Það væri góð saga en svo er alls ekki. Við ætlum að eiga þann rík inni, þá hringjum við í þig!" segir Kamilla.

Bók Kamillu er tilnefnd til Íslensku bókmenntaverðlaunanna, spurð hvernig tilfinning það sé segir hún: „Það er skrýtið og óvænt. Ég veit ekki hvaða áhrif það hefur. Það er allavega gaman að fá gullmiða á bókina. Þegar ég fer í ríkið vel ég alltaf vín með gullmiða en svo stendur kannski á flöskunni: Besta vínið í bláum flöskum í nágrenni Stuttgart." ■

Kordo kvartettinn leikur Beethoven og Mendelssohn í Norðurljósum

kolbrunb@frettabladid.is

Sunnudaginn 19. desember næstkomandi klukkan 16.00 mun Kordo kvartettinn flytja eitt helsta kammerverk Ludwigs van Beethoven, strengjakvartett nr. 15 op. 132 í a-moll, á tónleikum í Norðurljósum Hörpu. Kvartettinn er einn sá lengsti úr smiðju Beethovens og var saminn tveimur árum fyrir dauða tónskáldsins, þegar það einbeitti sér öðru fremur að skrifum strengjakvartetta.

Á tónleikunum mun Kordo kvartettinn einnig leika strengjakvartett nr. 2 op. 13 eftir Felix Mendelssohn. Sá kvartett er einnig í a-moll og undir miklum áhrifum af kvartettum Beethovens, sér í lagi þeim fimmtánda. Þar má heyra vitnað í

Kordo kvartettinn verður í Hörpu á sunnudag.

ótal stef úr kvartett Beethovens, og einnig líkindi með formi og byggingu hans. Því er áhugavert að heyra þessi tvö verk hljóma hlið við hlið á tónleikum.

Kordo kvartettinn skipa fiðluleikararnir Páll Palomares og Vera Panitch, víóluleikarinn Þórarinn Már Baldursson og sellóleikarinn Hrafnkell Orri Egilsson. ■

★★★★½

„... grípandi, áhugaverð og listavel sögð.“

EINAR FALUR INGÓLFSSON / MORGUNBLAÐIÐ

„... snilldarvel unnin söguleg skáldsaga.“

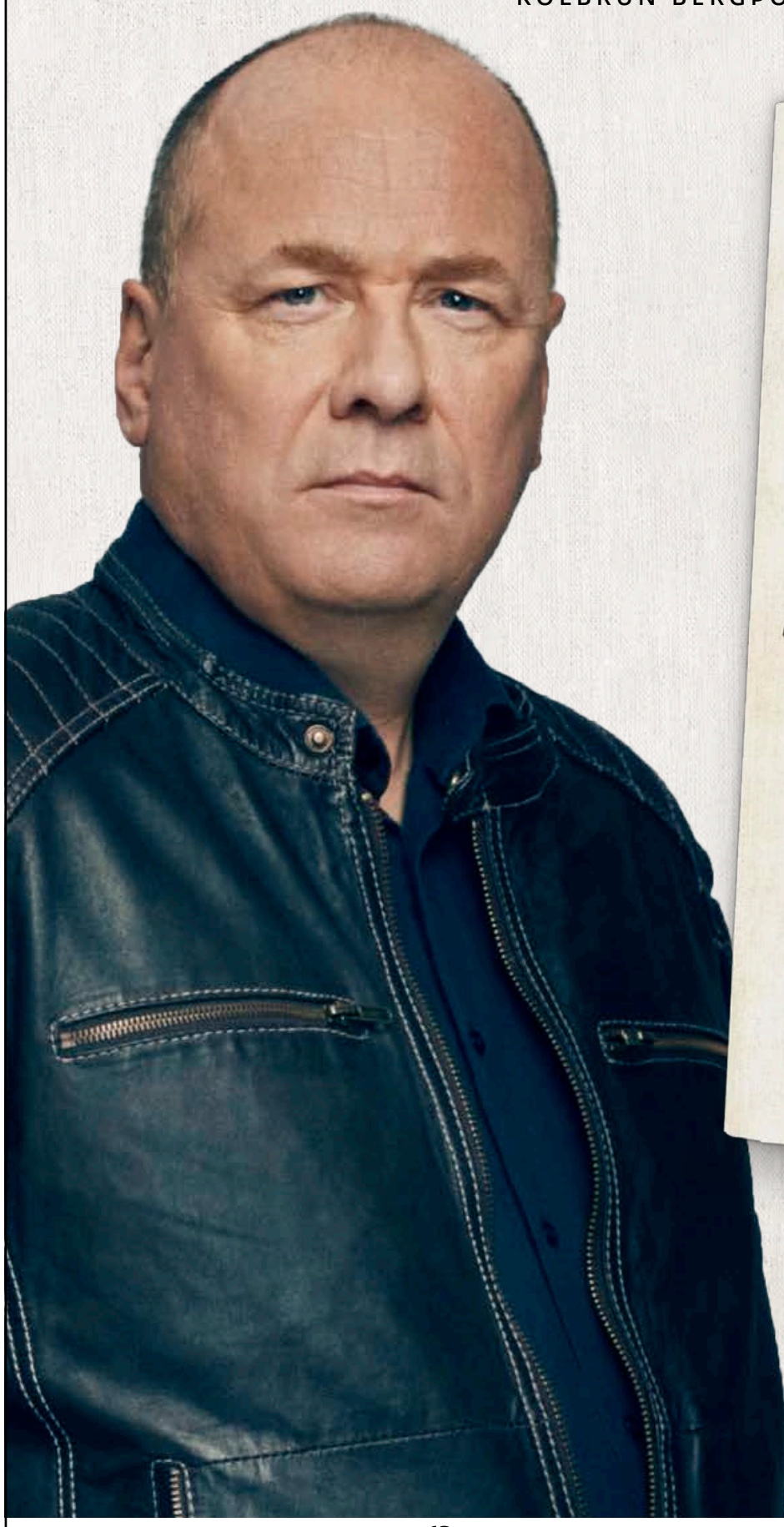
KRISTJÁN JÓHANN JÓNSSON / FRÉTTABLAÐIÐ

„... vel heppnuð söguleg skáldsaga sem ég held að margir lesendur muni tengja við.“

KOLBRÚN BERGÞÓRSDÓTTIR / KILJAN

ÍSLENSKU BÓKMENNTA VERÐLAUNIN
Tilnefning

1 BÓKSÖLU LISTINN
Topplistinn
30.nóv – 6.des 2021



Meistaralega fléttuð örlagasaga frá langvinsælasta höfundi þjóðarinnar.

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

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

Miðvikudagur

Hringbraut

18.30 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 **Markaðurinn** Viðskiptafréttir samtímans í umsjón blaðamanna Markaðarins.
19.30 **Saga og samfélag** Saga og samfélag er þáttur þar sem málefni líðandi stundar verða rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknum fræðimanna á margvíslegum sviðum.
20.00 **Kvennaklefinn** Heimsborgaralegur, hreinskilinn, fjörugur, óvenjulegur og ótrúlega skemmtilegur þáttur fyrir konur, um konur.
20.30 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
21.00 **Markaðurinn (e)**

RÚV Sjónvarp

13.00 **Heimaleikfimi**
13.10 **Kastljós**
13.25 **Menningin**
13.30 **Á tali við Hemma Gunn**
14.20 **Okkar á milli**
15.00 **Á götunni - Í aðdraganda jólanna**
15.30 **Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps**
15.45 **Jóladagatalið. Jólasótt**
16.10 **Aðstoðarmenn jólasveinanna** Duushús.
16.20 **Noregur - Rússland** Bein útsending frá leik í 8-liða úrslitum á HM kvenna í handbolta.
18.00 **Landakort** Allir fara brosandi út eftir sönginn.
18.05 **KrakkaRÚV**
18.06 **Jóladagatalið. Saga Selmu**
18.19 **Jóladagatalið. Jólasótt**
18.45 **Jólalag dagsins** Króli - Það snjóar
18.52 **Vikinglottó**
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 með viðmælendum um land allt.
19.50 **Menningin**
20.05 **Kiljan** Þáttur sem er löngu orðinn ómissandi í bókmenntaumræðunni í landinu. Egill og bókelskir félagar hans fjalla sem fyrr um forvitnilegar bækur af ýmsum toga og úr öllum áttum. Umsjón: Egill Helgason.
21.00 **Skammhlaup Glitch**
22.00 **Tíufréttir**
22.15 **Veður**
22.25 **Murdoch-veldið The Rise of the Murdoch Dynasty** Heimildarþáttaröð í þremur hlutum frá BBC um ótrúlega sögu fjölmiðlaveldis Ruperts Murdochs þar sem skyggnst er inn í áhrifin sem Murdoch hefur á bak við tjöldin og valdabaráttuna innan hans eigin fjölskyldu.
23.20 **Heimur myndasagna með Robert Kirkman Robert Kirkman's Secret History of Comics**
00.00 **Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

09.10 **Omega Dubai Desert Classic**
13.40 **Golfarinn**
14.10 **Golfarinn**
14.40 **Sentry Tournament of Champions**
19.25 **Uppgjörþáttur PGA Tour Champions**
20.25 **Investec South African Women's Open**

Sjónvarp Símans

11.30 **Dr. Phil**
12.15 **The Late Late Show**
13.00 **Ástríða**
13.35 **Gordon, Gino and Fred. Road Trip**
14.50 **The King of Queens**
15.10 **Everybody Loves Raymond**
15.35 **Gnómeó and Júlía - ísl. tal**
17.00 **Fjársjóðsflakkarar (29.52)**
17.10 **Fjársjóðsflakkarar (30.52)**
17.25 **Tilraunir með Vísinda Villa**
17.30 **Jóladagatal Hurðaskellis og Skjóðu**
17.35 **Dr. Phil**
18.20 **The Late Late Show**
19.05 **Jóladagatal Hurðaskellis og Skjóðu**
19.10 **Solsidan**
19.40 **The Neighborhood**
20.10 **Survivor**
21.00 **New Amsterdam**
21.50 **The Bay**
22.40 **Interrogation**
23.25 **The Late Late Show**
00.10 **Dexter**
01.00 **The Resident**
01.45 **Walker**
02.30 **The Twilight Zone (2019)**
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 **Hádegið Fyrri og seinni hluti**
12.20 **Hádegisfréttir**
12.42 **Hádegið**
13.00 **Dánarfregnir**
13.02 **Samfélagið**
14.00 **Fréttir**
14.03 **Hvít jól**
15.00 **Fréttir**
15.03 **Svona er þetta**
16.00 **Síðdegisfréttir**
16.05 **Víðsjá**
17.00 **Fréttir**
17.03 **Lestin**
18.00 **Spegillinn**
18.30 **Þjóðsögukistan** Þjóðsögur um álfatær, óþokka og galdrabók.
18.50 **Veðurfregnir**
18.53 **Dánarfregnir**
19.00 **Endurómur úr Evrópu** Píanódúettar með Daníel Barenboim og Mörthu Argerich.
20.35 **Mannlegi þátturinn**
21.40 **Kvöldsagan. Í verum, seinna bindi** (24 af 32)
22.00 **Fréttir**
22.05 **Veðurfregnir**
22.10 **Samfélagið**
23.05 **Lestin**

Stöð 2 Bíó

13.00 **Lego DC. Batman - Family Matters**
14.20 **Matters of the Heart**
15.35 **Superhero Movie**
17.00 **Lego DC. Batman - Family Matters**
18.15 **Matters of the Heart**
19.35 **Superhero Movie**
21.00 **Ashes in the Snow**
22.35 **Old Man and the Gun**
00.05 **Greta**
01.45 **Ashes in the Snow**

Stöð 2

08.00 **Heimsókn**
08.20 **The Mentalist**
09.05 **Bold and the Beautiful**
09.25 **Jóladagatal Árna í Árdal**
09.35 **Divorce**
10.05 **All Rise**
10.45 **Hálendisvaktin**
11.10 **Líf dafnar**
11.50 **Friends**
12.15 **Friends**
12.35 **Nágrannar**
12.55 **The Office**
13.15 **GYM**
13.45 **The Cabins**
14.30 **Manifest**
15.10 **Flúr & fólk**
15.40 **Sendiráð Íslands**
16.00 **Holly & Ivy** Dramatísk jóla- og fjölskyldumynd frá 2020. Byggingaverktaki aðstoðar konu við að endurnýja hús svo hún geti ættleitt börn veiks nágranna.
17.25 **Bold and the Beautiful**
17.50 **Nágrannar**
18.20 **Annáll 2021** Fréttastofa Stöðvar 2, Vísis og Bylgjunnar rifjar upp árið alla virka daga í desember. Umfjöllunarefni. Erlent.
18.26 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.50 **Sportpakkinn**
18.55 **Ísland í dag**
19.10 **First Dates**
19.55 **Grey's Anatomy**
20.45 **Road to Christmas**
22.10 **Coroner**
22.55 **Sex and the City**
23.25 **Damages**
00.05 **Damages**
00.50 **NCIS**
01.35 **Outlander**
02.35 **The Mentalist**
03.15 **Friends**
03.40 **Friends**
04.00 **The Office**

Stöð 2 Sport

06.55 **Þór Þ. - KR** Útsending frá leik í Subway-deild karla.
08.35 **Stjarnan - Njarðvík**
10.20 **Tilþrifin**
11.05 **Keflavík - Tindastóll**
12.45 **Subway Körfuboltakvöld karla**
13.45 **Skallagrímur - Fjölnir** Útsending frá leik í Subway-deild kvenna.
15.25 **Keflavík - Valur**
17.05 **Subway Körfuboltakvöld kvenna**
18.05 **Breiðablik - Keflavík** Bein útsending frá leik í Subway-deild kvenna.
20.05 **Valur - Haukar** Bein útsending frá leik í Subway-deild kvenna.
22.05 **Breiðablik - Keflavík**
23.45 **Valur - Haukar**

Stöð 2 Sport 2

07.15 **Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar**
08.05 **Fréttaþáttur Evrópudeildarinnar**
08.55 **Lokasóknin**
10.00 **Lazio - Galatasaray**
11.40 **Fréttaþáttur Evrópudeildarinnar**
12.30 **Zenit - Chelsea**
14.10 **Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar**
15.00 **West Ham - Dinamo Zagreb**
16.40 **Fréttaþáttur Evrópudeildarinnar**
17.30 **Benfica - Dynamo Kiev**
19.10 **Ensku bikarmörkin**
19.40 **Barrow - Ipswich** Bein útsending frá leik í ensku bikarkeppninni, FA Cup.
21.40 **Lokasóknin**
22.45 **Chiefs - Raiders**
01.05 **Knicks - Bucks**

Létt og leikandi Óskajógúrt

í jólaundirbúningnum

Óskajógúrt hefur verið sjálfsagður hluti af matarmenningu íslensku þjóðarinnar í rúm 40 ár. Þín óskastund getur verið hvenær sem er en næsta Óskajógúrt er sjaldan langt undan.

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA

Gleðigjafar komnir í sóttvarinn jólaham

Vel sóttvarin og varkár eru Bjöggi, Hera, Emmsjé Gauti, Tvíhöfði, Baggalútur og Ari Eldjárn til í tuskið þegar aðventugleðin og tónleikafjörið ná hámarki rúmri viku fyrir jól. Fréttablaðið tók sóttvarnastöðuna á mannskapnum og er ljóst að engir sénsar verða teknir enda mikið undir hjá þeim og gestum þeirra.

Gauti forðast knúsin í desember

odduraevar@frettabladid.is

Emmsjé Gauti

Rapparinn Emmsjé Gauti smalar vinum og kunningjum saman í jólaskemmtunina Jülevenner Emmsjé Gauta í Háskólabíói á miðvikudaginn og Þorláksmessu og tekur sóttvarnirnar vægast sagt hátíðlega.

„Já, ég fer persónulega extra varlega. Ég er að henda frá mér giggum sem eru í boði fram að jólatónleikum því maður ætlar ekki að taka extra áhættu og svo er maður mikið að spritta og lítið að knúsa. Þótt þetta sé knús-season er maður að reyna að forðast það."

Gauti segist þrátt fyrir allt vera furðuspakur. „Ég gæti valið mér að vera í alvöru stressi og kvíða og maður tók það svolítið út í fyrra og lítið sem kemur manni á óvart í þessum Covid-málum núna. Við erum bara að bíða og sjá og keyra skipið áfram þangað til einhver segir eitthvað annað."

Gauti lætur sér ekki nægja að skemmta á aðventunni heldur skemmtir hann sér líka. „Ég fór á Baggalút um helgina. Það var ótrúlega vel að þessu staðið og Háskólabíó með sóttvarnir upp á tíu. Ég fann ekki fyrir því nema einhverjar extra 40 sekúndur að finna strikamerkið í símanum."

Þá minnir hann á ómissandi hraðpróf um morguninn. En maður verður bara að snúa þessu upp í jákvæðni, vera í stemningunni, maður fær bara pinnann upp í heila í stemningunni."

Gauti gengur út frá því að allt gangi upp en fari allt á versta veg segist hann vera með varaáætlanir í gangi. „Maður er alveg drullupeppaður en er kannski langþreyttur. Það er verið að slaka og maður er að bóka gigg og svo að vinna við að afbóka gigg. It is what it is og við erum öll í þessu saman." ■

Gullvagninn með bóluefnapakkann

toti@frettabladid.is

Björgvin Halldórsson

„Auðvitað erum við að fara varlega. Hvernig spyrðu? Við förum eftir öllum hörðustu reglum sóttvarnalæknis," segir Björgvin Halldórsson, sjálfur Bó, nokkuð hvasst þegar hann er spurður út í sóttvarnir sínar í aðdraganda jólatónleika sinna sem eru einhverjir þeir rómuðustu og rótföstustu í seinni tíð.

Björgvin tekur á móti jólagestum sínum í Laugardalshöll á laugardagskvöld þar sem öllu verður, venju samkvæmt, tjaldað til. „Ég fór í PCR í morgun," sagði Bjöggi í gær áður en hann byrjaði æfingar. „Og ég fer aftur á miðvikudaginn og aftur á föstudaginn. Það eru allir í PCR. Allir listamenn, allir sem taka þátt í þessu og gestir."

Bjöggi segist sjálfur lengi hafa farið sérlega varlega og hann tekur enga sénsa. „Ég er eiginlega búinn að vera í hálfgerðri sóttkví bara alveg frá þetta byrjaði. Bara farið mjög varlega og forðast að umgangast fólk sem ég þekki ekki.

Við höfum hist aðeins vinirnir, bara með grímur, fengið okkur löns eða eitthvað svoleiðis. En þeir eru allir þríbólusettir og ég fór í ónæmispróf, inflúensusprautuna og ég er með þetta. Allan pakkann."

Þú ert sem sagt alveg gullsleginn í þessum efnum?

„Ég er bara gullvagninn," svarar Bó og bætir aðspurður við að það sé æðislega gaman að geta aftur tekið á móti jólagestum sínum fyrir fullum sal af fólki.

„Jú, jú. Það er æðislega gaman. Við vorum í fyrra í Borgarleikhúsinu með streymi og það voru um 15.000 manns sem keyptu sig inn á það út um allan heim." Bjöggi minnir á að streymið verði einnig í boði í ár en vitaskuld toppar ekkert það að vera á staðnum og þar hefur allt verið gulltryggt.

„Núna er þetta allt hólfað niður og allur pakkinn. Og ég passa mig alveg sérstaklega, maður, og ég ætla sko ekki að fara óvarlega. Það gengur ekki." ■

Í sjálfskipaðri sóttkví með Kára Stef

odduraevar@frettabladid.is

Ari Eldjárn

„Sæll og blessaður, ég heiti Kári Stefánsson og er forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar," heyrist sagt þegar hringt er í grínistann Ara Eldjárn til þess að forvitnast um hversu þjakaður af sóttkvíða hann er í miðri jólavertíð með sitt Áramótaskop.

Ekki er annað að heyra en sjálfur Kári hafi komist í síma Ara og hann heldur áfram. „Ég skil ekki að þú sért að hringja í einhvern ömurlegan grínista sem heitir Ari Eldjárn og biðja hann um að vera með þér í blaðinu þínu því að þessi maður er með athyglissýki á lokastigi og það seinasta sem hann þarf er lífslokameðferð hjá þér."

Kári hverfur skyndilega úr símanum og við tekur kunnugleg rödd hins eina sanna Ara Eldjárn sem greinilega telur sig hafa sagt nóg sem Kári. „Þú getur líka bara talað við mig!" segir hann skellihlæjandi. „Ég er búinn að vera að liggja yfir honum núna í nokkra daga," segir Ari og aldrei að vita hvort Kári mæti ekki hreinlega bara á Áramótaskopið.

„Annars er ég bara í sjálfskipaðri sóttkví. Ég ætla alls ekki að útsetja sjálfan mig. Venjulega er ég með skemmtanir niðri í bæ en núna er ég bara heima í felum," segir Ari.

„Ég er búinn að vera heima alveg heillengi og hitti engan nema nánustu fjölskyldu. Svo tala ég eiginlega bara við fólk í gegnum síma hvort eð er svo ég finn engan mun," segir grínarinn, að sjálfsögðu hlæjandi eins og vera ber.

„Því að ef ég skyldi lenda í hryllingnum sem er sóttkví þegar ég á að vera að sýna þá yrði ég að bregðast við því. Ég gæti fært sýningarnar fram í janúar eða febrúar og kallað þetta Sárabótarskop eða eitthvað. Sýningin virkar alveg þó hún sé færð en ég vil helst komast hjá því enda helvítis rask fyrir áhorfendur," segir Ari sem ætlar að Áramótaskopast í Hljómahöllinni 16. desember og áfram næstu daga á Hótel Selfossi, Hofi Akureyri, Hótel Valaskjálf og síðan í Háskólabíói frá 26. desember til 6. janúar.

Alger hraðprófasælkeri

„Ég er marineraður í spritti, sef með grímu og svo ætla ég að bomba mér í hraðpróf eins og brjálaður maður þegar törnin er í gangi. Svo þurfa allir að fara í hraðpróf sem koma á sýninguna, ég vil einmitt líka minna á það."

Ari segist aðspurður aldrei hafa lent í sóttkví. „Svo fór ég í eitt hraðpróf í sumar en síðasta mánuðinn er ég örugglega búinn að fara svona tíu sinnum. Þetta venst. Ég fer alltaf í Hörpu, ég er ánægðastur með pinnatæknina þar en þetta fer auðvitað eftir því hvað maður vill, sumir vilja bara fá skröpun, aðrir vilja bara smá ... hahahaha, ég er orðinn hraðprófasælkeri, algjör!" ■

Jákvæðnin er leiðarljósið

toti@frettabladid.is

Hera Björk

Jólaplatan Ilmur af jólum er tuttugu ára sem gefur söngkonunni Heru Björk kjörið og kærkomið tilefni til þess að slá upp hátíðlegum jólatónleikum, undir yfirskriftinni Ilmur af jólum í 20 ár, í Hallgrímskirkju að kvöldi mánudagsins 21. desember.

Þegar hún er spurð hversu langt hún gangi í persónulegum sóttvörnum í aðdraganda tónleikanna segist hún fara að öllu með gát en hafi þó ekki lokað sig af í sjálfskipaðri sóttkví.

„Það er nú bara því miður ekki hægt en já, svona eins og ég get. Ég held mig frá samkomum og er sjálf ekki innan um mikið af fólki. Ég er ekkert í Kringlunni eða Smáralindinni eða innan um hópa fólks," segir Hera.

Hún bendir þó á að óhjákvæmilega sé í mörg horn að líta fyrir svona tónleika og í þeim öllum leynist vitaskuld fólk. „En ég þarf náttúrlega að hitta fólk. Það þarf að æfa og ég hef þurft að skoða aðstæður, taka staðinn út og þannig," segir Hera sem að sjálfsögðu ber grímuna samviskusamlega í öllum sínum erindagjörðum.

„Já, já, og sprittið og svo held ég í gömlu, góðu trúna á þriðju sprautuna og tala þetta frá mér. Ég segi sjálfri mér bara að ég fái þetta ekkert. Orð eru álög," segir Hera bjartsýn enda útlitið gott og góður gangur í miðasölunni.

„Ég hlakka bara sjúklega til og trúi bara því besta. Ég er bara með jákvæðnina að leiðarljósi." ■

Vinirnir bíða fram yfir lokatónleikana

toti@frettabladid.is

Jólatónleikar Baggalúts hafa fest sig rækilega í sessi sem ómissandi þáttur í jólaundirbúningi fjölda fólks og því vitaskuld mikið undir hjá bæði Baggalútunum og gestum þeirra.

Karl Sigurðsson

Þeir félagar hafa því enga sénsa tekið undanfarið og þannig upplýsir Karl Sigurðsson að hann hafi takmarkað allan sinn þvæling á almannafæri frá miðjum nóvember.

„Síðan þá hef ég í raun bara farið út til að sinna því allra nauðsynlegasta. Skutla og sækja í skóla og leikskóla, stöku matarinnkaup og slíkt. Ég hef frestað fullt af vinahittingum fram yfir lokatónleikana 18. desember. Og þegar ég fer eitthvað þá er ég mjög duglegur í grímunni og sprittinu og geri bara allt til að fara eins varlega og ég get." ■

Slakur Tvíhöfði

odduraevar@frettabladid.is

Tvíhöfðarnir Jón Gnarr og Sigurjón Kjartansson láta farsóttina ekki spilla jólagleði sinni og hafa ótrauðir haldið sín Hátíðar- og aðventu þriðjudagskvöld í Bæjarbíói í Hafnarfirði. Síðast í gærkvöld og endurtaka síðan leikinn 21. desember.

„Ég er bæði búinn að fá þetta og með allt vaxín sem er hægt að vera með, þannig ég hef ekki stórar áhyggjur af þessu," sagði borgarstjórinn fyrrverandi Jón Gnarr, þegar Fréttablaðið náði í skottið á honum í verslun Hagkaupa á Akureyri.

Jón Gnarr

Jón bendir síðan á að hann og Sigurjón, félagi hans Kjartansson, hafi minni áhyggjur en margur af Covid enda útbelgdir af mótefnum eftir að hafa bæði fengið Covid og bóluefnasprautur.

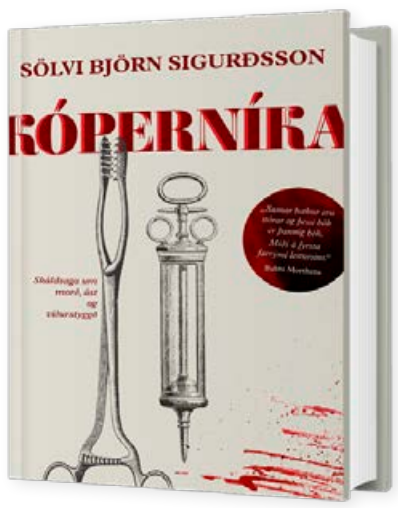
„Ég hef auðvitað fylgt öllum sóttvarnareglum í hvívetna en kannski ekki farið eitthvað öðruvísi að en ætlast er til," heldur Jón áfram en gerir síðan hlé á máli sínu og heyrist spyrja kurteislega um poka.

„Ég er í Hagkaup og er annars bara að fara að leika Skugga-Svein í samnefndu leikriti og starfa hérna á Akureyri þar sem ég er að prófa núna að versla í matinn í Hagkaup en ekki í Bónus eða Nettó og er þannig að búa mér til tilbreytingu hérna."

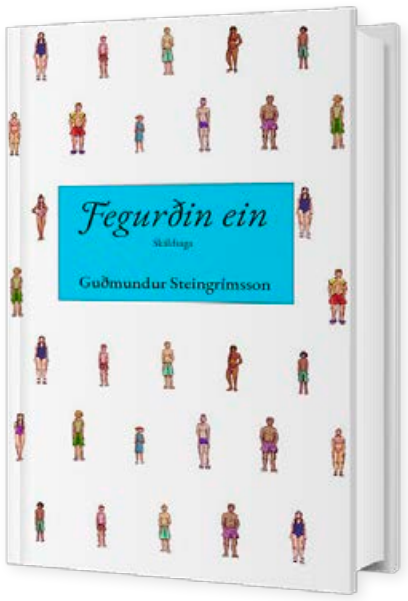
Jón bætir aðspurður við að verslunin sé hin þægilegasta. „Jú. Akureyri er mjög almennilegur staður líka. Það er næs að vera hérna. Ég er nú svona einbúi sko og ekki með flókinn matarsmekk þannig að þetta eru aldrei nema einhverjir þúsundkallar sem ég er að kaupa fyrir," segir Jón hlæjandi. ■

Bók er góð gjöf

Áhugaverðar bækur á frábæru verði.

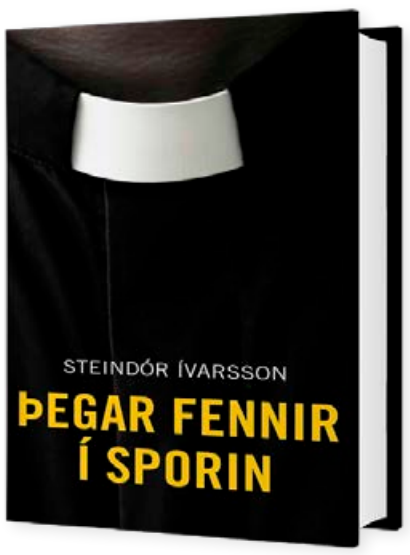


Kóperníka
4.899 kr. VERÐ ÁÐUR 6.999 KR.

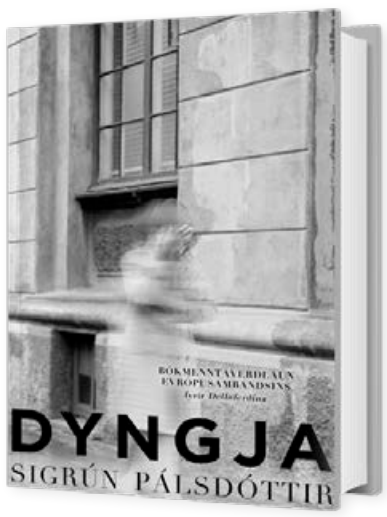


Fegurðin ein
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.

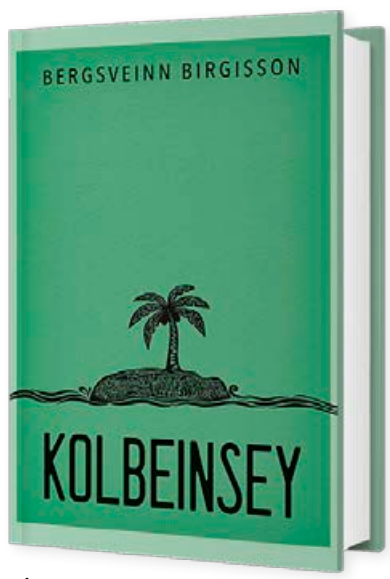
Einlægur Önd
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



Þegar fennir í sporin
4.299 kr. VERÐ ÁÐUR 5.999 KR.



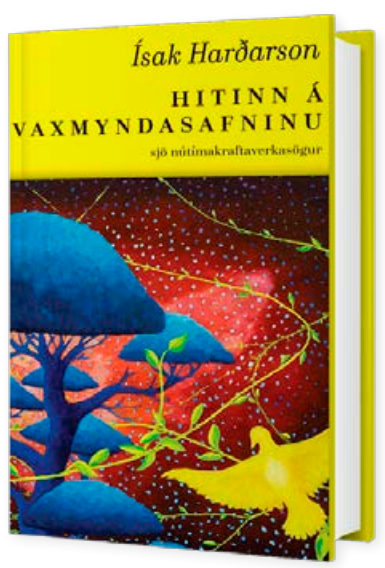
Dyngja
4.899 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



Kolbeinsey
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.

Tilfinningar eru fyrir aumingja
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.

Skáldleg afbrotafræði
4.999 kr. VERÐ ÁÐUR 7.299 KR.



Hitinn á vaxmyndasafninu
4.699 kr. VERÐ ÁÐUR 6.499 KR.

Vöruúrval er mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsins er til og með 16. desember eða á meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

penninn.is

Penninn Eymundsson

Lykilspurningin

Fékkstu eitthvað í skóinn?

Vigdís Hauksdóttir
borgarfulltrúi
„Heyrðu, nei. Ég hef bara gleymt að setja skóinn út í glugga. Best að drífa í því og sjá til hvað gerist. Jólasveinninn hlýtur að heimsækja mig og lauma einhverju spennandi í skóinn.“

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

FAXAFENI 5 Reykjavík 588 8477
DALSBRAUT 1 Akureyri 588 1100
SKEIÐI 1 Ísafirði 456 4566
Betra BAK

Bylgja Babýlons kom ekki síst sjálfri sér á óvart með því að landa þriðja sætinu í Edinborg.

MYND/JIMI LONGMUIR

Grínast með krabbameinið

Uppistandarinn Bylgja Babýlons landaði þriðja sæti í skosku uppistandskeppninni á Rotunda Comedy Club á mánudag, þar sem keppt var um titilinn Besti grínisti Skotlands.

ninarichter@frettabladid.is

Uppistandsgrínarinn Bylgja Babýlons náði þriðja sæti í keppninni um titilinn Besti grínisti Skotlands á mánudaginn. Árangurinn kom henni á óvart og er mikil viðurkenning innan hins stóra uppistandsgeira í Skotlandi.

„Þetta kom á óvart, ég bjóst ekki við að lenda í neinu sæti,“ segir Bylgja um þriðja sætið. Hún býr í Edinborg þar sem hún starfar sem rekstrarstjóri á bar samhliða uppistandinu, þar sem hún er nú heldur betur komin á kortið í Skotlandi.

Sami húmorinn

Bylgja segir Skota vera með sama húmor og Íslendinga og þannig getur hún notað sama efni í báðum löndum. „Það er mjög hentugt,“ segir hún og víkur nánar að helstu efnistökum í gríninu.

„Ég er rosa mikið að grínast með krabbameinsmeðferð sem ég kláraði fyrir sjö mánuðum. Það væri skrýtið að gera það ekki,“ segir hún. „Svo eru allir að forðast að tala um Covid en það lekur í gegn einhvern veginn.“

Aðspurð hvernig sé að vinna í skemmtanaiðnaðinum á Covid-tímum, eftir alvarleg veikindi, segist Bylgja þurfa að passa sig meira en aðrir, og hún sé dugleg að taka hraðpróf.

„Ég er ekki tilbúin að loka mig inni. Núna er nýja Omíkron-afbrigðið hangandi yfir okkur, þannig að það stefnir allt í samkomubann aftur. Ég er að nýta tímann til að hitta vini mína, sennilega í síðasta sinn í nokkra mánuði,“ segir hún.

Jólaviðburðir felldir niður

Bylgja segir að núna séu klúbbar á Skotlandi að endurskoða jólagiggin. „Það lítur allt út fyrir að þeim verði bara slaufað,“ segir hún.

„En Skotar eru góðir í sóttvörnum og það eru allir með spritt og grímur. Persónulegu sóttvarnirnar eru þannig mjög góðar,“ segir Bylgja og bætir við: „Fólk er miklu meðvitaðra hér en til dæmis á Englandi.“

Óþolandi eftir sigurinn

Varðandi viðurkenninguna segir Bylgja að undir venjulegum kringumstæðum myndi hún fá fleiri gigg, en staðan sé önnur vegna Covid.

„Þannig að þetta er fyrst og fremst viðurkenning fyrir mig, og kollegaviðurkenning. Margir vinir mínir voru í þessari keppni og ég er auðvitað óþolandi núna,“ segir Bylgja og hlær.

Heima að röfla í vefmyndavél

Bylgja stefnir ekki á að koma til Íslands um jólin þannig að þeir sem vilja sjá Bylgju grínast á sviði þurfa að gera sér ferð til Edinborgar. „Ég er stressuð með að ferðast og allt það. Ég hugsa að ég geri það ekki fyrr en næsta sumar.

> Margir vinir mínir voru í þessari keppni og ég er auðvitað óþolandi núna.

Ég var að gera tilraunir með streymi en svo fékk ég krabbameinsgreiningu. Ég skoða það sennilega aftur núna, ef allt fer í lás. En annars er rosalega skrýtið að vera með uppistand í streymi. Þú sérð ekki fólk og færð ekki tilfinningu fyrir salnum. Þú ert bara heima hjá þér að röfla í webcam,“ segir hún.

Rosaleg stemning heima

Bylgja stefnir því til Íslands næsta sumar. „Senan er sterk í uppistandinu hér, fólk fer á sýningar hér, til dæmis áður en það fer á djammið. Þannig er uppistand meira normalíserað hér,“ segir hún, en bætir við að hugurinn leiti heim. „Ég var síðan að tala við félaga minn í gær og hann sagði mér að það væri rosaleg stemning í uppistandinu heima.“ ■

Enginn bömmer hjá Tóta Leifs

odduraevar@frettabladid.is

Rithöfundurinn og leiðsögumaðurinn Þórarinn Leifsson, eða Tóti Leifs, segist vera í geggjuðu stuði nú þegar jólabókaflóðið nálgast hámarkið og alls ekki á bömmer í miðjum desember eins og hann hafði sjálfur spáð í nóvemberbyrjun.

Bókin hans, Út að drepa túrista, gengur vel og hann er á leið í túr um Suðvesturland með mexíkósku pari.

Þann 3. nóvember hafði Tóti, sem þá var í óðaönn að kynna Út að drepa túrista, þetta að segja við Fréttablaðið: „Æ, þú veist hvernig þetta er, þetta er upp og niður, upp og niður. Hringdu í mig í desember, þá vill enginn tala við mig. Þú getur sett upp svona dálk, fyrir og eftir, ógeðslega glaður 1. nóvember og á algjörum bömmer 15. desember! Það væri brilljant.“

Þvert á eigin spá dóm er Tóti ekki á bömmer. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Nú er svo komið að því og þegar Tóti er spurður hvernig hann sé núna svarar hann: „Nei, ég er svo reyndar alls ekki á neinum bömmer,“ segir rithöfundurinn sem var nýkominn úr ræktinni og sjóbaði.

„Ég kláraði jólabókaflóðið fyrir mánuði síðan held ég. Núna er ég alltaf að gæða og þegar ég gæða þá gleymi ég þessu og einbeiti mér bara að hverjum hóp. Allan desember tek ég til dæmis á spænsku.“

Hann segir að þetta sé töluvert betra en hefðbundinn kvíði rithöfunda í desember. „Þetta er betra því hitt er sálfræðilega erfitt og þá upplifa 99 prósent af höfundunum sig sem lúsera, þótt þeir séu það ekki og búnir að gefa út flottar bækur og svo eru bara svona fjórir sem Jakob Bjarnar skrifar um og öllum hinum líður illa,“ segir Tóti hlæjandi.

Út að drepa túrista hlaut nýlega tilnefningu til Blóðdropans, verðlauna Hins íslenska glæpafélags. „Það var sálfræðilegt búst og mér fannst ég vera alveg on it, svo það er næsta missjón, að reyna að selja til útlanda. Næsta gulrót!“ ■

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

edesia
GEFÐU GJÖF TIL HEILLA
HEILLAGJAFIR.IS
Barnaheill

frettabladid.is

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

Bakþankar

Önnu Sigrúnar Baldursdóttur

Óvissustig

Nú líður mér dálítið eins og þeirri miðaldra konu sem ég svo sem er.

Það er búið að lýsa yfir óvissustigi almannavarna vegna Log4j. Hin stafræna tilvera okkar er í verulegri hættu.

Í kringum mig kinka allir áhyggjufullir kolli. Ég horfði á Einar Þorsteinsson í Kastljósinu, jafn ábúðarfullan og venjulega, ræða málin við mikla kunnáttumenn. Ég áttaði mig eiginlega ekki á hvað menn voru að segja en kunni að meta yfirvegunina og augljósa þekkinguna. Hér er mikil óvissa á ferð og fyrir mér ekki bara óvissa heldur algerlega óþekkt óvissa. Það getur sum sé allt farið fjandans til í okkar stafræna lífi og það er eiginlega frekar líklegt.

Mögulega kemur hér vel á vondan, því það er ekki langt síðan mjög margir vissu ekki hvað COVID-19 (SARS-CoV2), raðgreiningar, hjarðónæmi, sóttkví og hópsýking var. Ég hafði ákveðið forskot í þeirri umræðu vegna menntunar minnar og starfa, en nú er því ekki að heilsa. Ég þarf að læra hvað Log4j (CVE-2021-4428), spillikóðar, kóðaklasi, kóðabútur og kóðasöfn eru. Vegna þess að þetta getur valdið leka mikilvægra gagna og jafnvel gíslatökum, hvorki meira en minna.

Kannski verð ég svona Logisti, eins og Kóviti (sá sem telur sig allt vita um Covid, en hefur í raun engar forsendur til þess). Ég gæti birt „lærða“ statusa á fb og Twitter með heimatilbúnum gröfum og tilgangslausri tölfræði. Ég hugsa samt að ég láti það vera, mér sýndist við þegar komin með þetta ágæta þríeyki í Kastljósinu.

Næsti pistill verður ef til vill handskrifaður og færður á síður Fréttablaðsins með kalkipappír. ■