



HEILSUDAGAR Í NETTÓ

27. JANÚAR - 6. FEBRÚAR

nettó

OFUR-TILBOÐ
Á HVERJUM DEGI

ALLT AÐ
25%
AFSLÁTTUR
AF HEILSU- OG
LÍFSSTÍLSVÖRUN

FRÉTTABLAÐIÐ



Draumur Íslendinga um verðlaun á Evrópumótinu í handbolta dó, þegar Frakkar unnu nauman sigur á Dönun í hörkuspennandi leik í Búdapest í gærkvöldi. Íslenska landsliðið vann hins vegar stórsigur á Svartfjallalandi og hefur staðið sig vel á mótinu, þrátt fyrir mikið mótlæti. Íslendingar munu keppa við Noreg á morgun um fimmta sætið og sæti á heimsmeistaramótinu á næsta ári.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Stutt í ákærur í Norðvesturkjördæmi

Ingi Tryggvason segist taka því sem að höndum ber, fari talningarmálið fyrir dóm. Enginn í yfirkjörstjórn Norðvesturkjördæmis hefur sinnt sektarboði lögreglustjórans.

bth@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL Ekkert þeirra fimm sem sátu í yfirkjörstjórn Norðvesturkjördæmis í síðustu þingkosningum, hefur greitt sekt sem lögreglustjórinn á Vesturlandi gerði þeim að greiða. Frestur til að ljúka málinu er löngu útrunninn.

Allar líkur eru á að mál fimm-menninganna í yfirkjörstjórninni

fari fyrir dóm. Flestir meðlima yfirkjörstjórnar réðu sér lögmenn, sem óskuðu eftir fresti þegar sektarboðið barst.

Samkvæmt heimildum blaðsins verður ekki frekari frestur gefinn og styttist í að ákærur verði gefnar út. Gunnar Örn Jónsson, lögreglustjóri á Vesturlandi, sagðist ekki geta tjáð sig um málið á þessu stigi.

Ingi Tryggvason, formaður yfirkjörstjórnar, staðfestir að hann hafi ekki greitt sektina, sama eigi væntanlega við um hina í kjörstjórninni. Inga var gert að greiða 250.000 krónur. Hinum var gert að ljúka málinu með 150.000 króna greiðslu. Sektarboðið byggir á að



Ég sætti mig við niðurstöðuna, hver sem hún verður.



Ingi Tryggvason

lög um meðferð kjörgagna hafi verið brotin, einkum hvað varðar innsigli.

„Ég hef ekki greitt þessa sekt vegna þess að ég tel ekki að ég eigi að greiða hana,“ segir Ingi Tryggvason.

Spurður um væntanlega saksókn, segist hann ekki óttast hana. „Ég sætti mig við niðurstöðuna, hver sem hún verður.“ Spurður hvort staða hans og ábyrgð sé meiri en hinna þar sem hann er héraðsdómari, svarar Ingi: „Ábyrgð mín í þessu máli er hvorki meiri né minni vegna þess að ég er dómari.“

Heimildir blaðsins herma að ríkissaksóknari hafi veitt ráðgjöf áður en sektarboðið var ákveðið. ■

Námugróftur alls ekki forgangsmál

ORKUMÁL Umhverfisráðherra telur augljóst að ekki eigi að forgangsraða raforkusölu til fyrirtækja í rafmyntagreftri. Hann segir eftirspurn mikla eftir endurnýjanlegri orku.

„Í mínum huga er langur vegur frá því að námugróftur sé forgangsmál,“ segir Guðlaugur Þór Þórðarson, umhverfisráðherra. **ÞÁ SÍÐU 8.**



Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfis-, orku og loftslagsráðherra

Velkomin í Svansvottaða verslun!

Pssst ... kynntu þér málið betur á **kronan.is**

KRONAN



Meint brot var framið á Akureyri.
FRÉTTABLAÐIÐ/AUDUNN

Talinn hafa brotið gegn stúlku á bak við hús á Akureyri

adalheidur@frettabladid.is

DÓMSMÁL Héraðssaksóknari hefur ákært karlmann fyrir kynferðisbrot gegn barni, með því að hafa látið 13 ára stúlku hafa við sig munnmök og haft við hana samræði og endaparmsmök.

Samkvæmt ákæru var brotið framið í skýli bak við tiltekið hús á Akureyri að kvöldi mánudagsins 5. apríl í fyrra.

Þess er krafist að maðurinn verði dæmdur til refsingar og greiðslu alls sakarkostnaðar og gerir móðir stúlkunnar kröfu um fimm milljónir króna í miskabætur, fyrir hönd ólöggráða dóttur sinnar.

Málið var þingfest í Héraðsdómi Norðurlands eystra á Akureyri síðastliðinn mánudag. ■

Áfram, Ísland!



Strákarnir okkar í landsliðinu í handbolta hafa heldur betur raskað lífi landsmanna, sem kasta öllu frá sér til að fylgjast með afrekum þeirra í Búdapest. Þannig gaf þingflokkur Samfylkingarinnar ríkisstjórninni frí í gær, rétt á meðan okkar menn völtuðu yfir Svartfjallaland.
FRÉTTABLAÐIÐ ERNIR



Tilkynnt var um mannlausan bát við Engey í gær.
FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Lögregla rannsakar sjóslys við Engey

adalheidur@frettabladid.is

BANASLYS Lögregla telur að karlmaður, sem fannst látinn í sjónum nærri Sólfarinu í gær, hafi áður verið um borð í báti sem fannst í fjörunni í Engey í gærmorgun. „Um tildrög þess að maðurinn féll útbyrðis er ekki vitað og er það til rannsóknar,“ segir í tilkynningu frá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu, talið er að maðurinn hafi verið einn um borð.

Eftir að stjórnstöð Landhelgisgæslunnar barst ábending á ellefta tímanum í gær um að bátur hefði strandað við Engey, var þyrlusveit Landhelgisgæslunnar kölluð út til leitar, en auk hennar leituðu björgunarsveitir og lögregla að skipverjanum.

Notast var við bæði dróna og sjó-ketti við leitina. Maðurinn fannst svo í sjónum norðan Sæbrautar, síðdegis í gær. ■

Kynfræðslan eigi að vera bæði góð og skemmtileg

Þema Viku 6 þetta árið er kynlíf og menning. Verkefnastýra Jafnréttisskóla Reykjavíkur segir fræðslu um kynheilbrigði skipta öllu máli.

birnadrofn@frettabladid.is

MENNTAMÁL „Markmiðið með Viku 6 er sem fyrr að vekja samfélagið til meðvitundar um mikilvægi kynfræðslu fyrir börn og unglinga. Það er svo sannarlega ekki vanþörf á því, ekki síst í ljósi stöðunnar hvað varðar kynferðisofbeldi,“ segir Kolbrún Hrund Sigurgeirsdóttir, verkefnisstýra Jafnréttisskóla Reykjavíkur.

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar hefur lagt til að í viku sex hvert ár, leggi bæði grunnskólar og félagsmiðstöðvar í borginni sérstaka áherslu á að nemendur fái fræðslu um kynheilbrigði. Hugmyndin kemur frá Danmörku og þetta er í þriðja sinn sem þessi vika er haldin. Í fyrra var þema Viku 6 kynlíf. Í ár er þemað kynlíf og menning.

„Fræðsla skiptir öllu máli og með því að hvetja alla sem starfa með, eða í kringum börn og unglinga og forsjáraðila, til að taka þátt í Viku 6 erum við að gefa unga fólkinu okkar skilaboð um að kynheilbrigði skipti máli og það eigi rétt á því að fá góða og skemmtilega fræðslu,“ segir Kolbrún.

Undirbúningur fyrir Viku 6 er í fullum gangi og verður hún haldin dagana 7. - 11. febrúar næstkomandi. Þemað var valið af unglingunum sjálfum og í ár ætla fleiri að taka þátt en gerst hefur áður, svo sem Akranes, Hafnarfjörður og Kópavogur.

„Bókasöfnin í borginni verða með, þau ætla að taka saman og stilla upp bókum sem fjalla um kynþroska, kynlíf, kynhneigð og



Vika 6 fer fram dagana 7.-11. febrúar og er þemað þetta árið kynlíf og menning. Vika 6 er nú haldin í þriðja sinn.
FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Kolbrún Hrund Sigurgeirsdóttir, verkefnisstýra Jafnréttisskóla Reykjavíkur

kynvitund, ásamt bókum sem innihalda ýmiss konar kynlífslýsingar undir nafni Viku 6. Þar má til dæmis skoða hvort og hvernig lýsingar á ást og kynlífi hafa breyst í bókmenntum á síðustu áratugum,“ segir Kolbrún.

Þá verða sýndir fróðleiksmolar um höfnun, kynþokka, klám og góða elskendur á UngRÚV og á vef Jafnréttisskólans, en þar verða einnig settar inn kennsluhugmyndir, námsefni og kveikjur fyrir starfsfólk til að grípa til í Viku 6.

„Samtökin ’78 ætla að vera með og meðal annars nýta samfélagsmiðlana sína til að bjóða upp á spurt og svarað um hinseginleikann og kynlíf. Mögulega benda á dægurefni sem sýnir hinseginleikann, svo sem bíómyndir, þætti, bækur og fleira,“ segir Kolbrún.

Bergrún Íris Sævarsdóttir, rit höfundur og teiknari, mun teikna veggspjöld sem send verða í alla grunnskóla og félagsmiðstöðvar, þá fá nemendur í tíunda bekk einnig senda smokka. Þema veggspjaldanna verður „sexting“ eða kynferðislegar myndsendingar, sem Kolbrún segir vera nokkuð fyrirferðarmikinn part af unglingamenningu í dag.

„En mikilvægt er að ítreka hvað má og hvað má ekki, hvað ber að varast og hvert er hægt að leita ef einhver verður fyrir stafrænu kynferðisofbeldi,“ segir hún. ■

Mikið úrval af HVÍLDARSTÓLUM með og án rafmagns lyftibúnaði



Komið og skoðið úrvalið

NYFORM

HÚSGAGNAVERSLUN

Strandgötu 24 | 220 Hafnarfjörður | Sími 565 4100 | nyform.is

EMBRACE THE EFFECT

Sætur kaupauki.

Valentínusardagur er á næsta leiti. Því fylgir veglegur kaupauki, að andvirði 6.500 kr., með öllum kaupum yfir 19.000 kr. á bioeffect.is og í verslun BIOEFFECT. Kaupaukinn inniheldur snyrtiveski, Omnom Sea Salted Toffee súkkulaði, Hydrating Cream (7 ml) og EGF Serum (2,5 ml).



BIOEFFECT

Útsala

40-50%

afsláttur af öllum
útsöluvörum

herra
GARÐURINN
-klæðir þig vel

KRINGLAN - SMÁRALIND

HANZ
KRINGLUNNI

ENGLABÖRNIN

KRINGLUNNI

Mathilda
Kringlunni

BOSS
HUGO BOSS

BOSS - KONUR MENN KRINGLUNNI 533 4242

COLLECTIONS

Geirsgata 4 - 5194490 - við Hafnartorg



Í lok árs 2021 bjuggu 376 þúsund manns á Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Fjölgun á landinu á síðasta fjórðungi

birnadrofn@frettabladid.is

SAMFÉLAG Landsmönnum fjölgaði um 1.170 manns á síðasta ársfjórðungi síðasta árs, samkvæmt tölum frá Hagstofu Íslands.

Á sama fjórðungi létust 610 einstaklingar en 1.150 börn fæddust. Fleiru fluttu til landsins en fluttu frá því. Pólland var upprunaland flestra erlendra ríkisborgara en þaðan fluttust 470 til landsins af alls 2.060 erlendum innflytjendum. Heildarfjöldi erlendra ríkisborgara hér á landi er um 54 þúsund manns.

Í lok árs 2021 bjuggu 376 þúsund manns á Íslandi, tæplega 193 þúsund konur og rétt rúmlega 183 þúsund karlar. ■

Fleiri stórmót geti hamlað fólksflóttu

kristinnpall@frettabladid.is

AFRÍKA Giannis Infantino, forseti Alþjóðaknattspyrnusambandsins, sagði að fjölgun stórmóta í knattspyrnu gæti leitt til þess að færri Afríkubúar myndu sækjast eftir því að smygla sér leið inn til Evrópu. Þessi umdeildu ummæli féllu þegar Infantino var að kynna hugmyndir FIFA um að fjölga stórmótum í knattspyrnu fyrir Evrópuráðsþinginu í gær.

„Við þurfum að veita Afríkubúum von um að þeir þurfi ekki að fara yfir Miðjarðarhafið í leit að betra lífi, sem endar því miður oftast með dauðsföllum. Við þurfum að veita möguleika, en ekki með góðgerðarstarfsemi, heldur með því að veita þeim möguleika á að vera samkeppnishæf.“

Infantino hefur undanfarna mánuði bодаð breytingar á knattspyrnudagatalinu, þar sem það yrði stórmót í knattspyrnu á hverju ári. Aðildarfélög innan Evrópu eru mótfallin hugmyndinni og tók Evrópuráðsþingið í sama streng í gær. Hugmyndin hefur helst fengið góðar undirtektir í Afríku. ■

SÁÁ hafi gert betur en samningur kveði á um

bth@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Þorgerður Katrín Gunnlaugsdóttir, þingmaður Viðreisnar, segist vonast til að sú góða þjónusta sem SÁÁ hafi veitt verði áfram til staðar, burtséð frá því hvort sjálfseignarformið verður áfram við lýði. Hún segir mikilvægt að áföllin sem nú dynji á samtökunum verði ekki nýtt sem réttlætning fyrir því að öll heilbrigðisþjónusta skuli einkarekin.

Jódís Skúladóttir, þingmaður VG,

vill að ríkið taki yfir rekstur SÁÁ, enda séu samtökin ekki starfi sínu vaxin og starfsemin uppfylli ekki ólíkar þarfir kynjanna. Nokkur erfið mál hafa komið upp undanfarið innan samtakanna. Þar vega þyngst deila SÍ og SÁÁ um fjármál sem hefur ratað til héraðssóknara og afsögn fyrrverandi formanns eftir að hann keypti sér vændi hjá skjólstæðingi SÁÁ.

Þorgerður Katrín segir að SÁÁ hafi verið gríðarlega mikilvæg stofnun í tímans rás. Þá hafi samtökin rækt



Þorgerður Katrín Gunnlaugsdóttir

skyldur sínar umfram þjónustusamning við ríkið með því að bæta við þjónustu með sjálfsaflafé.

„Ég geng út frá því að SÁÁ taki á sínum málum af festu. Ofbeldi skal aldrei líða en þessi mál breyta ekki því að starfsemin sem á sér stað innan SÁÁ er gríðarlega mikilvæg,“ segir Þorgerður Katrín. Hún segir að Ísland þurfi blöndu af einkareknu og ríkisvæddu heilbrigðiskerfi.

„Það sem má ekki gerast er að þessi mál verði að kreddum gegn sjálfstætt starfandi stofnunum.“ ■

Gylfi fær enga sérmeðferð lögreglu

Eðlilegur gangur virðist vera í rannsókn lögreglu á máli Gylfa Sigurðssonar, að mati lögfræðings. Rannsókn getur verið tímafrek en dómstóll myndi ekki fallast á þvingunarráðstafanir ef ekkert væri að gerast í rannsókninni.

benediktboas@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL Málsmeðferð lögreglu í máli Gylfa Sigurðssonar lítur eðlilega út, úr fjarlægð séð, að mati Maríu Rúnar Bjarnadóttur, verkefnastjóra hjá Ríkislögreglustjóra og aðjúnks við Háskólann á Akureyri. Jákvætt sé að vita að þó menn séu frægir fótboltamenn þá sé ekki hægt að kaupa sig fram fyrir röð og Gylfi þurfi því að bíða eins og aðrir.

Dr. María Rún lauk doktorsprófi í lögfræði við Sussex-háskóla og er höfundur skýrslu um kynferðislega friðhelgi og frumvarps um sama efni, sem varð að lögum í febrúar síðastliðnum.

Dr. María Rún lauk doktorsprófi í lögfræði við Sussex-háskóla og er höfundur skýrslu um kynferðislega friðhelgi og frumvarps um sama efni, sem varð að lögum í febrúar síðastliðnum.

„Hann er laus gegn tryggingu sem þýðir sennilega að lögreglan sé ekki með nægileg gögn til að taka ákvörðun um útgáfu ákæru. Það getur verið vegna þess að hún á eftir að afla frekari gagna eða sé ekki búin að fara í gegnum það sem hún er með í höndunum,“ segir María og ítrekar að hún geti aðeins tjáð sig almennt um meðferð sambærilegra mála, þar sem hún þekki ekki alla málavöxtu.

Hún bendir á að það þurfi að endurskoða tímarammann á lausn gegn tryggingargjaldi og þar þurfi að gæta meðalhöfs, en Gylfi hefur



Gylfi Sigurðsson spjallar við dómara. Málsmeðferð hans í Englandi hefur tekið hálf t ár sem María segir að sé mjög eðlilegur tími. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Ef það er ekkert að gerast, engin gögn að berast og engin vinna í gangi þá er ólíklegt að dómstólar fallist á framlengingu svona þvingunarúrræða. Þannig virkar það almennt.



Dr. María Rún Bjarnadóttir, verkefnastjóri hjá Ríkislögreglustjóra og aðjúnkt við Háskólann á Akureyri

þrisvar verið dæmdur í áframhaldandi farbann síðan rannsókn hófst.

„Það þarf auðvitað að vera eitthvað að fréttu í rannsókninni til að það sé ákveðið að halda honum áfram gegn tryggingu. Ef það er ekkert að gerast, engin gögn að berast og engin vinna í gangi, er ólíklegt að dómstólar fallist á framlengingu svona þvingunarúrræða. Þannig virkar það almennt,“ segir María.

Fjölmiðlar í Bretlandi hafa ekki nafngreint Gylfa af lagalegum ástæðum. María segir fjölmiðla í Bretlandi lúta skýrum reglum um hvenær megi nafngreina fólk og hvenær ekki.

„Réttarfarið í Bretlandi er þannig að það eru kviðdómendur. Þá er hætta á að fjölmiðlar geti haft áhrif á afstöðu kviðdómenda um málið áður það er tekið fyrir.“

Mál Gylfa hefur vakið mikla athygli á Íslandi, enda um að ræða einn mikilvægasta mann landsliðsins undanfarin ár. María segir að það væri ekki réttlátt ef ríkur fótboltamaður færi fram fyrir röðina.

Hann verði því að bíða eins og aðrir sem sæta rannsókn.

„Það sem er jákvætt, ef maður hugsar um það þannig, er að Gylfi er ekki að fá aðra meðhöndlun en hver annar. Ég skil að það eru miklir hagsmunir í húfi, hann er mikil stjarna, en þá er gott að hann geti ekki farið fram fyrir röðina. Það væri ekki réttlátt. Það eiga ekki að gilda sér reglur ef þú ert ríkur eða í ábyrgðarmiklu starfi. Auðvitað gæti það verið en ég kannast ekki við það,“ segir María.

Hún bendir loks á að sé lögreglan að ná í gögn, til dæmis afsamskiptamiðlum, sé mismunandi eftir lögsögu hversu auðsött það sé. Það geti líka tekið langan tíma.

„Ef lögreglan er að skoða samskipti sem hafa átt sér stað þá eru sönnunarkröfur til þeirra gagna og hvernig þau eru lögð fram mismunandi eftir lögsögu. Í Bretlandi eru gerðar strangar kröfur til þess. Það er auðvitað margt í þessu máli sem maður veit ekkert um nema vera með allar upplýsingar, sem við höfum ekki,“ segir María. ■

EIGUM BÍLA TIL AFGREIÐSLU STRAX. KOMDU OG REYNSLUAKTU!

ALVÖRU JEPPI – ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

5 ÁRA ÁBYRGÐ

8 8 ÁRA ÁBYRGÐ Á DRIFRAFHLOÐU

PLUG-IN HYBRID



JEEP COMPASS LIMITED TROBFULLUR AF AUKABÚNAÐI 7.479.000 KR.



JEEP RENEGADE TRAILHAWK TROBFULLUR AF AUKABÚNAÐI 6.499.000 KR.

Jeep rafknúnu jepparnir henta íslenskum aðstæðum um allt land



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





Bannað að stokka nafnspjöld í Japan

helgivifill@frettabladid.is

Bolli Thoroddsen, forstjóri og eigandi Takanawa, segir að viðskiptahættir í Japan séu frábrugðnir því sem þekkist á Vesturlöndum. „Dæmi um það hve Japanir leggja mikla alúð í sín störf er reglan hvernig nafnspjöld eru afhent,“ segir hann í viðtali við sjónvarpsþátt Markaðarins, sem sýndur var í gærkvöldi á Hringbraut.

„Í Japan er ekki sama hvernig þú afhendir nafnspjald, tekur á móti því eða gengur frá því,“ segir Bolli, sem hefur verið með annan fótinn í Japan í 24 ár.

Fram hefur komið í fjölmiðlum að Takanawa veitti franska innviðasjóðnum Ardian ráðgjöf við kaup á Milu af Símanum.

Bolli segir að í fyrsta lagi þurfi að afhenda nafnspjald þannig að

nafn manns snúi að þeim sem taki við því, afhenda það með báðum höndum og hneigja sig á sama tíma. Það þurfi að taka á móti nafnspjaldi með báðum höndum, gæta þess að setja ekki þumal yfir nafn viðkomandi og loks megi ekki gleyma að hneigja sig. Það þurfi því bæði að hneigja sig þegar nafnspjald sé afhent og þegar tekið er á móti því.

Bolli segir að meðan á fundi standi þurfi að stilla nafnspjöldunum upp í rétttri röð á móti hverjum og einum sem sé á fundinum.

Bolli var eitt sitt á fundi þar sem slíta þurfti samningaviðræðum. Með í för var breskur lögfræðingur. „Hann varð svo stressaður að hann tók öll nafnspjöld þeirra sem við vorum í viðræðum við, um tólf manns, og fór að stokka þau eins og spilastökk. Það varð allt vitlaust á fundinum,“ segir hann. ■

Hagnaður Hofgarða á fjórða milljarð

ser@frettabladid.is

Hagnaður Hofgarða ehf. á síðasta ári nam 3,2 milljörðum króna. Félagið er í eigu Helga Magnússonar, stjórnarformanns Torgs, sem meðal annars gefur út Fréttablaðið.

Meginskýring á þessum mikla hagnaði er sala félagsins á sex prósentu hlut í Bláa Lóninu hf. síðastliðið haust. Við söluna varð til mikill söluhagnaður. Hofgarðar ehf. fjárfesta í verðbréfum hér á



Helgi Magnússon, stjórnarformaður Torgs.

landi og erlendis, einkum skráðum og óskráðum hlutabréfum.

Eiginfjárstaða Hofgarða nemur rúmum sex milljörðum króna. ■



„Í mínum huga er langur vegur frá því að námugróftur sé forgangsmál,“ segir Guðlaugur Þór Þórðarson, umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Bitcoin er ekki í forgangi

Það er mikil eftirspurn eftir endurnýjanlegri orku og því þurfum við að forgangsraða henni, segir umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra.

helgivifill@frettabladid.is

„Þó svo að ráðherra handvelji ekki viðskiptavinum orkufyrirtækja, er augljóst í mínum huga að við eigum ekki að forgangsraða raforkusölu til fyrirtækja í rafmyntagreftri.“ Þetta segir Guðlaugur Þór Þórðarson, umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra.

„Við erum með háleit markmið í loftslagsmálum. Okkur liggur á að ná þeim. Ég er að róa að því öllum árum að heimili og fyrirtæki knýi farartæki með endurnýjanlegri orku. Það er mikil eftirspurn eftir endurnýjanlegri orku og því þurfum við að forgangsraða henni. Í mínum huga er langur vegur frá því að námugróftur sé forgangsmál,“ segir hann í samtali við Markaðinn.

Fram hefur komið í fréttum að Landsvirkjun hafni öllum beiðnum um frekari raforkukaup frá fyrirtækjum sem stundi rafmyntavinnslu, en eftirspurn eftir raforku til slíkrar vinnslu hefur margfaldast eftir að Kína bannaði gróft eftir rafmyntum í maí síðastliðnum. Landsvirkjun hafnar öllum slíkum beiðnum, vegna þess að raforkukerfið er fulltastað um þessar mundir.

Viðskiptavinir Landsvirkjunar sem kosið hafa mestan sveigjanleika í samningum um orkukaup, þar með talin stóriðjan, mega búast við takmörkunum á afhendingu raforku. Landsvirkjun hefur sagt að vegna þurrkatiðar hafi staðan í vatnsbúskap fyrirtækisins ekki verið verri í sjö ár. Hún sé sérstaklega slæm á Þjórsársvæðinu, sem er stærsta vinnslusvæði Landsvirkjunar.

Háttsettur embættismaður innan Evrópusambandsins hefur kallað

Mun ekki byggja nýjar virkjanir fyrir bitcoin

Landsvirkjun mun ekki byggja nýjar virkjanir til þess að mæta orkupörf svo hægt sé að grafa eftir rafmyntum, að því er Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar, hefur sagt við Fréttablaðið. Um sé að ræða illfyrirsjáanlegan markað.

Tinna Traustadóttir, framkvæmdastjóri sölu og þjónustu hjá Landsvirkjun, hefur sagt við Fréttablaðið að rafmyntavinnsla krefjist mikillar raforku og tölvubúnaðar, sem sé með

tíltölulegan skamman líftíma. „Búnaðurinn úreldist á nokkrum árum og því er þörf á reglulegum fjárfestingum til að viðhalda starfsemiinni. Þessar tíðu fjárfestingar gera það að verkum að reglulega gefst viðskiptavinum tækifæri til að endurskoða staðsetningu með tilliti til hagstæðustu raforkusamninga hverju sinni. Viðskiptavinir gagnaveranna eru margir afar kvikir og samkeppnin um þá hörð,“ sagði hún.

Námugróftur þarf meira rafmagn en Noregur

Námugróftur eftir rafmyntum nýtir um 0,6 prósent af allri orkunotkun í heiminum og gengur fyrir meira rafmagn en Noregur nýtir. Þetta kemur fram í frétt Financial Times.

Fyrirtæki í rafmyntavinnslu hafa brugðist við vaxandi gagnrýni á að fjöldi þeirra sé knúinn af óumhverfisvænu rafmagni, og því að Kína – þar sem stór hluti af raforkuvinnslu fer fram með kolum – bannaði námugróft, með því að nýta í ríkari mæli endurnýjanlega orku. Þannig hefur námugróftur aukist í löndum þar sem mikið er af vind- og sólarorku, eins og í Svíþjóð og Noregi.

Sænskir reglusmiðir segja, að samkvæmt mati frá Cambridge-háskóla, þurfi jafn mikla orku við að grafa eftir einu bitcoin og að keyra meðalstóran rafmagnsbíl 1,8 kílómetra.

eftir því að ESB banni helstu aðferðina sem nýtt er til að grafa eftir rafmyntinni bitcoin og geldur varhug við því hve hátt hlutfall af endurnýjanlegri orku fari í námugróft eftir rafmyntum, að því er fram kom í Financial Times fyrir skemmstu.

Erik Thedéen, varastjórnarformaður Evrópsku verðbréfamarkaðs-eftirlitsstofnunarinnar, sagði að bitcoin gerði það að verkum að erfiðara væri að ná markmiðum Parísarsáttmálans. Hann lagði til að stefnusmiðir Evrópusambandsins myndu banna orkufrekan námu-gróft (e. proof of work) og með þeim hætti beina atvinnuveginum í námugróft sem krefst minni orku (e. proof of stake).

Mun færri tölvur þurfa að samþykkja viðskipti með rafmyntir þegar starfsemin krefst ekki jafn mikillar orku. Upplýst hefur verið um að ethereum, næststærsta rafmyntin, færi sig í orkuminni námu-gróft í júní.

Thedéen sagði að ef ekki yrði grip- ið í taumana myndi endurnýjanleg orka vera nýtt í auknum mæli til að framleiða bitcoin, í stað þess að hefðbundin þjónusta hætti að vera knúin af rafmagni, sem framleitt sé með kolum. ■

Spá því að hægja muni á hækkunum

magdalena@frettabladid.is

Bergþóra Baldursdóttir, sérfræðingur í greiningu hjá Íslandsbanka, segir að spá bankans geri ráð fyrir að hægja muni á hækkunum á fasteignamarkaði.

Íslandsbanki birti þjóðhagsspá sína í gær og kom þar meðal annars fram að bankinn spáir 8 prósentu hækkun að nafnvirði á þessu ári og 4,5 prósentu hækkun að raunvirði. „Eftir miklar hækkanir á síðasta ári, sem voru um 16 prósent, þá teljum við að það muni hægja á hækkunum á þessu ári, en við teljum að samt sem áður verði töluverðar hækkanir þó svo þær verði ekki jafn miklar og á nýliðnu ári,“ segir Bergþóra og bætir við að þau búist sterklega við



Bergþóra Baldursdóttir, sérfræðingur í greiningu hjá Íslandsbanka

því að hækkun vaxta muni koma til með að hafa áhrif á markaðinn.

„Hækkun stýrivaxta mun hafa þau áhrif að eftirspurnin mun dvína. Seðlabankinn hefur líka gefið það út að ef íbúðaverð fari ekki að róast muni hann grípa frekar inn í. Síðan eru fleiri forsendur sem gefa til kynna að hægja muni á íbúðamarkaðnum. Við teljum til dæmis að undir lok árs fari framboðið að

taka við sér og það verði töluvert meira á næsta ári.“

Bergþóra segir jafnframt að þetta sé þróun sem við höfum áður séð. „Við sáum það bara árið 2017 að þá voru miklar hækkanir en síðan fór að hægja á hækkunum 2018 þegar framboðið tók við sér. Við búumst einnig við áframhaldandi hækkun stýrivaxta en við erum að spá að þeir verði 3,25 prósent í lok þessa árs og verði svo í kringum 4 prósent í ársbyrjun 2024 og ná einhverju jafnvægi þar. Þetta eru vextir sem eru mun lægri en við höfum vanist áður fyrr, en töluvert hærri en hafa verið upp á síðkastið.“

Hún bendir á helmingur íbúðalána séu óverðtrygð sem geri virkni peningastefnunnar meiri en ella. ■

KRONAN

Tak!

Fyrir að vera ánægðustu viðskiptavinirnir, 5. árið í röð!

ÍSLENSKA ÁNÆGJU OGIN

Framtíðin er björt





Penná rennur í Vatnsfjörð skammt frá Flókalundi í Vatnsfirði. Gaman er að ganga með fram stórkostlegum gljúfrum hennar, sem efst eru skógi klædd.

MYND/KATRIN GLÁSMANN

Heilagur Vatnsfjörður



Tómas Guðbjartsson hjartaskurð-læknir og náttúru-unnandi.



Ólafur Már Björnsson augnlæknir og ljósmyndari.

Vestfirðir státa af óteljandi fallegum fjörðum og bera tveir þeirra nafnið Vatnsfjörður; annar inn af Ísafjarðardjúpi en hinn við norðanverðan Breiðafjörð. Sá síðarnefndi var friðaður árið 1975 vegna einstakrar náttúruvegurðar, ríkulægs gróðurs og dýralífs. Þéttur birkiskógur með náttúrulegum reynivið einkennir hluta af 209 ferkílómetra stóru friðlandinu, en talið er að í því haldi til tuttugu fuglategundir, meðal annars einkennisfuglinn lómur, en líka örn og fálki. Stríðar bergvatnsár með fjölda fossa kóróna síðan fallett landslagið. Má þar nefna Penná sem rennur ofan í fjörðinn ofan af Dynjandisheiði, en líka Vatnsdalsá fyrir honum miðjum. Loks er Þingmannaá sem rennur ofan úr Þingmannadal, en í henni er fossaröð sem kom fyrir í sjónvarpsþáttunum um Nonna og Manna frá 1990.

Fossarnir í Vatnsfirði búa ekki aðeins yfir einstakri fegurð, heldur býr í þeim orka sem girug raforkufyrirtæki ásælast nú sem aldrei fyrr. Virðast þau engu skeyta um að árnar og fossarnir í Vatnsfirði eru friðaðir, auk þess sem friðlandið verður hjartað í Þjóðgarði á Vestfjörðum sem átti að opna síðastliðið sumar, og verður lyftistöng fyrir Vestfirði alla. Ekki má heldur gleyma sögulegu gildi svæðisins, en varla var það tilviljun að í Vatnsfirði reyndi Hrafna-Flóki fyrsta landnám sem sögur fara af á Íslandi. Þar gaf hann einnig landinu okkar nafn, líkt og segir í Landnámu: „Þá gekk Flóki upp á fjall eitt hátt ok sá norðr yfir fjöllin fjörð fullan af hafisum, því kölluðu þeir landit Ísland, sem það hefur síðan heitit.“ Þjóðhátíðarárið 1974 héldu Vestfirðingar þarna stærstu útisamkomu sem haldin hefur verið á Vestfjörðum. Vatnsfjörður er því ekki hvaða fjörður sem er og vatnið og fossarnir í honum heilagir.

Það er auðvelt að komast í Vatnsfjörð akandi, en margir kjósa að sigla inn fjörðinn með flóabátnum Baldri frá Stykkishólmi, jafnvel með viðkomu í Flatey á Breiðafirði. Við Flókalund er upplýsingamiðstöð og ágætt tjaldstæði. Þarna bjóðast skemmtilegar gönguleiðir í allar áttir, til dæmis með fram Vatnsdalsvatni og Vatnsdalsá, eða stórkostlegum gljúfrum Pennár. Stytttri ganga, sem hentar vel barnafjölskyldum, liggur að fossunum í Þingmannaá eða að surtarbrandsnámi í Surftarbrandsgili. Einnig er gaman að spreyta sig á Lómatindi þar sem Hrafna-Flóki á að hafa gefið Íslandi nafn, en af tindinum er einstakt útsýni yfir sunnanverða Vestfirði. Skammt frá eru fjórar stöல்லóttar og 700 metra háar Hornatær, með enn betra útsýni yfir Vatnsfjörð sem vonandi fær að halda heilögu vatni sínu óvirkjuðu um ókomna tíð. ■



Hellulaug liggur í sjávarmálinu rétt hjá Flókalundi. Vatnið er tæplega 40 gráðu heitt og útsýnið úr lauginni svikur engan.

MYND/MATS WIBE LUND



Horft suður yfir Vatnsfjörð af Lómatindi, skírnarfonti Íslands, þar sem Hrafna-Flóki á að hafa gefið Íslandi nafn. Í fjarska sést í tignarlegan fjallgarð Snæfellsness.

MYND/ÓMB

Ennþá meira úrval af listavörum



Listverslun.is



Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is
Mán.-fös. kl. 9-18, laugardagur kl. 10-17, sunnudagur kl. 12-16

Hjáleigan



Sigmundur Ernir
Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Íslensk nesjamennska kann að þykja krúttleg í hugum útlendinga sem sækja eyjuna heim, en hefur reynst heima-mönnum heldur bagaleg í aldanna rás, enda hefur hún löngum staðið framförum fyrir þrifum.

Útnárahátturinn hefur greypst í þjóðarsálina – og ekki einasta talið eyjaskeggjum trú um að þeir geti verið sjálfum sér nógir úti við ysta haf, heldur hefur hann alið með þeim ótta gagnvart útlendingum. Fyrir vikið hafa landsmenn talið það svo í gegnum tíðina, að aðkomumenn komi einvörðungu hingað til lands í annarlegum tilgangi, ýmist til að ræna fólki, ellegar eignum þess og auðlindum.

Hér er komin meginskýring þess að stór hluti Íslendinga hræðist þjóðasamvinnu á borð við Evrópusambandið. Þeir telja einsýnt að fámenna þjóðin í jafri álfunnar tapi öllum sínum sérkennum, hagsmunum og fullveldi, hefji hún samstarf með öðrum þjóðum; lítil þjóð græði ekkert á því að bindast efnahag annarra og geri allt betur upp á eigin spýtur.

Ög þar er komið þjóðarstolt fólks, sem mjög reglulega þarf að minna sig á, að það er bara allt í lagi að vera eyþjóð í á að gíska harðbýlu landi þar sem túlkunaratriði er hvaða árstíð ríki hverju sinni.

Hér gildir einu þótt raunveruleikinn sé allt annar, enda margsannað að alþjóðasamningar eru fámennum þjóðum miklum mun dýrmætari en tvíhliða samningar við hverja þjóðina af annarri. Ög svo er hitt, að fullyrðingar um að stóru þjóðirnar innan Evrópu ráði öllu og niði af þeim skóinn, eru í besta falli stórfelldar og flónskulegar rangfærslur. Hér taka staðreyndir enda fram úr tilfinningum og afundnum geðþótta.

Éða hvaðan skyldi nýkjörinn forseti Evrópuþingsins koma? Frá Möltu, fámennasta aðildarríki Evrópusambandsins, sem er litlu fjölmennara en Ísland. Ög þar fer aukin heldur kona, Roberta Metsola, en nýverið fékk hún yfirburða kosningu þingsins í embættið.

Ög hvaðan skyldu forverar Ursulu von der Leyen á forsetastóli framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins hafa komið? Jú, Jean-Claude Juncker sem sat á þeim stóli á árunum 2014 til 2019, kemur frá Lúxemborg, næst fámennasta aðildarríki sambandsins – og á undan honum gegndi José Manuel Barroso starfanum á árabílinu frá 2004, en hann er frá Portúgal, sem einnig er í hópi fámennustu landa ESB.

En litla Ísland vill áfram vera hjáleiga utan Evrópu, af gömlum ótta við ofríki annarra, en þiggja lagasetningu þeirra án þess að geta haft áhrif á hana. Ög það er kallað íslenskt fullveldi. ■

Halldór



Frá degi til dags

gar@frettabladid.is

Domm

Hið sáraeinfalda spil Domm var kynnt fyrir almenningi í þáttum Fóstbræðra á sínum tíma. „Sá sem fær hjartagosa eða gosa af gagnstæðri sort, hann gefur allan sinn spáða undir tíu, svo framarlega sem summa spádans sé hærri en tveir hæstu tígelnir – eða segir pass, en þá verður hann líka að draga lauf,“ voru leikreglurnar útskýrðar fyrir pari sem var í kvöldverðarboði hjá vínafólki. Mörgum þykir engu líkara en að höfundar Domm hafi samið nýjar reglur um sóttkví sem tóku gildi aðfaranótt miðvikudags.

Gúllas

Í handboltanum í Ungverjalandi er staðan jafnvel enn flóknari en íslensku sóttvarnareglurnar. Tekist er á um fjögur sæti í undanúrslitum og um leið öruggan farmaða fyrir þrjár þjóðir á heimsmeistaramót, sem haldið verður á næsta ári. Þannig færu liðin sem vinna gull, silfur og brons beint inn í næstu úrslitakeppni, án þess að þurfa að ómaka sig við spileríi í undanriðlum. Nema náttúrliga að þjóðirnar í fyrsta til þriðja sæti núna séu annað hvort ríkjandi heimsmeistarar eða gestgjafar á væntanlegu heimsmeistaramóti. Þá leika liðin sem enda í fjórða og fimmta sæti á Evrópumeistaramóti núna, á HM að ári. Nema þau séu með Covid, auðvitað. Þá gilda nýju sóttvarnareglurnar. ■

Bruðlið burt úr borginni



Kolbrún Baldurs-
dóttir
oddviti Flokks
fólksins í borgar-
stjórn Reykjavíkur

Flokkur fólksins kallar eftir að borin sé meiri virðing fyrir verðmætum í borginni. Margar fjárfestingar borgarinnar eru í senn ómarkvissar og óhagkvæmar og staðið er í samkeppnisrekstri sem ætti að vera utan verkahnings borgarinnar.

Flokkur fólksins vonar að á næsta kjörtímabili verði við stjórnvölinn meirihluti sem er tilbúinn til að eyða biðlistum, tryggja börnum fagbjónustu, taka á fátæktarvandann og vinna í málefnum öryrkja og eldri borgara. Auka þarf jöfnuð, losa um höft og frelsis-skeroingar og tryggja réttlæti fyrir alla samfélagshópa. Vinna á hverfaskipulag með fólkinu og að samgöngumálum með þarfir allra í huga. Frumskilyrði er að borin sé virðing fyrir fjármunum borgarbúa en þó fyrst og fremst virðing fyrir fólkinu sjálfu og þörfum þess.

SORPA ekki einsdæmi

SORPA var nýlega dæmd til að greiða Íslenskum aðalverktökum tæpar 90 m.kr. vegna mistaka við útboð byggingar á gas- og jarðgerðarstöð á Álfsnesi, GAJA. GAJA er ónothæf og óljóst hvenær hún verður virk. SORPA hefur hækkað gjaldskrána úr öllu hófi til að mæta dýrkeyptum mistökum. Sá er hængur á stjórn SORPU að þar er ekki gerð nein krafa um að stjórnarmenn hafi reynslu, þekkingu eða skilning á þessum málum. Vert er að skoða hvort röð mistaka hjá SORPU megi mögulega setja á reikning meints þekkingarleysis stjórnarmanna?

Stafræn sóun

Ég hef gagnrýnt stafræna sóun í eitt ár. Eyðsla fjármuna er í engu samræmi við tilbúna afurðir. Enn er beðið eftir nauðsynlegum stafrænum lausnum sem ýmist eru enn á tilrauna- eða þróunarstigi, eða á byrjunarstigi innleiðingar löngu eftir áætlan. Fulltrúi Flokks fólksins hefur beðið innri endurskoðun að fara ofan í kjölinn á þessu máli.

Hægt er að reka borgina betur. Það er eins og það gleymist að verið er að sýsla með skattfé borgarbúa. Flokkur fólksins lagði til að fenginn yrði ráðgjafi til að fara yfir rekstur helstu deilda, með það að markmiði að hagræða. Tillagan var felld. ■

Það er eins og það gleymist að verið er að sýsla með skattfé borgarbúa.



Styrkir til verkefna í þágu barna árið 2022

Barnavinafélagið Sumargjöf auglýsir hér með til umsóknar styrki á sviði rannsóknna, lista og þróunarverkefna í þágu barna. Að þessu sinni verður sérstaklega litið til vandaðra umsókna um verkefni ætluð börnum á leikskólaaldri.

Vakin er athygli á að umsækjendum er gert að fylla út umsókn á sérstöku eyðublaði sem vistað er á vef félagsins og senda það síðan í viðhengi á tölvupóstfang Sumargjafar sumargjof@sinnet.is að lokinni útfyllingu.

Nánari upplýsingar er að finna á vef félagsins sumargjof.is.

Stjórn Sumargjafar áskilur sér rétt til að óska eftir nánari upplýsingum um verkefni og leita umsagnar fagaðila.

Umsóknarfrestur er til og með 7. mars 2022.

Reykjavík, 27. janúar 2022.
Barnavinafélagið Sumargjöf

Fyrir búskapinn allan

Af Kögunarhóli



Þorsteinn Pálsson

„Þegar ég tala um verulega hærri laun, þá á ég við verulega hærri laun.“

Þetta er tilvitnun í viðtal við Davíð Scheving Thorsteins-son, þáverandi formann Félags íslenskra iðnrekenda, í Alþýðu- blaðinu 1977. Á iðnþingi skömmu áður sagði hann að iðnaðurinn væri reiðubúinn til að greiða hærri laun efaðstaða hans batnaði.

Gamla kerfið

Það er sem sagt ekki nýtt að sam- keppnisstaða atvinnufyrirtækja tengist umræðu um kjarabætur. En iðnrekendur voru á þessum tíma að tala fyrir nýrri hugmynd um stjórn efnahagsmála.

Í tengslum við sjónvarpsþættina Verbúðina, fóru Samtök fyrirtækja í sjávarútvegi í auglýsingaherferð með yfirskriftinni: „Það veltur margt á íslenskum sjávarútvegi.“ Það er sannarlega rétt. En sú var tíð að nánast allt valt á sjávarútvegi.

Á áttunda áratugnum var fiskverð ákveðið með mið- stýrðri ákvörðun. Eftir samþykki ríkisstjórnar skráði Seðlabankinn

siðan gengi krónunnar samkvæmt reiknilíkani, sem hélt rekstri sjávarútvegsins að meðaltali á núlli.

Markmið efnahagsstefnunnar var að halda sjávarútveginum gangandi, en koma í veg fyrir að þar myndaðist hagnaður og eigið fé. Gengi krónunnar var sem sagt stillt þannig af að höfuð- atvinnugreinin var í bóndabeygju, iðnaðurinn varðist í vök en milli- liðirnir blómstruðu.

Á þessum tíma var iðnaðurinn í aðlögun að frjálsri samkeppni og vildi jafna innbyrðis samkeppnis- stöðu atvinnugreinanna.

Ný hugmynd

Ein helsta tillaga þeirra var að taka gjald fyrir veiðileyfi. Siðan átti að bæta útveginum aukinn kostnað með lækkun á gengi krónunnar. Það hefði bætt samkeppnisstöðu iðnaðarins og auðveldað honum að greiða sambærileg laun.

Skekkjan milli atvinnuveganna var augljós. En efasemdir útvegsins voru skiljanlegar. Í þessu mið- stýrða hagkerfi var lítil von til þess að sjávarútvegurinn yrði leystur úr bóndabeygju núllstefnunnar.

Með öðrum orðum: Kerfisbreyt- ingin, sem iðnrekendur töluðu fyrir, var skynsamleg. En hún var kannski ekki raunhæf á þeim tímamarki, nema samtímis yrði gengið enn lengra í breytingum á hagkerfinu.

Þetta var fyrir daga aflahlut- deildarkerfisins eða kvótans. Siðan kom einkarétturinn til veiða



með aflahlutdeildinni. Svo kom frjálst framsal aflaheimilda. Þá var verðmyndun á fiski gefin frjáls. Og loks hætti ríkisstjórnin að ákveða gengið.

Hagræðing kom í stað mið- stýrðra gengisfellinga. Þá fyrst var núllstefnan endanlega úr sögunni.

Köld rök og heit

Laust fyrir aldamót var sjávar- útvegurinn farinn að skila arði og mynda eigið fé vegna þessara kerfisbreytinga. Það var og er heil- brigt.

En þá myndaðist nýtt ójafnvægi milli atvinnugreina. Ástæðan er sú að menn fóru ekki að ráðum auð- lindanefndar Jóhannesar Nordal um aldamótin, sem lagði til gjald- töku fyrir tímabundinn einkarétt til veiða úr sameiginlegri auðlind.

Fyrir aldamót var samkeppnis-

staða innflutnings og milliliða betri en sjávarútvegs og iðnaðar. Nú stendur sjávarútvegurinn betur að vígi af því að hann nýtur einkaréttar á veiðum án teljandi greiðslu, en það hallar á ferðaþjón-ustu og þekkingargeirann.

Áður lágu bara köld efnahagsleg rök fyrir breytingum á hagkerfinu. En nú eru þau heitu siðferðilegu rök þyngri að gjald komi fyrir einkarétt að sameiginlegri auðlind.

Helsti munurinn er sá að sjávar- útvegurinn hefur ekki jafn gildar ástæður nú til að andæfa breyt- ingum, sem um leið miða að meiri jöfnuði milli atvinnugreina.

Á sínum tíma mátti ræða þenn- an vanda. En á síðustu árum hafa Samtök atvinnulífsins kosið að setja pottlok á þá umræðu. Meðan það nær yfir ríkisstjórnina heldur vandamálið áfram að dýpka.



Á sínum tíma mátti ræða þennan vanda. En á síðustu árum hafa Samtök atvinnulífsins kosið að setja pottlok á þá umræðu.

Norræna vinnumarkaðsmódelið

Í aðdraganda kjarasamninga horfa margir til norræna vinnumarkaðs- móðelsins. Þar liggja vissulega sameiginlegir hagsmunir launa- fólks og atvinnulífs. Það sést vel á því að önnur Norðurlönd vaxa nú hraðar út úr kreppunni en við.

En norræna vinnumarkaðs- módelið verður ekki að veruleika með því einu að biðja launafólk að miða launakröfurnar við lægsta punktinn í þjóðarþúskapnum. Fyrst þarf að ljúka breytingum á hagkerfinu.

Tvennt er þar mikilvægast: Að jafna samkeppnisstöðu milli atvinnugreina og tryggja sama gjaldmiðilsstöðugleika og önnur Norðurlönd njóta.

Þetta er ekki spurning um byltingu heldur óhjákvæmilega aðlögun.

Það veltur margt á sjávarútvegi en þó enn fleira á skynsamlegri efnahagsstefnu fyrir þjóðar- búskapinn allan. ■

30
ÁRA
2018

Flísabúðin

Gæði og glæsileiki

endalaust úrval af hágæða flísum

Finndu okkur á facebook

Flísabúðin

Stórhöfða 21 | s: 545 5500 | flis.is

Sund er hreyfing

Bentu á það sem er þér fyrir bestu. Hreyfing er þér fyrir bestu. Skólamál eru í stöðugri þróun. Ár frá ári, mánuðum til mánaða. Þær minningar sem margir foreldrar, afar og ömmur eiga af sinni skólagöngu eru margar hverjar enn við lýði, en aðrar hafa þróast með tímanum eða eru ekki lengur við lýði.

Skrif Diljá Ámundadóttir Zoega í Fréttablaðinu 13. janúar vakti flesta sundkennara til umhugsunar um þekkingu Diljár og annarra í Skóla- og fristundaráði Reykjavíkurborgar á aðalnámskrá grunnskóla og á þekkingu á starfsháttum og kennslu í sundi.

Margt sem Diljá Ámundadóttir Zoega benti á í sinni grein, inniheldur mikla þversögn. Nemandi á að fá val um að sleppa við sund, ef hann hefur náð hæfniviðmiðum í lok 8. bekkjar. Við sem kennum sund um allt land sjáum fyrir okkur að ýmis ráð og nefndir muni taka óupplýstar ákvarðanir án alls samráðs við fagfólkið, sem er kennararnir.

Kennarar búa yfir mikilli reynslu og við þróun okkar á hverju ári og flesta daga þurfum við að glíma við eitthvað nýtt. Skólamál eru í sífellt dregi þróun í að annast börn sem eru með misjafnar og fjölbreyttar þarfir og hefur sú þróun verið hröð upp á síðkastið. Skólastjórnendur keppast við að senda alla kennara á námskeið til að læra að takast á við nýja tíma. Starfsfólk sundlauga er upplýst og börn og fullorðnir gestir sundlauga eru farin að nota þriðja klefann, eða aðrar lausnir þar sem þær finnast. Allt með samtali og upplýsingagjöf þar sem margir koma að borðinu. Enginn kennari vill að nemandi líði illa. En við erum öll að læra og mistök eru partur af reynslu.

Diljá Ámundadóttir Zoega heldur því fram í sömu grein að tillaga sem snýr að því að nemendur klári sína sundkennslu við lok 8. bekkjar, sé borðleggjandi fyrirkomulag í aðalnámskrá grunnskóla.

Við kennarar viljum aðeins vitna í aðalnámskrá grunnskóla fyrir Diljá, aðra fulltrúa í Skóla- og fristundaráði Reykjavíkurborgar, alla aðra sem eru í sams konar ráðum í öðrum bæjarfélögum, ásamt öðrum sem hafa áhuga.

Efst í umfjöllun um íþróttir og sund í aðalnámskrá grunnskóla stendur:

■ Hreyfing er mikilvæg öllum börnum. Sund er hreyfing –

”

Við fagaðilarnir – íþróttافرæðingar – sundkennarar, erum best til þess fallin með okkar reynslu að fá nemendur með okkur og klára grunnskóla-sundkennsluna eins og hún kemur fyrir í aðalnámskrá.

Aukin sundfærni styrkir sjálfsmynd og eykur sjálfsöryggi einstaklingsins. Sund er góð leið til heilsuþótar enda er aðgengi að góðri sundaðstöðu almennt afar gott hér á landi. Hreinlæti, líkamlega umhirðu, fræðslu um kynímyndir og staðalmyndir og umræðu um einelti og annað ofbeldi er auðvelt að tengja þessari kennslu.

Sund er mikilvæg hreyfing. Við fagaðilarnir – íþróttافرæðingar – sundkennarar, erum best til þess fallin með okkar reynslu að fá nemendur með okkur og klára grunnskólasundkennsluna eins og hún kemur fyrir í aðalnámskrá.

■ Í skólasundi skal fyrstu tvö árin leggja megináherslu á aðlögun barnsins að vatninu í gegnum leik og æfingar. Kynna almennar sundaðferðir í 1-4. bekk. Nemendur sem ljúka 4. bekk þurfa að hafa öðlast nokkra kunnáttu í sundaðferðunum og getað bjargað sér á sundi. Nemendur í 5-7. bekk skulu fá aukna áherslu á notkun vatnsins til heilsuefingar með margvíslegum æfingum bæði á sundi og við fjölbreyttar styrkjandi æfingar í vatninu.

Við lok 10. bekkjar getur nemandi: Tekið ákvarðanir á grundvelli öryggis- og umgengnisreglna og brugðist við óvæntum aðstæðum. Framkvæmt og útskýrt helstu atriði skyndihjálpar, endurlífgunar og björgunar úr vatni og notkun björgunaráhalda. Bjargað jafningja

á björgunarsundi. Á unglingastigi skal einnig auka vægi björgunarþátta svo sem þjálfun í að troða marvaða, bjarga félaga upp á flot sveig eða hring. Þá skal æfa björgunarsund með félaga.

Í stuttri samantekt þá er lagður grunnur að sundtökunum á yngsta stigi. Á miðstigi er lögð áhersla á að börnin nái að synda á milli bakka og á unglingastigi er lögð áhersla á björgun í vatni.

Að allir útskrifast úr sundi í 8. bekk, er engan veginn fagleg nálgun og alls ekki í neinu samráði við þá kennara sem stunda kennslu í þessari kennslugrein vítt og breytt um landið.

Kæra Diljá. Við íþróttافرæðingar og sundkennarar erum alveg til í að samþykkja að kannski mætti gera sund að valgrein í 10. bekk. Það gæti vissulega verið hvetjandi að mæta í alla tíma í 9. bekk og ná þá að klára hæfniviðmið í 10. bekk í leiðinni. En það val í 10. bekk, þarf þá að vera með hreyfingu á móti, eins og stendur í aðalnámskrá. Það er nefnilega þannig að ef nemendur hafa fengið góða kennslu á yngri stigum skilar það sér í eldri deildir, sem áhugaverðir tímar sem gefa heilmikið í þoli og tækni. Lausnin er sist að hætta að hreyfa sig.

Sund er hreyfing. Hreyfing er þér fyrir bestu.

Höfundar eru íþróttافرæðingar og sundkennarar skólanna í Reykjavík, á höfuðborgarsvæðinu og alls staðar annars staðar aflandinu. ■

Ana Tepavcevic
Bjarney Gunnarsdóttir
Darri Sigurðsson
Edda Linberg
Guðni Sighvatsson
Harpa Eyfjörð Helgadóttir
Harpa Rut Heimisdóttir
Haukur Már Ólafsson
Hrund Jónsdóttir
Kjartan Ólafsson
Kolbrún Fjóla Sighþórsdóttir
Kristján Örn Enebersson
Lilja Íris Gunnarsdóttir
Ólafur Guðmundsson
Ólafur Snorri Rafnsson
Páll Janus Þórðarson
Ragnar Elvar Arinbjarnarson
Sabína Steinunn Halldórsdóttir
Sigríður Björk Þorlákssdóttir
Baxter Sigurður Reynir Ragnildarson
Simon Geir Þorsteinsson
Skúli Sigurðsson
Steinunn Þorkelsdóttir
Þorbjörg Sólbjartsdóttir
Þórður Pétursson



Flötu þökin og loftslagið



Magnús Jónsson
veðurfræðingur

Fyrir nokkru kom norskur byggingameistari í heimsókn til Íslands. Fór hann í ökuferð um höfuðborgarsvæðið til að kynna sér húsagerð og skipulag. Eftir nokkra stund varð Norðmanninum að orði: Hvernig er það, á eftir að setja þak á flestar nýjar byggingar hér? Íslenski samferðamaðurinn skýrði þá út fyrir honum að svo væri nú ekki, heldur væru flestar nýbyggingar hér með flötu þaki. „Eruð þið ruglaðir?“ varð hinum reynda byggingameistara frá Noregi að orði.

Margt hefur verið rætt og ritað um flötu þökin í íslenski veðráttu og hef ég áður tjáð mig um þau. Ýmsir reyndir byggingamenn hafa haldið því fram að stór hluti flatra þaka muni fyrr eða síðar leka og að mygla sé miklu algengari í húsum með flötu þaki en þeim sem vatn og snjór getur runnið af, eins og reyndist vel hér á landi í meira en 1.000 ár áður en flatþekjan komst í tísku. Hér verður engu bætt við það, enda flest áður sagt og sannað um þá stefnu. Hins vegar eru önnur atriði sem ástæða er til að gefa gaum þegar borin eru saman flöt steipt þök og hallandi timburþök, með pappa og málmlæðningu efst.

Meira en 100 tonna farg
Hér á eftir verður tekið dæmi um 200 fermetra steinsteipt hús. Ef þakið er steipt 20 cm þykk plata, er hún um 100 tonn að þyngd. Síðan er þykku pappalagi bætt ofan á plötuna og þar ofan á malarlagi, sem getur vegið meira en 20 tonn. Ekki er ólíklegt að þarna sé um að minnsta kosti 120 tonna heildarmassa að ræða, sem gegnir því hlutverki að verja húsið fyrir vatni, snjó og vindum. Væri þetta þak hins vegar úr hefðbundnu timbri með pappa og álsinki efst, vegur það þak minna en 10 tonn. Þótt hús hér á landi séu byggð eftir stöðlum sem þola eiga stærstu jarðskjálfta og mikinn snjómassa, er slíku ekki til að dreifa alls staðar. Bent hefur verið á að í fátækari löndum heims sé það oft flatt þakið sem veldur mestu manntjóni þegar hlaðnir veggir gefa sig, til dæmis í jarðskjálftum. Léttari þök séu því sannarlega æskileg við þær aðstæður.

Öþörf losun á koltvísýringi
Gera má ráð fyrir að um 15 tonn af sementi fari í ofannefnt íslenskt

”

Ég hef á opinberum vettvangi haldið því fram að veðurfarslega séu flöt þök ekki heppileg á Íslandi og svipað er örugglega uppi á teningnum í Noregi.

þak og að framleiðsla á því magni af sementi losi álika magn af CO₂ út í andrúmsloftið. Þetta er þó breytilegt eftir því hvar framleiðslan fer fram, en hafa verður í huga að sementsframleiðsla er talin valda 8-10% af heildarlosun í heiminum á koltvísýringi. Á Íslandi er árleg notkun á sementi yfir 170 þús. tonn, sem nálgast það að vera um hálft tonn á mann. Auðvitað fer ekki nema lítill hluti þess magns í flöt þök. En í ljósi þess að hefðbundin, hallandi timburþök hafa afar lítið kolefnisspor, er ljóst að breyting á þakgerð hér á landi getur verið allnokkuð jákvætt innlegg í kolefnisbókhald þjóðarinnar. Steinsteypa er, og verður áfram, mikilvægasta byggingarefnið hér á landi en það er full ástæða til þess að skoða gaumgæfilega hvernig draga má úr notkun hennar, meðal annars í gerð húsaþaka.

Lokaorð
Ég hef á opinberum vettvangi haldið því fram að veðurfarslega séu flöt þök ekki heppileg á Íslandi og svipað er örugglega uppi á teningnum í Noregi. Þar er flatneskjástillinn í þakgerð mun minna notaður en hér á landi. Þar sem veðurfar á vesturströnd Noregs er að ýmsu leyti líkt og á suðvestanverðu Íslandi, þótt hér sé kaldara, er fróðlegt að bera saman byggingarstílinn í nokkrum borgum þar og á Reykjavíkarsvæðinu. Í borgum eins og Stavanger, Björgvin, Álasundi og Þrándheimi, er aðeins lítill hluti húsa með flötu þaki, öfugt við það sem er hér í höfuðborginni og nálægum sveitarfélögum, ekki sist á þeim svæðum sem byggð hafa verið síðustu áratugina.

Að lokum er það svo skoðun mín að mun fallettra, hlýlegra og á allan hátt manneskjulegra sé að búa í hverfum þar sem hús eru með hefðbundnum þökum, sem bæði dempa vind og renna af sér úrkomu, en þar sem hús eru gámalaga með upp-magnaða vindstrengi á hliðum og safnþrær á þökum. Það er hins vegar önnur kolefnissaga. ■

 LANDSRÉTTUR	Prófarkalesari í Landsrétti
	Landsréttur auglýsir laust til umsóknar starf prófarkalesara í hálfu starfi. Meginhlutverk er yfirlestur dóma sem og málfarsráðgjöf. Menntunar- og hæfniskröfur: • Háskólapróf í íslensku. • Mjög góð íslenskukunnátta og færni í rituðu máli er nauðsynleg. • Góð færni í Word er nauðsynleg. • Rík þjónustulund og sveigjanleiki. Starfskjör eru í samræmi við kjarasamning ríkisins og viðkomandi stéttarfélags. Þeir sem áhuga hafa á starfinu eru hvattir til að sækja um óháð kyni. Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur. Áskilið er að umsóknir og fylgigögn berist rafrænt á netfangið landsrettur@landsrettur.is. Umsóknir gilda í allt að sex mánuði. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu í starfið liggur fyrir. Nánari upplýsingar veitir Gunnar Viðar, skrifstofustjóri Landsréttar, gunnar.vidar@landsrettur.is eða í síma 432-5300. Umsóknarfrestur er til og með 6. febrúar 2022.

ALLT

FIMMTUDAGUR 27. janúar 2022

KYNNINGARBLAÐ



Súkkulaðibitakökur eru bestar fáir deigið að hvílast. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Freistingafebrúar

jme@frettabladid.is

Nú er þurrur, vegan janúar loks að ljúka og við tökum upp gamla síði; drekkum súkkulaði, slöppum af í baði og allt. Þegar fyrsti febrúar rennur upp er gott að eiga súkkulaðibitakökudeig í frysti.

Súkkulaðibitakökur

- 230 g smjör
- 2 matskeiðar rjómi
- 2 bollar hveiti
- 2 tsk. salt
- 1 tsk. matarsódi
- ¾ bolli púðursykur
- ¾ bolli hvítur sykur
- 2 stór egg
- 1 msk. vanilludropar
- 300 g saxað súkkulaði (gott að blanda til helminga dökku og ljósu)

Stóra skál þarf fyrir uppskriftina. Fyrir bestu útkomuna skal brúna smjörið og kæla það niður í stofuhita. Þeyttu sykurlinn út í stofuheitt smjörið uns blandan lýsist. Bættu við rjóma, salti, eggjum og vanillu og hrærðu. Næst skal hræra hveiti og matarsóða við deigið. Að endingu skal blanda súkkulaðinu við og móta í langan lurk sem er jafn í þvermáli miðað við kökstærðina sem þú vilt. Vefðu plastfilmu utan um lurkinn og geymdu í kæli í minnst 24 klst. Til að eiga tilbúna kökur í frystinum má skera niður í kökur og frysta. Bakaðu án blásturs við 180°C í 15-20 mínútur. Tíminn fer eftir stærð kökunnar. Bónusstig ef þú stráir salti yfir áður en þú bakar. ■



POWERFUL NUTRITION
FROM PLANTS

ALOE VERA
MELTING & BÓLGUR



85%
VIRKT
CURCUMIN

www.celsus.is

Skammdegið

þarf ekki að vera erfitt

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



ICEHERBS
D-vítamín

Orkublanda með kröftugri burnirót & d-vítamíni 2000 AE

ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS



Páll Arnar Hauksson, rannsókn- og þróunarstjóri SagaNatura.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Íslenskt hugvit í baráttunni gegn kvefi og inflúensu

SagaImmune bætiefnið frá KeyNatura styrkir ónæmiskerfið, vinnur gegn veirusýkingum og getur stytt meðgöngutíma kvefs og inflúensu verulega. 2

SagaImmune er byggt á eldri vöru sem var þróuð úr ætíhvönn fyrir um 20 árum. Um er að ræða sérstætt bætiefni á alþjóðamarkaði, sakir einstakrar blöndu innihaldsefna sem hafa víðtæk áhrif og veita sterka vörn gegn kvefveirum og inflúensu. „SagaImmune er vara sem við þróuðum og settum svo á markað fyrir tveimur árum síðan, en hvatinn að þróuninni var Covid-19. Í upphafi faraldursins ákváðum við að dusta rykið af gömlum rannsóknnum um veiruvirkni hvannarinnar, en gömlu, góðu vörurnar okkar sem byggðu á hvönninni, eins og SagaVita og Voxis molarnir, hafa lengi verið vinsælar. Þá hafa þær verið þekktar fyrir veiruvirkni og getu til að styrkja ónæmiskerfið,“ segir Páll Arnar Hauksson, matvælafræðingur og rannsókn- og þróunarstjóri líftæknifyrirtækisins SagaNatura, sem selur heilsuvörulínuna KeyNatura á Íslandi. Íslensk ætíhvönn á sér sögu sem ein merkasta lækningajurt þjóðarinnar allt frá landnámi og er talin hafa verið notuð í gegnum aldirnar gegn ýmsum veirum, kvillum og óþægindum.

Einstök blanda á heimsvísu
Rannsóknateymið hjá fyrirtækinu gerði frekari rannsóknir á hvannafraeja-extrakti og kom þá veiruvirknin skýrar í ljós. „Teymið skoðaði sérstaklega virkni gegn inflúensuvírusum. Þá var þróuð aðferð til þess að einangra imperatorin, veiruvirka efnið úr hvannafraeja-extrakti. Nýjar rannsóknir voru gerðar í samstarfi við Utah State University og sýndu prófanirnar umtalsverða virkni gegn inflúensu.

Að auki er beta glúkan úr gersveppum sem styður ónæmiskerfið og fjölmargar rannsóknir hafa sýnt að inntaka beta glúkans getur stýtt meðgöngutíma kvefs og inflúensu. Í blöndunni eru C-vítamín og D-vítamín sem flestum er kunnugt að eru ómissandi fyrir heilbriggt ónæmiskerfi. Svo eru að auki selen og sink, sem bæði styðja við eðlilega virkni ónæmiskerfisins. Við erum virkilega stolt af þessari blöndu, enda er þetta einstök vara á heimsvísu.“

Gott yfir veturinn
Mælt er með að nota SagaImmune áður en skólar og leikskólar hefjast á haustin og taka 2 hylki á dag fram á vor, þegar sumarfrí hefjast. „Hægt er að koma í áskrift hjá okkur og fá SagaImmune sent heim mánaðarlega. Auðvelt er að breyta áskriftinni í ákveðinn tíma ef fólk telur sig ekki hafa þörf á að taka bætiefnið inn yfir sumarið. Einnig fæst SagaImmune í helstu matvörubúðum og apótekum,“ segir Páll.

Voxis íslenskur, sykurlaus hálsbrjóstsykur
Á sama tíma og SagaImmune var í þróun voru vísindamenn SagaNatura einnig að þróa nýjar bragðtegundir af hinum sívinsæla Voxis mola, sem inniheldur ætíhvannar-extrakt sem mýkir hálsinn og hefur heilsubætandi áhrif. Mikill metnaður var í teyminu að bæta hinum fullkomna sykurlausa lakkrismola við Voxis vörulínuna.

Voxis er frábært heilsunammi
Voxis er ekki bara hálsbrjóstsykur, heldur einnig frábært heilsunammi. „Hér í höfuðstöðvunum maulum við mikið Voxis molana, enda eru þeir bragðgóðir og mýkjandi í hálsinn. Við höfum sett fjórar bragðtegundir á markað og eru þrjár af þeim sykurlausar. Þegar mann langar í eitthvað sætt



Hvönnin spilar lykilhlutverk í mörgum vörum KeyNatura.

ADSEND/SVAVASIG



Voxis fæst í fjórum bragðtegundum. Blár, gulur og svartur Voxis eru sykurlausir. Voxis molarnir fást í helstu matvöruverslunum og apótekum.

Við erum virkilega stolt af þessari blöndu, enda er þetta einstök vara á heimsvísu.

Páll Arnar Hauksson

spennt fyrir þessum nýja mola sem notið hefur mikilla vinsælda. Við þróun molans prófuðum við yfir tuttugu afbrigði og teljum við okkur loksins vera búin að þróa hinn fullkomna Voxis lakkrismola. Það besta við hann er að hann er bæði sykurlaus, sem þýðir að hann hentar þeim sem eru á lágkolvetnafæði eða ketó, og inniheldur lágt magn af efninu sem finna má í sumum tegundum af lakkris og hefur áhrif á blóðþrýstinginn. Því hækkar lakkrismolinn frá Voxis hvorki blóðsykur né blóðþrýsting,“ segir Páll.

Gott fyrir röddina
Voxis molarnir hafa verið í upphaldi hjá söngelsku fólki um árabíl, allt frá atvinnusöngvörum til kór-söngvara. Þá hafa molarnir einnig vakið athygli út fyrir landsteinana. „Fólk er að fá sér Voxis mola fyrir æfingar og söngleiki, en einnig eru molarnir kærkomnir fólki eins og mér, sem heldur oft fyrirlestra. Þá finnst mér frábært að gripa í einn mola til að tryggja að röddin bresti ekki. Voxis molinn inniheldur fjölsykru úr hvönn sem leysist upp í munnvatninu og hefur góð og mýkjandi áhrif á hálsinn. Ekki má svo gleyma því að hvannafraeja-extraktinn er einnig með veiruvirkni.“ ■

eða gott bragð í munninn þá er frábært að geta stungið upp í sig einum Voxis mola, enda slær hann vel á sykurlöngun. Þá höfum við fundið fyrir miklum áhuga fólks á sykurlausu bragðtegundunum og erum að vinna í að koma með fleiri bragðtegundir af Voxis molunum.“

Hentar þeim sem eru á ketó eða lágkolvetnafæði
Nýja lakkris-bragðtegundin var í þróun í um það bil ár hjá SagaNatura og kom á markað síðasta sumar. „Við erum virkilega



SagaImmune er ein af vörum fyrirtækisins, sem hefur virk efni sem fyrirfinnst í ýmsum hollum matvælum, sem efla varnir líkamans.



SagaImmune fæst í helstu verslunum og apótekum, en einnig á keynatura.is.

Útsala

Enn meiri verðlækkun

50-60% afsláttur



www.hjahrafnhildi.is

Njóttu þess að versla áhyggjulaus
í vefverslun okkar www.hjahrafnhildi.is

- Sendum um allt land
- Frí heimsending yfir 15.000 kr.
- Frí endursending
- Heimakstur samdægurs alla virka daga
á höfuðborgarsvæðinu ef pantað er fyrir kl. 14

hjá
Hjá Hrafnhildi

Fatastíllinn eins og tónlistarsmekkurinn



Sjöfn Þórðardóttir sjofn @frettabladid.is

Guðný Eyjólfssdóttir snyrtifræðingur byrjaði snemma að hafa áhuga á fatnaði og tisku og varð alveg dolfallin yfir fyrirsætum á tiskupöllum hjá Victoria's Secret ung að árum.

Guðný er glæsileg, hávaxin 22 ára einhleyp stelpa sem býr í foreldra-húsum og unir sér vel þar. Guðný ólst upp í Hafnarfirði og gekk þar í Setbergsskóla, tók 2 ár í Mennta-skólanum við Sund og lauk skóla-göngunni í Flensborg 2018 með stúdentsprófi. Síðan lærði Guðný snyrtifræðina, sem nýtist henni vel í starfi í dag og hefur hún mikla ástríðu fyrir starfi sínu.

Guðný vinnur hjá móður sinni sem á og rekur stofuna Heilsu og útlit. „Þar erum við að bjóða upp á alls konar meðferðir fyrir sogæðakerfið, innrauðar-meðferðir og and-litsmeðferðir, ásamt fjölda annarra meðferða sem eiga vel við menntun mína sem snyrtifræðingur. Ég nýt þess að dekra við viðskiptavinum okkar og auka velliðan þeirra,“ segir Guðný, sem er áhugasöm um starf sitt. „Ástríða mín í augnablikinu er vinnan mín á stofunni, en ég hef ávallt haft áhuga á húðinni og umhirðu hennar.“

Aðspurð segist Guðný nýlega vera byrjuð að geta tjáð sig með flikum, þó áhuginn hafi verið til staðar frá bernsku. „Áhugi minn á fötum og tisku byrjar líklegast fyrst þegar ég sá Victoria's Secret tisku-sýningu í fyrsta skipti mjög ung



Ein af uppáhaldsflikum Guðnýjar er pelsinn hennar frá Feldi og klæðir hann hana mjög vel. Hér er hún í pilsí frá New Yorker við pelsinn.

FRÉTTABLAÐID/
ANTON

að árum, en ég varð alveg dolfallin yfir þessum heimi. Að fylgjast með frægum leikurum og tónlistarmönnum í tónlistarmyndböndum var líka stór partur af áhuganum. Ég byrjaði samt ekki fyrr en nýlega að getað tjáð mig með flikum og gengið í þeim fötum sem ég geri í dag.“

Klæðist því sem er þægilegt
Hefur þú ávallt haft skoðun á því í hvernig fötum þú vilt klæðast?

„Ekki beint, þar sem að tiskan breytist svo ört og maður prófar sig þannig séð áfram með að fylgja henni. Ég myndi segja að ég væri komin á þá skoðun að klæðast því sem mér þykir þægilegast að vera í og lætur mér líða vel.“

Hvernig myndir þú lýsa fatastílnum þínum?

„Ég myndi lýsa honum eins og tónlistarsmekknum mínum. Ég fíla alla tónlist hvort sem það er rokk, country, hip-hop og RnB. Ákveðinn stíll fylgir þessum tónlistargreinum og fer það svolítið eftir því í hvernig skapi ég er, hvað ég fíla hverju sinni.“

Þegar kemur að vali að sniðum, er eitthvað sem heillar þig frekar en annað?

„Bootcut buxur eru í miklu uppáhaldi hjá mér og munu mögulega alltaf vera það. Þær móta mann ekkert smá vel.“

Áttu þér uppáhaldsflikur?
„One shoulder-bolurinn minn frá Yeoman og pelsinn minn.“

Áttu þinn uppáhaldshönnuð?
„Alexander Wang hefur alltaf verið í uppáhaldi ásamt Coco Chanel.“ Guðný segir að Chanel sé eitt af fyrstu stóru tiskuvörumerkjum sem hún tók eftir. „Eftir að ég sá myndina Coco before Chanel (2009) heillaðist ég algjörlega. En það sem heillar mig mest í dag og kostar ekki heilan handlegg er Zara, Asos netverslunin, Guess og Ganni.“

Stílhreint og tímalaut
Þegar kemur að litavali, fylgir þú tiskustrámunum hverju sinni eða áttu þér þína uppáhaldsliti sem þér finnst klæða þig best?

„Ég hef alltaf klæðst svörtu í miklum mæli og svartu liturinn klikkar aldrei, stílhreinn og tímalaut. Undanfarið hefur græni og brúni liturinn verið mikið í tisku og eru þeir orðnir að mínum uppáhaldslitum, mér finnst þeir klæða mig vel og mér líður vel í þeim.“

Hvernig myndir þú lýsa skótiskunni sem þú heillast helst af?

„Ég er frekar hávaxin og mér hefur alltaf fundist erfitt að finna flotta skó til þess að ganga í vegna þessa. Ég elska hælaskó eins og Louboutin eða Jimmy Choo, en ég hef ávallt gengið í strigaskóm með öllum flikum. Upp á síðkastið hef ég verið að nota svarta boots. Ööryggi fylgir mér þegar kemur að því að vera í hælum sem eru hærri en 3-4 sentimetrar. Ég er alltaf að reyna að finna flotta skó með litlum hæl, en úrvalið hefur verið af skörum skammti.“

Þegar þú velur þér fylgihluti hvað finnst þér vera ómissandi að eiga í dag?

„Ef ég er að drífa mig út þá á ég það til að gleyma að setja á mig fylgihluti eins og hringi sem mér finnst vera mest heillandi, en ég er alltaf með eyrnalokka. Þeir finnst mér vera ómissandi og eru nokkuð sem ég gæti ekki verið án.“

Guðnýju finnst mikilvægt að þora að klæða sig eins og hverjum og einum líður best með. „Ekki vera hrædd/ur við að tjá sig gegnum flikur og klæðast því sem manni líður vel í og gera það fyrir sjálfan sig.“ ■

STÓRÚTSALA



40-70% afsláttur

Fylgið okkur á FB

Laxdal er í leiðinni

BERNHARD LAXDAL

SÍGILD KÁPUBÚÐ

Skipholti 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is



Bolur keyptur á netinu, leðurbuxur frá Missguided, oversized blazer frá Weekday, skór frá Jódísi.

FRÉTTABLAÐID/ANTON



Töffaralegar gallabuxur frá Guess klæða Guðnýju vel og bolinn keypti hún á netinu og cropped blazerinn frá Asos, skórnir eru frá Vagabond.



Hér klæðist Guðný flottu glimmer-setti frá Yeoman og skórnir frá Vagabond setja punktinn yfir í-ið.

Bílar & Farartæki

BORGARBÍLASALAN

580 8900 • borgarbilasalan.is

ALVÖRU HATTABÍLL

2016 VOLVO XC70 CROSS COUNTRY. EK. 80 Þ.KM, DÍSEL LEDRIÐ. S: 580 8900

ÓNOTAÐUR MEÐ LEDRI

2021 TOYOTA LAND CRUISER 150 DÍSEL SJÁLFSKIPTUR ÁSETT 12.480Þ #500261. S: 580 8900

Borgarbílasalan

Funahöfða 1, 110 Reykjavík

Sími: 580 8900

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bílauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bílauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppbod - Krókur

Sími: 522 4610

www.bílauppbod.is

Nýr 2022 Ford Transit 350 Trend Double Cab 7 manna með palli. Þessir bílar eru ófánlegir í dag en við eignum þennan til afhendingar strax! Verð: 5.300.000 án vsk.

Sparibíll ehf

Hátún 6A, 105 Reykjavík

Sími: 577 3344

www.sparibill.is

Þjónusta

Málarar

MÁLARAMEISTARI

Tek að mér að endurmála íbúðir og fl. Fagmennska, mikil reynsla og sanngjörn verð. Málningarþjónusta Egils ehf. S. 868-5171. egillsverris@gmail.com

REGNBOGALITIR EHF

Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Löggiltur málarameisteri. 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. Mikael S. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Nudd

NUDD NUDD NUDD

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

Húsaveiðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

S 774 3800

HÚSAVIÐGERÐIR MÚRVIÐGERÐIR STEYPUVIÐGERÐIR ENDURHRAUNA TRÖPPUVIÐGERÐIR MÁLNINGARVINNA ÞAK MÁLUN FLÍSALAGNIR o.m.fl.

40 ára reynsla í utanhússviðhaldi

Tilboð þér að kostnaðarlausu

https://runarmurari.is/ runarmurari@gmail.com VSK 135577

Keypt & Selt

Til sölu

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

Heilsuvörur

3 CBD 6.6% CBD 24% CBD 15%

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjóð göðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Húsnæði í boði

2. herb. ca. 50fm íbúð á sv. 108 v. Suðurlandsbr. fyrir reglus., reykl. og barnlaust par eða einstakl. eldri en 30 ára. 175 þús. Uppl. í s. 898-7868 milli kl. 13-16.

Atvinnuhúsnæði

Til leigu eitt skrifstofuherbergi fyrir einyrkja í góðu húsi við Grensásveg.

Aðgangur að eldhúsi, fundaaðstöðu og nettengingu.

Snyrtilæg aðkoma og næg bílastæði.

Nánari upplýsingar í s. 445 5500

Tilkynningar

Auglýsing um Skipulagsmál í Skaftárhreppi.

Auglýsing á óverulegri breytingu á aðalskipulagi Skaftárhrepps 2010-2022.

Óveruleg breyting á aðalskipulagi Skaftárhrepps í landi Hæðargarðs, frístundasvæði F4.

Sveitarstjórn Skaftárhrepps samþykkti á 469.fundi sínum þann 20.janúar 2022 óverulega breytingu á aðalskipulagi Skaftárhrepps í landi Hæðargarðs. Breytingin felst í því að í skilmálm fyrir frístundabyggð, kaflí 3.7 í greinargerð, bætist við heimild að vera með gistingu á frístundasvæði F4.

Breytingin telst óveruleg þar sem hún hefur ekki í för með sér verulega breytingu á aðalskipulaginu. Hún hvorki felur í sér aukið byggingarmagn né auknar framkvæmdir eða breytingar á stefnu skipulagsins.

Aðalskipulagsbreytingin hefur hlotið málsmeðferð skv. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Aðalskipulagsbreytingin öðlast þegar gildi.

f.h. Skaftárhrepps

Skipulagsfulltrúi Skaftárhrepps

Ólafur Elvar Júlíusson

Námskeið

Létt og skemmtileg spænskunámskeið

Verða haldin í MÍR salnum á Hverfisgötu 105. Þar getum við boðið nemendum að halda fjarlægdarmörk vegna Covid19 og aldrei fleiri en 10 í hverjum hóp. Kennarar eru Jakobína Davíðsdóttir og Carmen Nogales. Meiri áhersla er lögð á tal og minni á málfræði. Námskeiðin standa í 4 vikur. Boðið er upp á byrjendanámskeið og framhaldsnámskeið. Námskeiðin okkar byrja mánudaginn 31. janúar og þriðjudaginn 1. febrúarog þeim lýkur svo fimmtudaginn 24. febrúar.

Byrjendanámskeið:

Mánudaga og miðvikudaga: 13:00 - 14:30

Mánudaga og miðvikudaga: 19:15 - 20:45

Þriðjudaga og fimmtudaga: 10:00 - 11:30

Þriðjudaga og fimmtudaga: 17:30 - 19:00

Framhaldsnámskeið spænska II:

Mánudaga og miðvikudaga: 10:00 - 11:30

Framhaldsnámskeið spænska III:

Mánudaga og miðvikudaga: 17:30 - 19:00

Framhaldsnámskeið spænska IV:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 19:15 - 20:45

Framhaldsnámskeið spænska V:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 13:00 - 14:30

Bjóðum einnig upp á einkatíma.

Námskeiðin hefjast mánudaginn 31. janúar og þriðjudaginn 1. febrúar lýkur fimmtudaginn 24. febrúar. Verð á mann er 35.000 krónur.

Upplýsingar í síma 790 5033 eða spaenskuskolinnhablame@gmail.com

Facebook: Spænskuskólinn Háblame Instagram: spaenskuskolinn_hablame

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

• Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.

• Veggjagrind út 45x95 timbri.

• Pappi og bærustál á þaki.

• Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.

• Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

EYJALIND

Varahlutir í lyftara

- Toyota

- Hyster

- Yale

- Jungheinrich

- Ofl.

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Ferðaðþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaðþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða

www.reisum.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is

Grátleg niðurstaða fyrir Strákana okkar



Kristinn Páll Teitsson
kristinnpall@frettabladid.is

Afhroð Dana gegn Frökkum á lokamínútum leiksins, varð til þess að Ísland komst ekki áfram í undanúrslitin á EM. Íslenska liðið gerði sitt og gott betur, en þurfti að horfa á undanúrslitasætið renna úr greipum sér. Ísland mætir Noregi í leik um fimmta sætið..

HANDBOLTI Strákarnir okkar stóðust allar væntingar og gott betur en það þegar þeir fóru illa með Svartfellinga í tíu marka sigri í gær en það dugði ekki til. Þeirra biður leikur um fimmta sætið sem veitir þátttökurétt á HM en á sama tíma getur íslenska þjóðin verið stolt af framgöngu liðsins og bjartsýn um framtíðina.

Íslenska liðið vissi fyrir leik að það þurfti á sigri að halda til þess að halda möguleikanum á sæti í undanúrslitum mótsins á lífi. Örlögin voru ekki einungis í þeirra höndum, því þeir þurftu um leið að treysta á hjálparhönd Dana síðar um kvöldið. Danir voru með pálmann í höndunum en glutruðu niður fimm marka forskoti á lokakafla leiksins sem gerði út um vonir Íslands.

Fyrir leik bárust góðar fréttir úr herbúðum Íslands, en þrír leikmenn sem höfðu verið í einangrun undanfarna daga vegna Covid-19, þeir Aron Pálmarsson, Elvar Örn Jónsson og Bjarki Már Elísson, voru allir lausir og gátu spilað með íslenska liðinu í leiknum.

Tónninn var sleginn strax í byrjun með tveimur mörkum frá Aroni Pálmarssyni, þetta reyndust hins vegar hans einu mörk í leiknum, þar sem hann fór meiddur af velli snemma í fyrri hálfleik. Íslendignarnir náðu strax yfirhöndinni í leiknum og hleypti Svartfellingum aldrei inn í leikinn að nýju. Munurinn var lengst af á bilinu sex til átta mörk, þar sem Svartfellingum tókst að halda Strákunum okkar innan seilingar en ógnaði aldrei forskoti Íslands.

Varnarvinna liðsins var frábær, markvarslan öflug og sóknarleikurinn fjölbreyttur og sífellt ógnandi. Leikmennirnir sem komu aftur inn eftir að hafa náð sér af kórónaveirusmiti komu vel inn í lið Íslands en eini svarti bletturinn er meiðsli Arons, sem Guðmundur Guðmundsson, landsliðsþjálfari, sagði fylgífisk þess að Aron hefði verið í einangrun undanfarna daga.

Einar Jónsson, þjálfari karlaliðs Fram í Olis-deild karla, tók undir að sama hver lokaniðurstaða mótsins yrði, þá gæti íslenska liðið verið stolt af framgöngu sinni á mótinu, þegar Fréttablaðið leitaði álits hans.



Þrátt fyrir talsvert af skakkaföllum í milliriðlinum geta óreyndari leikmenn liðsins verið stoltir af frammistöðu sinni, eftir að hafa verið þrýst í ábyrgðarmeiri hlutverk með stuttum fyrirvara.

Þriðji stærsti sigur Íslands á Evrópumóti

Um tíma virtust Strákarnir okkar vera að hóta því að bæta metið yfir stærsta sigur Íslands frá upphafi í lokakeppni Evrópumótsins í gær, en svo fór að þá vantaði tvö mörk. Hið tuttugu ára gamla met, ellefu marka sigur á Sviss, sem var jafnað á EM 2020, lifir því áfram og er óvíst hvort að það verði nokkru sinni bætt. Íslenska liðinu tókst að jafna þann árangur á EM 2020 þegar Strákarnir okkar unnu ellefu marka sigur á Rússum.

Íslenska liðið var mun betri aðilinn frá fyrstu sekúndu í gær og komst átta mörkum yfir eftir tuttugu mínútna leik. Miloš Vujović, ein af stjörnum Svartfellinga, náði að halda þeim á floti í leiknum og gerði það að verkum að Ísland náði ekki endanlega að stinga af fyrr en langt var liðið á seinni hálfleikinn. Munurinn fór mest upp í tíu mörk á lokasekúndunum og vantaði því eitt mark til að jafna metið og tvö mörk til að bæta það.

Sæti á HM undir gegn Noregi

Eftir sigur Frakka á Dönum í gær er ljóst að Ísland leikur við Noreg um fimmta sætið á Evrópumótinu í handbolta. Ísland endaði í þriðja sæti af sex í milliriðlinum, tveimur stigum frá því að komast í undanúrslitin og á möguleika á að keppa um verðlaun. Það þýðir hins vegar ekki að það sé að engu að keppa fyrir íslenska liðið á morgun.

Sigurvegari leiks Íslands og Noregs á morgun tryggir sér um leið þátttökurétt í lokakeppni Heimsmeistaramótsins, sem fer fram í Svíþjóð og Póllandi á næsta ári. Svíar eru eitt liðanna sem leika í undanúrslitunum og stendur því eitt sæti í lokakeppni HM til boða fyrir liðið sem endar í fimmta sæti.

Þetta verður tíunda viðureign Íslands og Noregs á stórmóti, en Norðmenn unnu síðast þriggja marka sigur. Fyrir það var Ísland búið að vinna fimm leiki í röð gegn Noregi á stórmótum.

87%

Íslenska liðið var með 87% skotánýtingu í sóknarleiknum.

„Ég er sammála því. Riðlakeppnin var, þegar maður lítur til baka, bara nokkuð góð þegar maður vissi ekki alveg hvað myndi gerast, en stígandinn í þessu liði hefur verið ótrúlegur. Frammistaðan í milliriðlinum hefur verið stórkostleg að mínu mati og leikmenn að stíga upp. Það er sama hvaða nafn er tekið til, þeir hafa allir skilað einhverju og verið frábærir“ segir Einar.

„Við höfum lent í áföllum eins og flest önnur lið, en höfum ekkert látið það á okkur fá og höfum spilað betur eftir því sem liður á mótið, finnst mér.“

Einar tekur undir að það séu ný nöfn farin að gera tilkall til stærri hlutverka næstu ár.

„Við búum kannski vel að því að upplegg liðsins hefur verið svipað undanfarin ár og hann hefur þurft að fíkra sig áfram og prófa nýja leikmenn. Það hafa allir komið vel inn og virðast allir þekkja sín hlutverk vel. Mér finnst sóknarleikurinn vera fjölbreyttari og við erum að nýta styrkleika Ómars mun betur.“

Einar tekur undir að það sé full ástæða til bjartsýni fyrir næstu ár.

„Mann er bara strax farið að hlakka til næstu móta. Þetta lið er á frábærum aldri og ungt ef eitthvað er, og komið með góða breidd fyrir næstu mót, sem hefur stundum vantað,“ segir Einar og heldur áfram:

„Breiddin í leikmannahópnum fer að nálga liðið árið 2012 og maður er bjartsýnn fyrir framtíðina.“ ■



Guðmundur hafði svo sannarlega ástæðu til að fagna frammistöðu Íslands í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Skiltagerð og merkingar

Inni og úti merkingar, spjöld og skilti. Kíktu á heimasíðuna okkar og skoðaðu þjónustuna sem er í boði.



www.xprent.is

Xprent ehf. | Sundaborg 3 | 104 Reykjavík | 777 2700 | xprent@xprent.is

Ómar Ingi markahæstur á mótinu

kristinnpall@frettabladid.is

HANDBOLTI Selfyssingurinn Ómar Ingi Magnússon er markahæsti leikmaður Evrópumótsins í handbolta að milliriðlunum loknum. Hann er með 49 mörk í sjö leikjum, eða sjö mörk að meðaltali í leik.

Næstur er Moryto Arkadiusz frá Póllandi með 46 mörk, rétt á undan Kay Smits frá Hollandi, sem var með 45 mörk í aðeins fimm leikjum. Þar að auki hefur Ómar Ingi lagt upp 26 mörk fyrir liðsfélaga sína og því komið að 75 mörkum í sjö leikjum.

Ómar, sem var kosinn íþróttamaður ársins á dögunum, hefur dregið vagninn sóknarlega í fjarveru lykilleikmanna og alls komið að tæplega fjörutíu prósentum marka Íslands í leikjunum sjö til þessa.



Ómar Ingi hefur skorað, eða átt stoðsendinguna, í 38 prósentum marka Íslands til þessa á mótinu.



Ómar Ingi hefur átt stórbrotið mót í sókn íslenska liðsins. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Um leið hefur Ómar Ingi verið einkar skilvirkur í sóknarleiknum og heppnuðust 1.090 af 1.096 sendingum hans í fyrstu sjö leikjunum samkvæmt tölræðiveitu EHF. ■

Nýtt heyrnartæki.
Frá Beltone

Beltone **Imagine**™

Lífið fær nýjan tilgang með Organsónötu nr. 4 eftir Bach



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

Kringlunni • sími 568 7777 • heyra.is

HEYRNARSTÖÐIN



VELKOMIN Á HEILSU- OG LÍFSSTÍLSDAGA Í NETTÓ

KYNNTU ÞÉR ÖLL FRÁBÆRU TILBOÐIN Í HEILSUBLAÐINU

Fylgstu með og nálgastu upplýsingar á netto.is og Facebook-síðu Nettó varðandi leiki og ofurtílbod dagsins á Heilsudögum.



SKANNADU
QR-KÓÐANN
OG NÁÐU Í
BLAÐIÐ

132

SÍÐUR AF
FRÓÐLEIK OG
TILBOÐUM!

25%

AFSLÁTTUR
AF HEILSU- OG
LÍFSSTÍLSVÖRUM

ALLT AÐ
25%
AFSLÁTTUR
AF HEILSU- OG
LÍFSSTÍLSVÖRUM

Ofurtílbod í Samkaupa-appinu

Afsláttur í formi inneignar í appinu.
Náðu í appið og safnaðu inneign.



Fimmtudagur 27. jan.

Apptílbod dagsins

Nano
prótein
pönnukökur
5 teg.

Appsláttur:
35%
inneign í
appinu!



Atkins Treat
2 teg.

Appsláttur:
45%
inneign í
appinu!



Appsláttur:
50%
inneign í
appinu!

Sætar
kartöflur
(kg)

Föstudagur 28. jan.

Apptílbod dagsins

Guli miðinn
D-3 vítamín
50 µg, 60 töflur

Appsláttur:
60%
inneign í
appinu!



Whole Earth
gos
330 ml – 2 teg.

Appsláttur:
40%
inneign í
appinu!



Appsláttur:
50%
inneign í
appinu!

Bláber
(kg)

Laugardagur 29. jan.

Apptílbod dagsins

NOW D-3 2000
240 töflur

Appsláttur:
40%
inneign í
appinu!



MUNA mangó
þurrkað
125 g

Appsláttur:
40%
inneign í
appinu!



Appsláttur:
50%
inneign í
appinu!

Avókadó
(kg)

NÝTTU ÞÉR VEFVERSLUN OKKAR OG GERÐU INNKAUPIN Á NETINU

ÖLL TILBOÐ Á HEILSUDÖGUM MÁ FINNA Á NETTO.IS



nettó

Lægra verð - léttari innkaup

ÚRVAL AF GÆÐAVÖRUM Á FRÁBÆRU VERÐI!

Änglamark snyrtivörur Engin aukaefni

25%
AFSLÁTTUR

- Engin astma- og ofnæmisvaldandi efni
- Engin litar- eða lyktarefni
- Framleitt úr völdum innihaldsefnum
- Svansvottaðar vörur

Hollt í matinn frá Änglamark

25%
AFSLÁTTUR



Margverðlaunaðar



Lífænar



Umhverfisvænar



Gæðavörur

Vítamín og fæðubótarefni frá Now á 25% afslætti

25%
AFSLÁTTUR

Vandaðar gæðavörur frá Maku Allt sem þú þarft í eldhúsið

20%
AFSLÁTTUR

Mamma Chia skvísur á 25% afslætti

25%
AFSLÁTTUR

Allar vörur frá Whole Earth á 25% afslætti

25%
AFSLÁTTUR

Muna vörur á 25% afslætti

25%
AFSLÁTTUR

Skipulagður snæðingur með nestisboxunum frá Sistema

20%
AFSLÁTTUR

HEILSU- OG LÍFSSTÍLSDAGAR NETTÓ STANDA YFIR DAGANA 27. JANÚAR - 6. FEBRÚAR 2022

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

Búðakór • Grandi • Hafnarfjörður • Lágumli • Mjódd • Mosfellsbær • Nóatún • Salavegur • Hrísalundur • Glerártorg • Húsavík • Höfn • Íðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Ámundi Gunnar Ólafsson
flugstjóri,

lést í faðmi ástvina miðvikudaginn
19. janúar á líknardeild Landspítala.

Útförin fer fram í kyrrþey að ósk hins látna.
Þeim sem vilja minnast hans er bent á Minningarsjóð
líknardeildar og HERU.

Ólöf R. Ámundadóttir
Laufey Þ. Ámundadóttir
Sigrún Ámundadóttir
Unnur, Laufey, Andrés, Auður,
Guðrún Lilja og Sigrún Meng

Porkell Andrésson

Guðni Ingólfsson

Guðrún Lilja og Sigrún Meng



Okkar ástkæra móðir, amma,
langamma og tengdamóðir,
Soffia Georgsdóttir

lést mánudaginn 10. janúar.

Útförin hefur farið fram í kyrrþey að
ósk hinnar látnu. Þökkum starfsfólki á
Báruhrauni, Hrafnistu í Hafnarfirði, fyrir

hlýju og góða umönnun. Þeim sem vilja minnast hennar
er bent á Krabbameinsfélagið.

Ásgeir Henning Bjarnason
Georg Arnold Bjarnason
Birna H. Bjarnason Wehrens
Ingunn Hildur Hauksdóttir
Örn Bjarnason
Ásta Andreassen
Kim Danielson
Horst Wehrens
Þröstur Þorbjörnsson
Ágústa Kristmundsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Eyjólfur Þór Jónsson

lést 31. desember sl. á hjúkrunar-
heimilinu Fælleðgården í Kaupmanna-
höfn. Jarðarförin fór fram í kyrrþey
frá Keflavíkurkirkju 21. janúar.
Þökkum auðsýnda samúð og vinarhug.

Guðfinna Eyjólfsdóttir
Jón Þór Eyjólfsson
Emil Þór Eyjólfsson
Erla Eyjólfsdóttir
Eydis Eyjólfsdóttir
Ómar Þór Eyjólfsson
barnabörn, makar þeirra og barnabarnabörn.

Sigurður Geir Marteinsson
Kolbrún Ögmundsdóttir
Kristbjörg Jónína Valtýsdóttir
Ingi Gunnlaugsson
Stefán G. Einarsson
Þórey S. Þórðardóttir



Ástkær eiginmaður minn, faðir,
tengdafaðir, afi og langafi,
Jónas Hallgrímsson
prófessor emeritus,

lést á heimili sínu miðvikudaginn
12. janúar. Útförin fer fram frá Garða-
kirkju, föstudaginn 28. janúar kl. 13.00.

Í ljósi aðstæðna verða einungis nánustu aðstandendur
viðstaddir. Útförinni verður streymt á hlekk:
https://youtu.be/M05etUcA_E

Anna Margrét Lárusdóttir
Hallgrímur Jónasson
Pétur Jónasson
Lárus Jónasson
Margrét Jónasdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Sylvia Ekstrand
Hrafnhildur Hagalín
Valdis Friða Manfreðsdóttir



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir
og amma,
Anna Ingvarsdóttir
Tjarnarbóli 10,

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk
föstudaginn 21. janúar.

Sigríður María Torfadóttir
Tómas Ingi Torfason
Anna Marsibil Clausen, Rakel Tómasdóttir,
Jens Pétur Clausen og Torfi Tómasson

Arinbjörn Viggó Clausen
Karen Bjarnhéðinsdóttir

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



Berdreymi segir frá unglingsstráknum Adda, sem er alinn upp af móður með skyggningáfu.

MYND/ADSEND

Íslenskar kvikmyndir sækja björninn heim á Berlinale

Íslensku kvikmyndirnar Ber-
dreymi og Hreiður verða sýndar
á þýsku kvikmyndahátíðinni
Berlinale í febrúar.

arnartomas@frettabladid.is

Alþjóðlega kvikmyndahátíðin Berli-
nale, ein sú stærsta sinnar tegundar,
fagnar 72 ára afmæli sínu nú í febrúar.
Tvær íslenskar myndir frá íslenska kvik-
myndaframleiðandanum Join Motion
Pictures (JMP) verða frumsýndar á
hátíðinni – Berdreymi eftir Guðmund
Arnar Guðmundsson og stuttmyndin
Hreiður eftir Hlyn Pálmason.

„Það er mikill heiður og gæðastimpill
sem felst í því að fá mynd sína valda inn
á þessa hátíð,“ segir Anton Máni Svans-
son, framleiðandi myndanna tveggja.
„Við hjá JMP erum því himinlifandi
ánægð með að vera að heimsfrumsýna
þarna tvær af okkar myndum í ár, eina
leikna kvikmynd í fullri lengd og eina
leikna stuttmynd.“

Aðeins ein önnur leikin kvikmynd frá
Norðurlöndunum var valin inn þetta
árið og er það Netflix kvikmyndin
Against the Ice eftir Peter Flinth, sem
Baltasar Kormákur og RVK Studios
framleiddu.

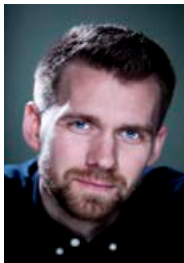
Skyggningáfa og trjákofti

Berdreymi segir frá Adda, unglingsstrák
í Reykjavík, sem alinn er upp af móður
með skyggningáfu. Einn daginn ákveður
Addi að taka eineltisfórnarlamb undir
sinn verndarvæng og inn í vinahóp
slagsmálahunda. Án eftirlits leika strák-
arnir sér að valdbeitingu og ofbeldi, en
kynnast einnig djúpri vináttu. Þegar
hegðun strákanna stigmagnast yfir í
lífshættulega atburði, fer Addi að upplifa
eigin skynjanir. Guðmundur Arnar leik-



Hreiður var tekin
upp á Höfn í
Hornafirði.

MYND/ADSEND



Anton Máni Svans-
son, kvikmynda-
framleiðandi

stýrði síðast myndinni Hjartasteini, sem
kom út árið 2017 og hlaut fjölda viður-
kenninga á heimsvísu.

„Í framhaldinu hlökkum við mikið
til að frumsýna myndina á Íslandi, þar
sem við teljum að hún eigi eftir að koma
Íslendingum skemmtilega á óvart og
vekja mikið umtal,“ segir Anton Máni.
„Þarna er á ferðinni gripandi og kraft-
mikil mynd sem ég tel að eigi eftir að
vekja upp margar sterkar tilfinningar
hjá áhorfendum, ljúfar og fallegar, jafnt
sem ógnvekjandi.“

Stuttmyndin Hreiður er saga systkina
sem byggja saman trjákofta. Áhorfendur
fylgjast með lífi þeirra og ferli í heilt ár, í
gegnum hamingju og þjáningu, vetur og
sumar, ljós og myrkur. Hlynur Pálmason,

leikstjóri myndarinnar, gaf síðast frá sér
Hvítan, hvítan dag, sem kom út árið 2019
og vann einnig til fjölda verðlauna.

„Hreiður var tekin upp yfir rúmt heilt
ár á 35 mm filmu, frá 2020 til 2021 á Höfn
í Hornafirði,“ segir Anton Máni, sem
lýsir myndinni sem fallegri og látlausri
en með sterku sjónarspili og kröftugum
hljóðheimi.

Tímabundnar hindranir

JMP vinna þessa dagana að annarri
leikinni kvikmynd í fullri lengd, ásamt
heimildarmynd um tónskáldið Jóhann
Jóhannsson. Aðspurður segir Anton
Máni að kvikmyndaframleiðsla hafi
tekist merkilega vel í faraldrinum.

„Auðvitað koma hraðahindranir
reglulega, og ferlið á það til að taka
lengri tíma en vonast var til, en almennt
séð verðum við að teljast mjög lukkuleg
fyrir að geta yfirhöfuð haldið áfram að
gera það sem við elskum, að skapa og
búa til bíómyndir,“ segir hann. „Nú
vonum við svo auðvitað bara innilega
að ástandið geri ekkert annað en að
batna og að sem flestir nái að sjá kvik-
myndir okkar á bíótjaldinu, þar sem
þær njóta sín best.“ ■



Eiginmaðurinn minn,
Hilmar Valdimarsson
fv. fasteignasali,

lést þriðjudaginn 18. janúar á
hjúkrunarheimilinu Skjóli.
Útförin fer fram frá Langholtskirkju
mánudaginn 31. janúar kl. 13.00.

Athöfninni verður streymt á hlekk:
<https://youtu.be/PpVX23ptE-I>

Ásta María Sólvaldóttir
börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg eiginkona mín og móðir,
Hafðis Gísladóttir
Miðleiti 2, Reykjavík,

andaðist mánudaginn 24. janúar á
líknardeild Landspítalans í Kópavogi.
Útförin fer fram frá Bústaðakirkju
fimmtudaginn 3. febrúar, kl. 13.00.

Vegna aðstæðna verða einungis nánustu aðstandendur
og vinir viðstaddir útförina.

Grétar E. Ágústsson
Áslaug E. Grétarsdóttir

20% afsláttur af öllum
skíða og brettapökkum



Vetrarútsala

Útivistarfatnaður • Skíðafatnaður
Gönguskiðafatnaður • Snjóflóðabúnaður
Göngusokkar • Lúffur og vettlingar
Klifurbúnaður • Gönguskór • Húfur
Svefnpokar • Bakpokar

Alt að 70% afsláttur

Kíktu á úrvalið í vefverslun á www.everest.is

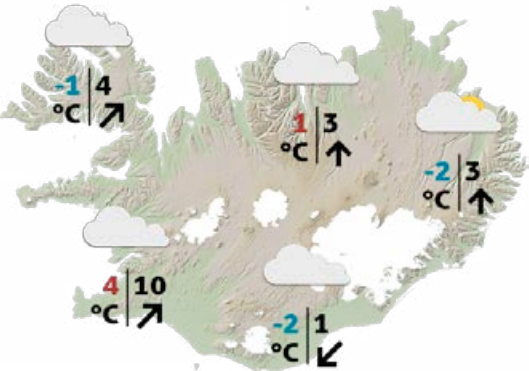


HEAD
NORTHUG



Everest

Veðurspá Fimmtudagur



Suðvestan 5-10 m/s í dag. El og hiti kringum frostmark, en lengst af þurr og heldur svalara A- og NA-lands. Sunnan 8-15 í kvöld og hlýnar með slyddu eða rigningu á S- og V-landi. ■

MUNDU EFTIR GÖMLU GÓÐU AFMÆLSKRINGLUNNI - fyrir 25-30 manns

Þjórnsbakari
Sími: 561 1433
www.bjornsbakari.is

mánudaga-föstudaga 7.30 - 17.30
laugardaga 8.00 - 16.00
sunnudaga 9.00 - 16.00
Austurströnd 14 • Hringbraut 35

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

Þú finnur allar nýjustu fréttir dagsins á frettabladid.is. Innlendar og erlendar fréttir, léttar fréttir, íþróttafréttir, viðskiptafréttir, skoðanapistlar, Halldór og auðvitað blað dagsins ásamt eldri blöðum.

frettabladid.is

Skák Gunnar Björnsson



Krossgáta

- LÁRÉTT**
1 brýna
5 spori
6 íþróttafélag
8 tengsla
10 rykögn
11 óhreinindi
12 dóms
13 ákaflega
15 tóftir
17 starf
- LÓÐRÉTT**
1 ríki í S-Ameríku
2 flaska
3 gláp
4 hlé
7 safna
9 ljóma
12 aldinlögur
14 viljugur
16 sprikli

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

Friðrik Ólafsson átti leik gegn Mikhail Tal í Las Palmas árið 1977.

25...Dg5!! 0-1. Töframaðurinn frá Riga gafst upp. 26. Db4 er svarað með 26...Dxe7. Skákdagurinn, afmælisdagur Friðriks, var haldinn hátíðlegur í gær. Ýmsir viðburðir haldnir í gær. Það stýttist í Reykjavíkurlaikana, þar sem skákin verður í stóru hlutverki um helgina.

www.skak.is: Skákdagurinn og Reykjavíkurlaikar. ■

Sudoku

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

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

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

Pondus



Gelgjan



Barnalán



Fimmtudagur

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 Mannamál Einn sigildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
- 19.30 Suðurnesja-magasin Víkurfréttanna Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum.
- 20.00 Sir Arnar Gauti Lífsstilsþáttur með Arnari Gauta sem fjallar um heimili, hönnun, matar- og veitingahúsamenningu, arkitektúr og margt fleira.
- 20.30 Fréttavaktin
- 21.00 Mannamál (e)

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi
- 13.10 Kastljós
- 13.35 Útsvar 2008-2009 Ísafjarðarbær - Norðurþing.
- 14.35 Grænkeramatur
- 15.05 Heilabrot
- 15.35 Fjörskyldan
- 16.15 Veröld Ginu
- 16.45 Hundalíf
- 16.55 Nærumst og njótum
- 17.25 Hljómskálinn Flipp er ekkert grín.
- 18.00 KrakkaRÚV
- 18.01 Listaninja
- 18.29 Lúkas í mörgum myndum
- 18.36 Áhugamálið mitt
- 18.45 Krakkafréttir
- 18.50 Lag dagsins Pale Moon - Exile
- 19.00 Fréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.30 Veður
- 19.35 Kastljós
- 20.05 Okkar á milli
- 20.35 Á móti straumnum - Helena þolir ekki djammíð. Tvær: Helena hader at feste Dansk-ir þættir um ungt fólk sem á það sameiginlegt að standa frammi fyrir erfiðleikum í lífi sínu og þurfa að finna leið til að kljást við þá.
- 21.05 Ljós móðirin. Call the Midwife Áttunda þáttaröð breska myndaflokksins Ljós móðurinnar, sem er byggður á sannsögulegum heimildum um ljósmæður og skjólstæðinga þeirra í fátækrahverfi í austurborg London á sjöunda ára-tugnum.
- 22.00 Tiufréttir
- 22.15 Veður
- 22.20 Lögregluvaktin. Chicago PD Leikin þáttaröð um líf og störf lögreglumanna í Chicago. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
- 23.05 Verbúðin. Maður ársins Harpa og Grímur ganga á fund forsætisráðherra í von um að fá aukinn kvóta til að halda útgerðinni gangandi. Tinna snýr aftur til bæjarins og hefur sín eigin áform.
- 23.55 Dagskrárlök

Stöð 2 Golf

- 07.30 Dubai Desert Classic Bein útsending frá Dubai Desert Classic.
- 13.30 Creekhous Ladies Open Útsending frá Creekhous Ladies Open.
- 16.30 Gainbridge LPGA Bein útsending frá Gainbridge.
- 19.30 PGA Tour. The Cut 2022
- 20.00 Farmers Insurance Open Bein útsending frá Farmers Insurance Open.

Sjónvarp Símans

- 12.30 Dr. Phil
- 13.15 The Late Late Show
- 14.00 The Block
- 15.00 Best Home Cook
- 16.00 Survivor
- 16.55 The King of Queens
- 17.15 Everybody Loves Raymond
- 17.40 Dr. Phil
- 18.25 The Late Late Show
- 19.10 Single Parents
- 19.35 A.P. BIO
- 20.05 Solsidan
- 20.30 Ghosts
- 21.00 9-1-1
- 21.50 NCIS. Hawaii
- 22.35 The Twilight Zone (2019)
- 23.25 The Late Late Show
- 00.10 Dexter
- 01.00 Law and Order. Organized Crime
- 01.45 Spy City
- 02.30 City on a Hill
- 03.20 Agents of S.H.I.E.L.D.
- 04.00 Tónlist

RÚV Rás eitt

- 06.45 Morgunbæn og orð dagsins
- 06.50 Morgunvaktin
- 07.00 Fréttir
- 07.30 Fréttayfirlit
- 08.00 Morgunfréttir
- 08.30 Fréttayfirlit
- 09.00 Fréttir
- 09.05 Segðu mér
- 09.45 Morgunleikfimi
- 10.00 Fréttir
- 10.03 Veðurfregnir
- 10.13 Á reki með KK
- 11.00 Fréttir
- 11.03 Mannlegi þátturinn
- 12.00 Fréttir
- 12.03 Hádegjð. Fyrri og seinni hluti
- 12.20 Hádegisfréttir
- 12.42 Hádegjð
- 13.00 Dánarfregnir
- 13.02 Samfélagið
- 14.00 Fréttir
- 14.03 Á tónsviðinu
- 15.00 Fréttir
- 15.03 Flakk
- 16.00 Síðdegisfréttir
- 16.05 Viðsjá
- 17.00 Fréttir
- 17.03 Lestin
- 18.00 Spegillinn
- 18.30 Í ljósi krakkasögunnar Uppfinningakrakkar.
- 18.50 Veðurfregnir
- 18.53 Dánarfregnir
- 19.00 Sinfóniukvöld. Á leið í tónleikasál
- 19.30 Sinfóniútónleikar
- 22.00 Fréttir
- 22.05 Veðurfregnir
- 22.10 Samfélagið
- 23.05 Lestin

Stöð 2 Bíó

- 11.50 Playmobil. Bíómyndin
- 13.30 Swimming for Gold
- 14.55 Meet My Valentine
- 16.25 Playmobil. Bíómyndin
- 18.00 Swimming for Gold
- 19.30 Meet My Valentine
- 21.00 Blinded by the Light Drama-tísk, tónlistar- og gaman-mynd frá 2019. Javed er breskur táníngur af pakist-önskum ættum sem er fæddur og uppalinn í Luton í Bretlandi. Hann dundar sér við að semja ljóð og þegar hann uppgötvar lög og texta Bruce Springsteen finnur hann svo mikinn samhljóm með þeim og sínu eigin lífi í Luton að hann einsetur sér að heimsækja heimabæ Bruce.
- 22.50 The Good Liar
- 00.40 Ma
- 02.15 Blinded by the Light

Stöð 2

- 08.00 Heimsókn
- 08.15 The O.C.
- 09.05 Bold and the Beautiful
- 09.25 Gilmore Girls
- 10.05 Í eldhúsinu hennar Evu
- 10.30 Citizen Rose
- 11.10 Masterchef USA
- 11.50 Maður er manns gaman Frábærir nýir íslenskir þættir. Magnús Hlynur heimsækir nokkur sveitarfélög á Suðvesturhorninu og finnur mestu gleðigjafa viðkomandi sveitarfélags eða sveitar.
- 12.10 The Office
- 12.35 Nágrannar
- 12.55 Mom
- 13.15 How to Cure...
- 14.00 Family Law
- 14.45 Shipwrecked
- 15.35 Top 20 Funniest Spreng-hlægilegir þættir fyrir alla fjölskylduna en hér verða sýnd skrítnustu, fyndustu og oft á tímum neyðarlegustu myndbandsupptökurnar sem gerðar hafa verið.
- 16.15 The Titan Games
- 17.00 30 Rock
- 17.35 Bold and the Beautiful
- 18.00 Nágrannar
- 18.26 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.50 Sportpakinn
- 18.55 Ísland í dag
- 19.10 Þetta reddast
- 19.35 Þeir tveir
- 20.15 The Cabins
- 21.05 MacGruber
- 21.35 NCIS. New Orleans
- 22.20 The Blacklist
- 23.00 Damages
- 23.50 Damages
- 00.50 Svörtu sandar
- 01.40 The Righteous Gemstones
- 02.10 War of the Worlds
- 03.05 Euphoria
- 04.00 La Brea
- 04.45 Knutby

Stöð 2 Sport

- 07.20 Grindavík - Njarðvík Út-sending frá leik í Subway deild kvenna.
- 09.00 Fjölnir - Keflavík
- 10.40 ÍR - Breiðablik Útsending frá leik í Subway deild karla.
- 12.35 Subway körfuboltakvöld
- 13.35 Grindavík - Njarðvík
- 15.15 Fjölnir - Keflavík
- 17.00 Subway körfuboltakvöld
- 18.05 Þór Ak. - Vestri Bein út-sending frá leik í Subway deild karla.
- 20.05 KR - Grindavík Bein útsend-ing frá leik í Subway deild karla.
- 22.00 Tilþriffin
- 22.45 Þeir tveir
- 23.25 Subway körfuboltakvöld
- 00.20 Þór Ak. - Vestri
- 02.00 Tilþriffin

Stöð 2 Sport 2

- 07.00 Zaragoza - UCAM Murcia
- 08.35 Nottingham Forest - Derby
- 10.15 Football League Show
- 10.40 Tottenham - Chelsea
- 12.20 Arsenal - Liverpool
- 14.00 Ensku deildabikarmörkin
- 14.25 Leipzig - Manchester City
- 16.05 Real Madrid - Inter
- 17.45 Meistaradeildarmörkin
- 18.35 Zaragoza - UCAM Murcia
- 20.10 The Fifth Quarter Ítarleg umfjöllun um leikina í ACB spænsku úrvalsdeildinni í körfubolta.
- 20.25 NFL Gameday
- 20.55 Titans - Bengals
- 23.15 The Fifth Quarter
- 23.30 NFL Gameday
- 00.00 Lokasóknin



Fréttaumfjöllun fyrir alla



FRÉTTAVAKTIN

kl. 18.30 á virkum dögum

Fréttavaktin býðum landsmönnum upp á fjölbreytta fréttaumfjöllun í opinni dagskrá. Úrvalsið fjölmiðlafólks fer yfir fréttayfirlit dagsins ásamt því að fá til sín góða gesti að ræða helstu mál líðandi stundar. Fréttavaktin er á dagskrá alla virka daga kl. 18.30 á Hringbraut og frettabladid.is



HRINGBRAUT

Allra best

Myndlist

Einar Falur Ingólfsson í Berg Contemporary



Sýning ljósmyndarans Einars Fals Ingólfssonar í Berg Contemporary, hefur yfirskriftina Um tíma – dagbók tuttugu mánaða. Þar sýnir hann ljósmyndir úr

eigin lífi og fjölskyldu hans um tuttugu mánaða skeið, þar sem Covid kemur vitanlega nokkuð við sögu. Ljósmyndirnar eru teknar á Íslandi, Indlandi, í Róm og leiðin liggur meira að segja til Egyptalands. Þetta er áhugaverð og falleg sýning sem vekur margs konar hugrenningar.

Netflix

iZombie



Gamansömu lögregluþættirnir iZombie, fjalla um uppvakninga í Seattle, sem nærast á heilavef samborgaranna. Þættirnir eru alls ekki fyrir

klíjugjarna en þó bráðfyndnir og persónusköpun feiknavönduð. Það er auðvelt að fara í myndlíkingafimleika með þemun, þar sem hinir jaðarsettu uppvakningar eru venjulegt fólk sem reynir að lifa af, en hefur verið svo óheppið að smitast af hinum skæða uppvakningavírus.

Þættirnir telja fimm þáttaraðir og eru aðgengilegir á Netflix, svo það er úr nægu að móða fyrir þá sem þora.

Bókin

Catalinusamsærið eftir Crispus



Catalinusamsærið eftir rómverska sagnfræðinginn Crispus, er komin út í þýðingu Guðmundar J. Guðmundssonar, sem skrifar einnig inngang. Bókin

segir frá því þegar öldungaráðsmaðurinn Catalina gerði tilraun til valdarans í Róm 66-62 f.Kr. Rit fullt af spennu og ríkt af lífandi lýsingum. Jafnvel spakmælum eins og: Frægd af auði eða útliti er brothætt og fallvölt, en orðstír andans er eilífur og lýsandi. ■

”

Ég ákvað að kaupa myndavél þegar ég sá villtan fálka að Hólum í Hjaltadal.



Claudio segist þakklátur hröfnunum sem birtust honum í íslenska vetrinum.

MYNDIR/CLAUDIO PEDICA

Ítalski listamaðurinn Claudio Pedica keypti sína fyrstu myndavél í janúar í fyrra. Hann einbeitti sér að ljósmyndum af villtu íslensku dýralífi og í október birtist ljósmynd eftir hann á forsíðu ljósmyndatímaritsins Olympus Passion.

ninarichter@frettabladid.is

„Ég hafði aldrei átt myndavél áður,“ segir ítalski listamaðurinn Claudio Pedica, sem keypti sína fyrstu vél síðasta vetur. Hann er nýlega fluttur til Þýskalands, eftir að hafa búið á Íslandi með hléum frá árinu 2007. Hann er menntaður tölvuleikjahönnuður og hefur starfað sem slíkur hér á landi um árabil.

„Þetta hófst allt með heimsfaraldrinum, þegar ég hafði meiri tíma að spila úr og mig langaði að líta á þetta krefjandi tímabil, sem tækifæri til að líta inn á við og gera eitthvað skapandi,“ segir hann.

Fálki kveikti áhugann

Claudio segist furða sig á því að hann hafi ekki byrjað að ljósmynda fyrr en síðasta vetur. „Í raun og veru, eftir að hafa verið búsettur á Íslandi í svona mörg ár, þá er skrítið að ég hafi ekki byrjað í ljósmyndun fyrr.“ Hann segir Ísland vera fullkomið ljósmyndaland.

„Það er sama hvert þú beinir myndavélinni, alls staðar eru tækifæri til að ná góðu skoti. Ég ákvað að kaupa myndavél þegar ég sá villtan fálka að Hólum í Hjaltadal. Þá tók ég ákvörðun um að einn daginn myndi ég ná ljósmyndum af fálka.“

Hann segir markmiðið að lokum hafa náðst með góðri aðstoð. „Mér tókst þetta á endanum, eða öllu heldur, dýrin leyfðu mér það. Eftir heilan vetur af æfingum, þar sem ég var satt að segja farinn að missa vonina, í ljósi þess að fálkar eru svo

Íslenskir hrafnar í fullkomnu ljósmyndalandi



Claudio Pedica bjó á Íslandi með hléum í 15 ár og er búsettur í Þýskalandi í dag.



Fálki að Hólum í Hjaltadal veitti ítalska listamanninum innblástur til að kaupa myndavél.



Fálkinn er friðaður á Íslandi en að honum steðja ýmsar hættur, svo sem mengun og ólögleg veiði.

sjaldgæf sjón, þá komst ég að fálkahreiðri.“

Hann segist hafa heimsótt hreiðrið með leyfi frá Umhverfisstofnun, en fálkinn er friðaður og að stofninum steðja ýmsar hættur, meðal annars mengun og ólögleg veiði. „Umhverfisstofnun veitti mér leyfið og ég fékk líka aðstoð og fræðslu frá Náttúrufræðistofnun Íslands.“

Í þjálfun hjá hröfnum

Claudio segist hafa áft sig á ljósmyndun hrafna. „Ég lít þannig á málið að ég hafi farið í gegnum þjálfun með hröfnum þarna í upphafi. Að ljósmynda villt dýr í sínu náttúrulega umhverfi er mjög erfitt og krefst verulegrar hæfni og viðeigandi búnaðar. Að reyna að ljósmynda hrafnana í upphafi, gaf mér tækifæri til að þroska ljósmynda-hæfileikana og læra inn á hegðun dýranna,“ segir hann.

Hann segir að allt þetta hafi nýst honum sem undirbúningur fyrir daginn sem hann hitti fálkana fyrir hjá hreiðrinu. „Þótt þú sjáir fuglana, þá þýðir það ekki að þú getir skilað af þér góðri mynd.

Ég er þakklátur hröfnunum og hinum dýrunum sem birtust mér í íslenska vetrinum, fyrir tækifærið til að bæta mig sem ljósmyndari.“ Hann segist að auki vera umkringdur hæfileikaríkum vinum sem hann hafi lært mikið af.

Þráði lifá norðurhjara

Claudio fluttist fyrst til Íslands fyrir fimmtán árum síðan. „Mig langaði aldrei að vera túristi, þannig að ég ákvað að flytja fyrst til Íslands sem skiptinemi. Þetta var í fyrsta sinn sem ég bjó í öðru landi. Mig langaði að upplifa á eigin skinni hvernig var að búa við ysta hjara norðursins.“

Stutt myndbönd af fálkunum ásamt fleiri ljósmyndum má finna á Instagram undir @claudiopedica. ■

Ólafur Darri er stórhættulegur og bráðfyndinn í Ástralíu

toti@frettabladid.is

Bresku spennuþættirnir The Tourist hófu göngu sína á BBC á nýársdag og allir þættirnir sex skiluðu sér síðan í streymi á BBC iPlayer, þar sem þeir fengu strax 18 milljón áhorf, sem kom þeim í 3. sæti yfir vinsælasta efni veitunnar.

Ólafur Darri Ólafsson kemur sterkur inn í þáttunum sem leigumorðinginn Billy Nixon og þannig segir Entertainment Daily hann „klárlega vera eitthvert mest ógnvekjandi illmenni“ sjónvarpssögunnar í seinni tíð.

Þá mælti kvikmyndakonan Sigríður Pétursdóttir eindregið með þáttunum á Facebook nýlega, þar sem hún sagði meðal annars að þegar nokkuð er liðið á fyrsta þátt-



inn birtist Ólafur Darri í „einu allra skemmtilegasta hlutverki sem ég nokkurn tímann séð hann í“ og eru þau þó orðin allnokkur. „Hinn svakalegi Billy er í meðförum Ólafs

Darra eins og besti Coen karakter, stórhættulegur og bráðfyndinn í senn.“

Jamie Dornan er í aðalhlutverki The Tourist og leikur Breta sem

Ólafur Darri þykir ógnvekjandi en fyndinn, sem morðinginn Billy Nixon.

MYND/BBC

vaknar minnislaus á spítala, þar sem kúrekinn dularfulli Billy Nixon heilsar upp á hann. Sá minnislaus veit hvorki hver hann er né hverjum hann getur treyst, en áttar sig fljótt á því að einhver eða einhverjir vilja hann feigan.

Sögunni vindur síðan fram í óbyggðum Ástralíu, þar sem Ólafur Darri var við tókur í þrjá mánuði á fyrri hluta síðasta árs.

Skömmu fyrir frumsýningu þáttanna var hann í viðtali við Memorabltv.com, beðinn að lýsa persónu sinni í fimm orðum sem voru: ógnvekjandi, óþægilegur, illgjarn og móðurlaust barn.

„Billy er ekki næs gaur,“ heldur Ólafur Darri áfram og segir persónuna koma snemma inn í söguna og vera mjög dularfulla framan af.

„Seinna meir fáum við að kynnst honum og komast að meiru um hann og hvernig hann hlykkjast sem snákur í gegnum söguna.“

Aðspurður segir Ólafur Darri persónuna vera þess eðlis að hvaða leikari sem er myndi sleikja út um. „Þetta er eitt af þessum hlutverkum sem þú vilt bara taka. Þetta er búið að vera spennandi.“

Ólafur Darri telur víst að Billy sé narsissiti og sennilega síkópati líka. „En það er mjög gaman að leika slíka,“ sagði hann við MemorableTV.

„Ég vildi að öllum þætti alltaf óþægilegt að vera með honum í herbergi,“ sagði hann einnig. „Við skulum bara segja að engin hinna persónanna myndi vilja hitta hann. Það boðar venjulega ekkert gott ef þú rekst á Billy.“ ■



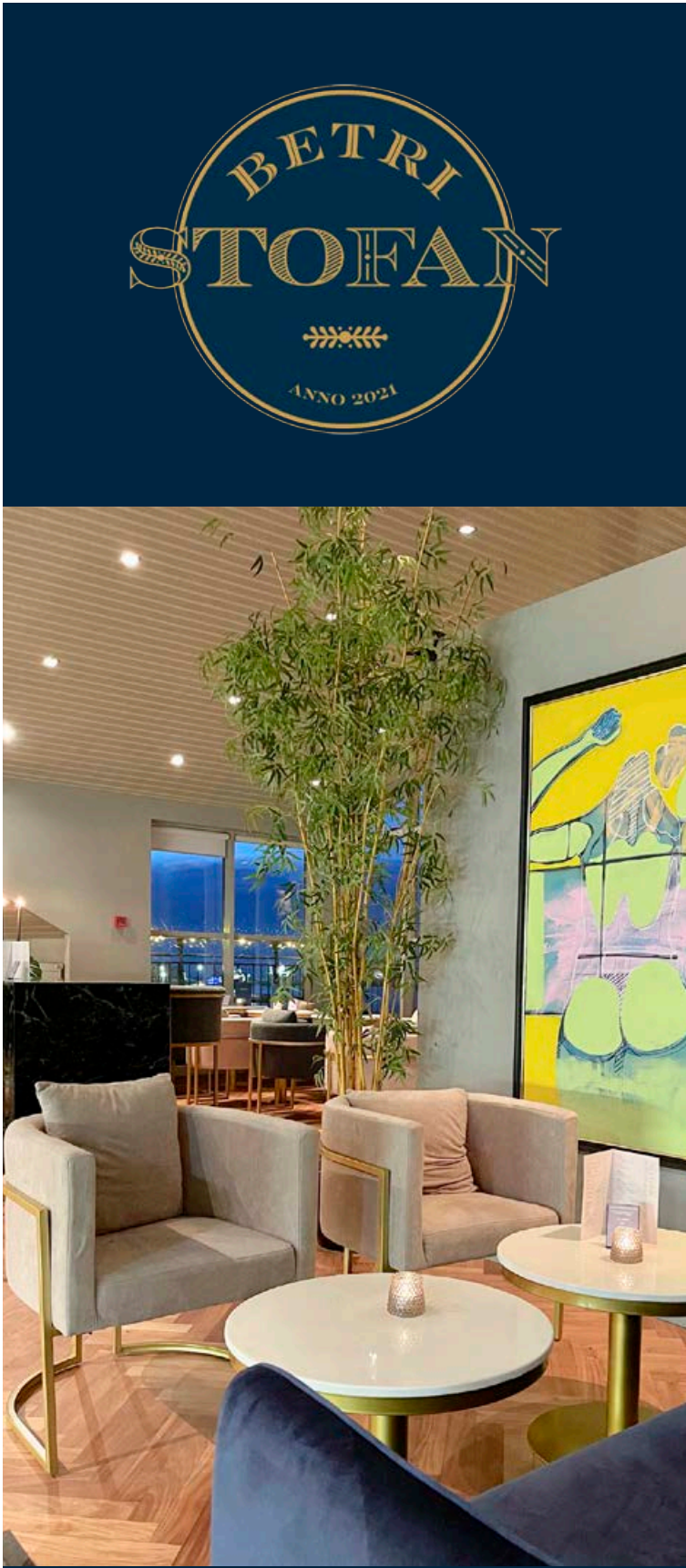
ÍÞRÓTTAVIKAN MEÐ BENNA BÓ

FÖSTUDAGA KL. 21.00

Benedikt Bóas fær til sín góða gesti til að ræða íþróttavikuna sem leið og skoðar það helsta sem gerðist á léttu nótnum.



HRINGBRAUT



Fermingar Afmæli Veislur

www.betristofan.com

Upplýsingar
veislur@betristofan.com



Adriana Alba Pétursdóttir hefur farið oftast af vinum sínum og fjölskyldu í sóttkví.

MYND/ADSEND

50 daga sóttkvíarmethafi

Adriana Alba Pétursdóttir er í 5. bekk og hefur mátt dýsa í sóttkví í 50 daga frá því heimsfaraldurinn lagðist yfir landið. Verst hefur henni þótt að missa af heimsmeistararmótinu Dance World Cup tvö ár í röð, en annars hefur ekkert verið leiðinlegt að þurfa að sleppa skóla og vera í huggulegheitum heima með fjölskyldunni.

svavamarin@frettabladid.is

„Ég hef farið oftast í sóttkví af öllum vinum mínum og fjölskyldu og ég held það sé af því að ég er alltaf að leika við einhvern og á „acrobat“ æfingum,“ segir Adriana Alba, einlæg og yfirvegð.

„Ég er orðin svo von þessu að ég er eiginlega ekki mikið að hugsa út í þetta og ef ég fæ fréttir um að ég sé komin í sóttkví, þá er það bara ekkert mál.“

Adriana er í fimmta bekk í Helga-

fellsskóla og æfir „acrobat“ í Plíe Listdansksskóla og segist ekki hafa miklar áhyggjur af viðveru sinni í skólanum, þar sem hún er komin jafn langt eða lengra en hinir í bekknum.

„Við erum ekki í neinni fjar-kennslu, en í fyrstu bylgjunni lærðum við heima og ég fékk skólalót sent heim. Annars les ég líka alltaf heima,“ segir Adriána.

Rafræn danskeppni

Adriana hefur æft „acrobat“ frá því hún var sex ára gömul, en var áður í ballett og fimleikum. „Ég átti að keppa á heimsmeistararmótinu, Dance World Cup árið 2020 í Róm og síðan á Spáni 2021,“ segir hún, en Covid setti strik í reikninginn.

„Ég fór að gráta þegar ég gat ekki farið. Ég var búin að leggja svo mikið á mig,“ segir Adriána, sem æfir fimm sinnum í viku, þrjá tíma í senn.

„Í fyrra tókum við upp dansinn og sendum hann út í keppnina,“ segir Adriána, sem er byrjuð að undirbúa sig fyrir næstu keppni sem verður á Spáni í júní.



Mér fannst samt erfðast að mega ekki knúsa mömmu og að fá ekki að fara á æfingar.

Vantaði mömmuknúsi

„Ég er bara búin að vera í símanum og horfa á sjónvarpið og svo hef ég reyndar líka farið í göngutúr,“ svarar Adriána, þegar hún er spurð hvernig hún hafi stýtt sér stundir þessa 50 daga af heimahangsi.

„Mamma hefur oftast verið með mér, en pabbi fór út að smíða ef hann hafði ekkert að gera,“ segir hún og hlær. „Mér fannst samt erfðast að mega ekki knúsa mömmu og að fá ekki að fara á æfingar.“ ■

Hannes styttir skýrslu í bók

toti@frettabladid.is

„Það eru að vísu allir orðnir leiðir á bankahruninu, en ég held samt að þetta sé nýtt sjónarhorn, og ég reyndi að hafa þetta eins aðgengilegt og ég gat,“ segir prófessor Hannes Hólmsteinn Gissurarson, um útdrátt úr skýrslu sinni um bankahrunið sem komin er út á bók.

„Þetta er 64 blaðsíðna útdráttur úr skýrslu minni á ensku fyrir fjármálaráðuneytið, sem ég skilaði haustið 2018. Þá birti ég nokkrar blaðagreinar um skýrsluna, og þetta er endurskoðuð og aukin útgáfa þeirra,“ segir hann um bókina Bankahrunið 2008 Útdráttur úr skýrslu.

Hannes telur útdráttinn henta þeim vel sem ekki hafa lesið skýrsluna en vilji kynna sér hana. „Þetta er stutt og aðgengilegt, en með tilvísun í allar heimildir og afkrastur margra ára rannsókna.“



Hannes Hólmsteinn Gissurarson

Helstu niðurstöður segir hann vera að beiting breskra hryðjuverkalaga á Íslendinga hafi verið í senn „ruddaleg og óþörf.“ Þá telur hann meginskýringu þess að á Íslandi breyttist kreppa í hrún, að seðlabankar í Evrópu og Bandaríkjunum hafi neitað Íslendingum um lausafjárfyrirgreiðslu sem aðrar Norðurlandþjóðir fengu. Viðbrögð íslenskra stjórnvalda við bankahruninu hafi þó verið skynsamleg, „en framkoma sumra grannríkja þeim til minnkunar.“

Er þá nokkuð nýtt í þessu riti?

Já, sumt af því, sem ég segi, hefur ekki vakið athygli, þótt það sé mjög merkilegt,“ segir Hannes og segir virðast sem framkvæmdastjórn Evrópusambandsins hafi ekki gætt þess að ein lög gildi um alla. „Því að Bretar gátu átölulaust veitt öllum breskum bönkum lausafjárfyrirgreiðslu nema þeim tveimur sem voru í



Bankahrunið
2008 Útdráttur úr skýrslu

HANNES H. GISSURARSON

eigu Íslendinga, Heritable og KSF. Þetta var hrottaleg mismunun. Þá er líka frétt, að báðir þessir bankar reyndust eiga vel fyrir skuldum, ólíkt sumum þeim bönkum, sem Bretastjórn bjargaði,“ segir Hannes Hólmsteinn. ■



10kr.

AFSLÄTTUR

MEÐ ORKULYKLI

