

Ólafía Hrönn
fagnar sextugu



Una Stef lofar
jólastemningu



Fyrir það
sem mestu
máli skiptir



TM

Líf- og heilsutryggingar

Tímamót > 12

Lífið > 18

FRÉTTABLAÐIÐ

266. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

frettabladid.is

MIDVIKUDAGUR 7. DESEMBER 2022



Fyrirverandi starfsmenn og velunnarar Sigluness í Nauthólsvík blésu til táknaðna mótmæla í Ráðhúsi Reykjavíkur í gær fyrir fund borgarstjórnar. Blásið var úr neyðarflautum björgunarvesta: Þrjú stutt, þrjú löng og þrjú stutt í mótmælaskyni vegna fyrirhugaðrar lokunar Sigluness, sem er hluti af hagræðingartillögum borgarinnar vegna fimmtán milljarða hallareksturs hennar. Deildarstjóri siglingaklúbbsins sagði nauðsynlegt að bjarga Siglunesi á mótmælunum í ráðhúsinu í gær en þúsundir hafa skrifað undir undirskriftalista í mótmælaskyni við fyrirhugaða lokun. **FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR**

Fimm daga að bregðast við olíuleka

Það tæki fimm daga fyrir olíu-hreinsunarskip að koma til landsins verði stórt mengunarslys hjá skemmtiferðaskipi á íslensku hafsvæði. Ekki eru til áætlanir um björgun farþega og áhafna slíkra skipa.

benediktboas@frettabladid.is

ÖRYGGISMÁL Verði stórt mengunarslys á skemmtiferðaskipi á íslensku hafsvæði tæki hið minnsta fimm daga að fá olíuhreinsunarskip til að bregðast við slysinu.

Verði slys um borð og þyrfti að bjarga gestum skemmtiferðaskipa, sem geta verið upp undir fimm þúsund talsins, gæti það tekið allt að tvo sólarhringa fyrir varðskip

Landhelgisgæslunnar að komast á vettvang og marga klukkutíma og jafnvel sólarhringa fyrir erlenda viðbragðsaðila. Ekki liggja fyrir áætlanir sem gera ráð fyrir öruggri björgun svo margra farþega.

Þetta er meðal þess sem kemur fram í skýrslu Katrínar Jakobsdóttur um mat þjóðaröryggisráðs á ástandi og horfum í þjóðaröryggismálum. Í skýrslunni er bent á neikvæðar afleiðingar mengunarslysa skemmtiferðaskipa sem gætu orðið mjög miklar.

„Samstarf við Siglingaöryggisstofnun Evrópu, EMSA, styrkir viðbúnað vegna mengunarslysa, þótt það tæki að minnsta kosti fimm daga að fá olíuhreinsunarskip frá stofnuninni,“ segir í skýrslunni.

Nálgast átta hundruð komur

Fjöldi skemmtiferðaskipa, sem væntanleg eru á næsta ári til þeirra þriggja hafna hér á landi sem þjónusta flestu fleyin af því tagi, í Reykjavík, á Ísafirði og Akureyri, nálgast nú átta hundruð. Fjöldunin frá því í ár verður ekki minni en sextíu prósent.

Samtals komu 478 skemmtiferðaskip til þessara hafna í ár, en þegar hafa fulltrúar 763 skipa pantað þar hafnarlegu á næsta ári – og sér ekki fyrir endann á bókunum.

Búnaður til að bregðast við olíu-mengun er þó um borð í varðskipinu þór.

Í skýrslu Katrínar er einnig bent á að skemmtiferðaskip sækji í auknum mæli á hafsvæði sem ekki hafa verið kortlögð með fullnægjandi hætti og fylgi því aukin áhætta fyrir skipa-umferð. „Minni háttar líkur eru þó taldar á atvikum sem tengjast farþegaskipi í háska, en afleiðingar slíkra slysa gætu orðið mjög alvarlegar.“

Er bent á að skemmtiferðasiglingar séu öruggur ferðamáti þótt yfirleitt sé mikill fjöldi farþega um borð, allt að fimm þúsund manns. „Ekki liggja fyrir áætlanir sem gera ráð fyrir öruggri björgun svo margra farþega,“ segir í skýrslunni. ■

Alzheimer-lyfið á markað eftir ár

HEILBRIGÐISMÁL Lecanemab, nýtt Alzheimer-lyf, er væntanlegt á markað árið 2024.

Jón Snædal öldrunarlæknir sótti ráðstefnu um lyfið í San Francisco. „Ég fann vel að það var annað andrúmsloft á þessari ráðstefnu en áður hefur verið,“ segir Jón.



Jón Snædal, öldrunarlæknir

Lyfið hægir á framvindu sjúkdómsins um þrjátíu prósent hjá þeim sem þegar eru með hann og meira hjá nýgreindum. **SJÁ SIÐU 2**

Boozt.com

THE NORDIC DEPARTMENT STORE

RAUÐ HELGI

ALLT AÐ 50% AUKA AFSLÁTTUR

AF +100.000 VÖRUM



Lögreglan biður alla að láta vita sé einhver á ótraustum ís.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Strandaglópar eftir hálkugöngu

benediktboas@frettabladid.is

SLYS Í tilkynningu frá lögreglunni segir frá ævintýrum drengja á Elliðavatni þegar ísinn brotnaði undan þeim. Drengirnir lentu í vatninu, en náðu að komast upp á eyju en urðu strandaglópar þar. Þeir komust í land með aðstoð slökkviliðsins en ekki er talið að þeim hafi orðið meint af volkinu.

„Ísilögð vötn, lækir og tjarnir hafa mikið aðdráttarafl, ekki síst fyrir börn. Því er mikilvægt að forráðamenn geri þeim grein fyrir hættunni sem þessu kann að fylgja, en það á ekki að fara út á ís nema að hann sé þykkur og haldi vel,“ segir í tilkynningunni. ■



Jafnvel stýttist í að Reykjavíkurtjörn leggi.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Frostið tekur völd í veðurkortunum

gar@frettabladid

VEÐUR Rauðar hitatölur hafa yfirgefið Ísland og við tekið frost sem að mestu mun vara svo langt sem nýjstu spár Veðurstofu Íslands draga.

Í Reykjavík verður hæg austlæg eða norðaustlæg átt og heiðskírt frá og með 1 dag og fram yfir helgi og frost á bilinu 2 til 6 stig. Enn kaldara verður inn til landsins suðvestanlands með frosti upp undir tíu gráður.

Talsvert frost verður einnig norðanlands, sérstaklega vestan til. Það er helst á Austurlandi sem von er á því að hiti fari upp fyrir frostmark og á föstudag og um helgina. ■

Púturnar á Sólvangi



Fjórar hænur fluttu inn í glænýjan kofa í fallegum garði sem hugsaður er fyrir íbúa Sólvangs í Hafnarfirði í gær. Hollvinasamtök Sólvangs færðu heimilinu hænurnar að gjöf og þær Rósa Guðbjartsdóttir bæjarstjóri og Halla Thoroddsen, forstjóri Sóltúns öldrunarþjónustu, tóku vel á móti hænunum. Halla sagði frá hugmyndinni og Hollvinasamtökunum áður en Rósa opnaði formlega endurgerðan garð og glæsilegan hæsnakofann.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Enn ein ályktunin um þjóðarmorð

kristinnhaukur@frettabladid.is

MANNRÉTTINDI Enn og aftur er komin fram þingsályktunartillaga um að Ísland viðurkenni þjóðarmorð Tyrkja á Armenum árin 1915 til 1917. Fyrsta ályktunin var flutt árið 2011 og hafa sams konar tillagnir verið gerðar á nánast hverju þingi síðan. Síðast í fyrra, en þá sendi Mustafa Sentop, þingforseti Tyrklands, hótunarbref til Steingríms J. Sigfússonar kollega síns um að samskipti þjóðanna myndu versna yðri ályktunin samþykkt.

Þórunn Sveinbjarnardóttir, þingmaður Samfylkingar, er fyrsti flutningsmaður en að baki eru fjórtán þingmenn úr Samfylkingu, Pírötum, Viðreisn, Framsóknarflokki, Sjálfstæðisflokki og Flokki fólksins. ■

Nýja Alzheimer-lyfið kemur á markaðinn eftir rúmt ár

Allt annað andrúmsloft var á fjölmennri ráðstefnu vísindamanna í Bandaríkjunum í síðustu viku um baráttuna við Alzheimer-sjúkdóminn en áður hefur verið. Framfarirnar blasa við.

ser@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Nýtt Alzheimer-lyf, Lecanemab, sem miklar vonir eru bundnar við, kemur vonandi á markað árið 2024, eða eftir aðeins rúmt ár.

Þetta segir Jón Snædal öldrunarlæknir sem er nýkominn af ráðstefnu í San Francisco í Bandaríkjunum þar sem fjallað var um þýðingu lyfsins í baráttunni við sjúkdóminn illviga sem að jafnaði fjögur þúsund Íslendingar glíma við hverju sinni.

„Ég fann vel að það var annað andrúmsloft á þessari ráðstefnu en áður hefur verið,“ segir Jón. „Það var augljóst á gestum hennar að menn eru að færa sig fram,“ bætir hann við.

Um eitt þúsund manns sóttu ráðstefnuna, læknar og vísindamenn víða að úr heiminum, en hún stóð yfir alla síðustu viku.

„Ég hygg að við séum að upplifa kaflaskil í baráttunni við Alzheimer,“ segir Jón og útskýrir: „Nýja lyfið, Lecanemab, mun hægja töluvert á framvindu Alzheimer-sjúkdómsins, líklega um þrjátíu prósent hjá þeim sem þegar eru gengnir með hann, en líklega meira hjá þeim sem eru fyrst að greinast með sjúkdóminn. Það verður mjög spennandi að fylgjast með nýjum rannsóknum á þeim sem geta fengið lyfið á fyrstu stigum Alzheimer og sjá hvað það hægir mikið á honum.“

Nýja lyfið er afrakstur af löngu þróunarferli sem hófst í Svíþjóð



Hér á landi greinist að meðaltali einn á dag með Alzheimer-sjúkdóminn, sem er langalgengasta heilabilunin sem menn glíma við.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Ég hygg að við séum að uppgötva kaflaskil í baráttunni við Alzheimer.



Jón Snædal, öldrunarlæknir

fyrir réttum þrjátíu árum þegar vísindamenn þar í landi uppgötvaðu gen sem kallað er heimskautagen á íslensku (e. arctic netation). Þetta áður ókunna gen veldur því að fólk fær Alzheimer. Með öðrum orðum fundu menn orsakavaldinn. Þar með fór lyfjaþróunin af stað.

Fram að því höfðu læknar yfir að ráða þekkingu til að mæla hið svokallaða amyloid-prótein í heilanum sem hann ræður ekki við. Það fellur sem agnir í heilanum og veldur rýrnun á taugafrumum. En þar er sjúkdómurinn sjálfur kominn.

„Núna ríkir meiri bjartsýni en áður. Það var augljóst á ráðstefnunni,“ segir Jón og hlakkar til komandi tíma þegar nýja lyfið verður faanlegt hér á landi. „Notkun þess verður að vísu ekki einföld, en það verður gefið í æð á tveggja vikna fresti, líklega á göngudeild,“ útskýrir hann.

Og það er mikið í húfi, en hér á landi greinist að meðaltali einn á dag með Alzheimer-sjúkdóminn, sem er langalgengasta heilabilunin sem menn glíma við. ■



FK einstök verslun
FJARÐARKAUP



SUBARU

Confidence in Motion



ENMEM / SIA / NMO1257

SUBARU FORESTER

TILBÚINN Í ÍSLENSKAR AÐSTÆÐUR

SUBARU e-BOXER

Nýja kynslóðin af e-BOXER vél SUBARU sameinar BOXER-vél og rafmótor fyrir sportlegan akstur í hljóðlátu og þægilegu farþegarými án óæskilegs hávaða og titrings, jafnvel þegar ekið er á ójöfnum vegum. Hann er stöðugur í beygjum, þrátt fyrir jeppahæðina, auk þess að vera vandlega þróaður til að draga úr þreytu á lengri ferðalögum til að allir geti notið ánægjulegrar akstursupplifunar. Komdu og reynsluaktu nýjum Forester e-BOXER í dag.

Til afhendingar strax!

SUBARU FORESTER e-BOXER, 4x4, SJÁLFSKIPTUR

Verð frá: 7.490.000 kr.

FLEX leiguverð frá: 180.390 kr. á mánuði.

Miðað við 36 mánuði og 18 þ.km. á ári. Nánar á flex.is

5 ÁRA ÁBYRGÐ*

*Skilyrði fyrir ábyrgð eru að eigandi tryggi og kosti reglulegt þjónustueftirlit hjá viðurkenndum aðilum. Nánari upplýsingar á www.subaru.is



Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

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





Bjarni Ármannsson, forstjóri Iceland Seafood.

Iceland Seafood finnur kaupanda

kristinnhaukur@frettabladid.is

SJÁVARÚTVEGUR Iceland Seafood hefur fundið kaupanda að rekstri sínum í Bretlandi. Ekki hefur verið gefið upp hver þessi kaupandi er en talið er að það sé stór aðili á breskum fiskimarkaði. Hefur Iceland Seafood gert við hann viljayfirlýsingu um sölu.

Stjórn Iceland Seafood tilkynnti þann 17. nóvember að félagið hygðist hverfa af Bretlandsmarkaði, en félagið hefur verið með stöðvar í Grimsby og áður í Bradford. Mikið tap hefur verið á rekstrinum.

Samkvæmt viljayfirlýsingunni er stefnt að því að kaupin gangi hratt fyrir sig og bindandi samningur verði kominn á í lok þessa mánaðar. Kaupverðið hefur ekki verið gefið upp. ■

Píratar þræta fyrir málþóf á Alþingi

bth@frettabladid.is

ALÞINGI Orðrómur gengur innan veggja þinghússins um að Píratar séu farnir að beita málþófi eða hyggist fara í hægagang og nýta allan hugsanlegan ræðutíma í umræðu um fjárlögin til að tefja útlendingafrumvarp Jóns Gunnarssonar.

„Nei, er heiðarlega svarið við þeirri spurningu,“ segir Björn Lévi Gunnarsson, þingmaður Pírata.

Hann segir þó að fyrst Jón Gunnarsson vilji ekki svara spurningum um frumvarpið í nefnd þurfi hann að svara í ræðustól.

„Okkur hefur verið bent á að frumvarpið sé ekki í samræmi við stjórnarskrá, en samt ætla þau að setja þetta á dagskrá,“ segir Björn Lévi.

Övíst er hvenær frumvarpið kemur til umræðu. Líklegt er að það verði í þessari viku eða næstu. ■

lovisa@frettabladid.is

ÖRYGGISMÁL Stéphane Leyenberger, framkvæmdastjóri Samtaka ríkja innan Evrópuráðsins gegn spillingu (Greco), segir að þrátt fyrir að íslenska ríkið hafi aðeins uppfyllt sex af átján tillögum úr úttekt samtakanna frá 2018 sé staðan ágæt á Íslandi.

Úttektin sem var samþykkt í mars 2018 náði annars vegar til æðstu handhafa framkvæmdavalds og hins vegar til löggæsluyfirvalda.

Í gær kom út önnur eftirfylgni-skýrsla Greco um Ísland og samkvæmt henni eru viðbrögð Íslands enn ófullnægjandi. Leyenberger er þó nokkuð bjartsýnn á að þriðja skýrsla Íslands, sem á að skila fyrir lok næsta árs, verði sú síðasta.

„Við tókum eftir því að það eru áhugaverðar og jákvæðar breytingar sem Ísland stefnir að en hefur ekki að fullu innleitt,“ segir Leyenberger og að vegna þess sé niðurstaða samtakanna ekki mjög jákvæð.



En ef þú lest athugasemdir samtakanna við nánast öll tilmælin má sjá að Ísland er á réttri leið.

Stéphane Leyenberger, framkvæmdastjóri Greco

„En ef þú lest athugasemdir samtakanna við nánast öll tilmælin má sjá að Ísland er á réttri leið og fær hvatningu frá samtökunum um að klára málið.

Ísland mun skila þriðju skýrslu sinni fyrir lok næsta árs og ég get auðvitað ekki fullyrt það en ég er nokkuð öruggur að segja að þriðja skýrsla Íslands verður sú seinasta,“ segir Leyenberger en það þýðir að þá muni Ísland verða búð að innleiða öll tilmæli Greco að fullu fyrir lok árs 2024. ■

Hart sótt að Degi vegna hallareksturs

Sjálfstæðismenn vilja selja lóðir og fækka starfsmönnum Reykjavíkurborgar. Borgarstjóri kallar tillögur þeirra sýndarmennsku.

bth@frettabladid.is

REYKJAVÍK Harðar umræður urðu um fjármál borgarinnar og hallarekstur á fundi borgarstjórnar í gær. Dagur B. Eggertsson borgarstjóri skellir skuldinni alfarið á ríkið í umræðu um stórfelldan hallarekstur Reykjavíkurborgar. Sjálfstæðismenn hafa lagt fram tillögur um sjö milljarða króna sparnað.

Sjálfstæðismenn saka meirihlutann um máttlausar hagræðingartilögur, enda skili þær aðeins einum milljarði í hagræðingu.

„Það er dropi í hafið. Áherslur meirihlutans virðast einkennast af magni umfram gæði,“ segir Hildur Björnsdóttir, oddviti Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík.

Í tillögum borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins er lagt til að draga úr rekstrargjöldum um sem nemur 5,2 milljörðum króna með því að minnka yfirbyggingu. Þar vegur þyngst tillaga um að skera niður launakostnað um 5 prósent, en þess verði gætt að hlífa framlínustarfsfólki. Samhliða er lagt til að hagræða í miðlægre stjórnsýslu og fækka borgarfulltrúum.

Jafnframt er lögð til frestun eða lækkun á fjárfestingum um 1.850 milljónir króna árið 2023 og 4.850 milljónum næstu fimm árin. Einnig leggja Sjálfstæðismenn fram tillögur um tekjuaukandi aðgerðir, svo sem frekari sölu lóða undir íbúðar- og atvinnuhúsnæði í borginni.

Lóðasala myndi skapa borginni auknar tekjur, en jafnframt leiða af sér fjölgun íbúa og fyrirtækja í kjölfarið.



Dagur B. Eggertsson borgarstjóri skellir skuldinni á ríkið.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Áherslur meirihlutans virðast einkennast af magni umfram gæði.



Hildur Björnsdóttir, oddviti Sjálfstæðisflokksins

„Hins vegar leggjum við að venju til sölu á Ljósleidarannum og öðrum eignum sem ekki snúa að lögbundnu grunnþjónustuhlutverki Reykjavíkurborgar. Aðgerðirnar geta skilað borginni tugum milljarða sem verja má til lækkunar á skuldum og fjármagnskostnaði ásamt því að fjárfesta í innviðum,“ segir Hildur.

Fréttablaðið spurði Dag B. Eggertsson borgarstjóra hvort það væri ekki ígildi falleinkunnar hjá meirihlutunum að hafa tapað nálægt milljarði króna á mánuði undanfarið í A-hluta rekstrarins.

Dagur segir að langstærsta ástæða hallarekstrarins sé sú að ríkið standi ekki við skuldbindingar. Því verði borgin að bregðast við með hagræðingu.

„Stærsta talan er málaflökkur fatlaðra, gatið sem ríkið hefur skilið eftir með auknum lagaskyldum

fyrir sveitarfélögin án þess að fjármagn fylgi,“ segir Dagur.

Mótmæli fóru fram í Ráðhúsinu í gær vegna fyrirætlaða um skerta þjónustu fyrir börn í Siglunesi. Spurður hvort byrjað sé á öfugum enda segir Dagur að velta þurfi við hverjum steini. „Við gerum það þannig að bitni ekki á grunnþjónustunni.“

Um tillögur Sjálfstæðismanna sem vilja fækka starfsfólki borgarinnar segir Dagur:

„Tillögur Sjálfstæðisflokksins eru sýndarmennska, því þar er látið að því liggja að hægt sé að fækka starfsfólki um fimm prósent án þess að það bitni á grunnþjónustunni. Það er algjört óraunsæi,“ segir Dagur.

Sanna Magdalena Mörtudóttir, borgarfulltrúi Sósíalista, segir að sér hugnist ekki sú hugmynd Sjálfstæðismanna að fækka borgarfulltrúum. Nær væri að lækka laun þeirra. ■

Fjölga ekki ruslatunnum með nýju flokkunarkerfi

benediktarnar@frettabladid.is

SORPHIRDA Á næsta ári verður nýtt flokkunarkerfi fyrir heimilisúrgang tekið upp og verður nýjum tunnum komið fyrir á heimilum höfuðborgarsvæðisins. Samskipta- og viðskiptaþróunarstjóri Sorpu segir að markmiðið sé að fjölga flokkum, en ekki tunnum.

Ný lög um hringrásarkerfi taka gildi á næsta ári og verður þá skylt að flokka heimilisúrgang í fjóra flokka: pappir, plastumbúðir, matarleifar og blandaðan úrgang.

Unnið hefur verið að undirbúningi kerfisins síðastliðin tvö ár og stefnt er að því að innleiða breytingarnar á vormánuðum 2023.

„Íbúar munu finna lítið fyrir þessum breytingum, en fólk mun þurfa að tileinka sér nýja flokkunarsíði,“ segir Gunnar Dofri Ólafsson, samskipta- og viðskiptaþróunarstjóri Sorpu. Hann telur að hið nýja flokk-



Nýjum tvískiptum tunnum verður komið fyrir á næsta ári.

MYND/ADSEND

unarkerfi muni auðvelda íbúum lífið til muna og hafa jákvæð áhrif á loftslagsmál.

„Þar sem plássíð er minnst verður í boði að vera með tvær tvískiptar tunnur. Þetta er ekki krafa um fjórar tunnur, heldur fjóra flokka,“ segir Gunnar.

„Í einbýlishúsum og raðhúsum verður hægt að vera með matarleifar og blandað í einni tunnu og plast og pappir í annarri. Í fjölbýlum verða fleiri tunnur nýttar. Ef sorpgeymslan er nú þegar full af tunnum verða teknar tunnur og settar inn nýjar tunnur fyrir matarleifar.“ ■



**Úlpur fyrir veturinn.
Ert þú klár?**

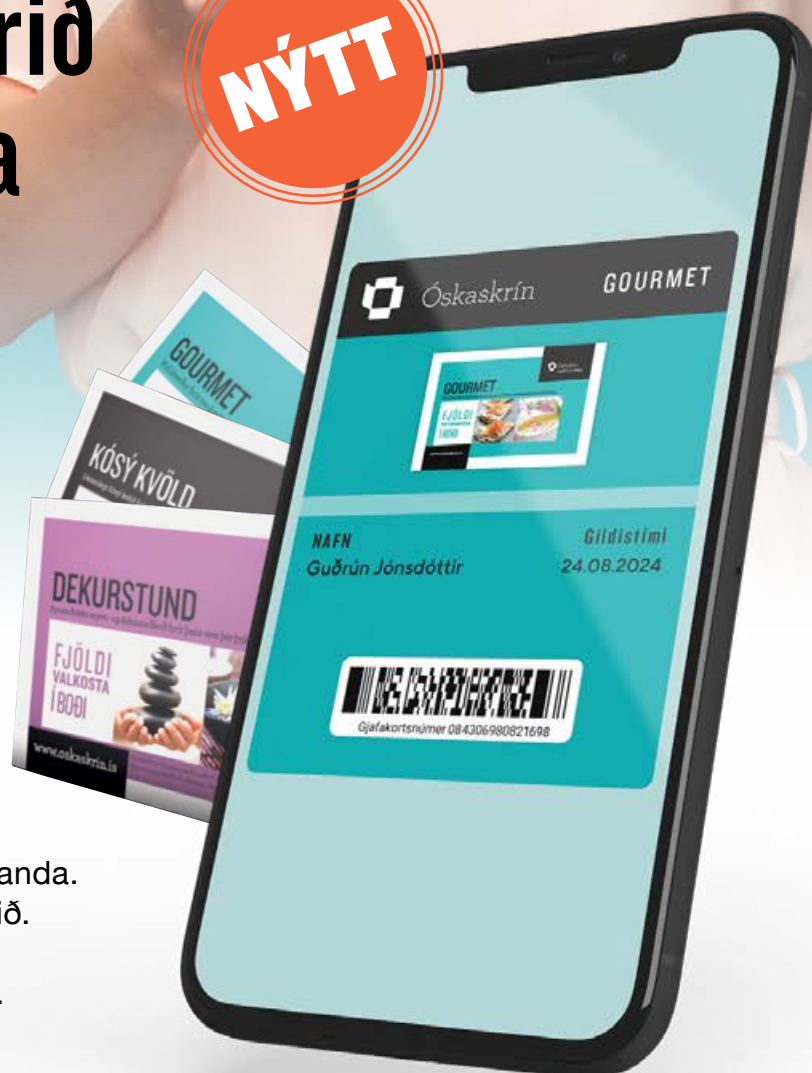


CINTAMANI

RAFRÆNT ÓSKASKRÍN BEINT Í SÍMANN

**Það hefur aldrei verið
einfaldara að gleðja
starfsfólkið!**

NÝTT



**Óskaskrín í öskju eða rafrænt Óskaskrín
beint í símann.**

Rafræn Óskaskrín eru send með tölvupósti til viðtakanda.
Getum sérhannað tölvupóstinn og rafræna gjafakortið.
Bjóðum líka sérmerktar öskjur fyrir fyrirtækjagjafir
með merki, lit og persónulegri kveðju frá fyrirtækinu.



Starfsfólk breska póstsins hefur meðal annars farið í verkföll á mestu vefverslunar-dögum þessa árs.
FRÉTTABLAÐID/EPA

Brexit dregur úr samkeppnishæfni Bretlands



Ólafur Arnarson
olafur@frettabladid.is

Varað er við því að fjárfesting í bresku atvinnulífi fari minnkandi og að fram undan sé kreppuverðbólguþétt í landinu. Hagfræðiprófessor segir hluta ástæðunnar vera alþjóðlegar afleiðingar faraldurs og stríðs, en jafnframt hafi Brexit skaðað samkeppnishæfni bresks atvinnulífs.

Samtök atvinnulífsins í Bretlandi, CBI, vara við efnahagslægd í Bretlandi á næsta ári með kreppuverðbólgu (e. stagflation) og hríðlækkandi fjárfestingu í atvinnulífinu. Samtökin, sem í júní spáðu því að landsframleiðsla á næsta ári myndi aukast um 1 prósent búast nú við 0,4 prósentu samdrætti og að fjárfesting í atvinnulífinu í lok árs 2024 muni verða 9 prósentum minni en fyrir heimsfaraldurinn, eða sem nemur 5 milljörðum sterlingspunda. Ástæða þessa er sögð vera að verulegu leyti að stórfelldar skattaívilnanir falli úr gildi um mitt næsta ár.

» Verði afleiðing Brexit samdráttur í Bretlandi og minni fjárfesting í bresku atvinnulífi á komandi árum blasir við að slíkt hefur afleiðingar hér á landi.

Vandamálið er sagt vera það að þrátt fyrir að stjórnendur fyrirtækja sjái tækifæri í stöðunni þá dragi þeir úr fjárfestingum vegna þess að ekki sé tilefni til bjartsýni við þær aðstæður sem uppi eru í Bretlandi.

Líkt og önnur lönd glímur Bretland við margvíslegar afleiðingar Covid-19 og innrásarstríðs Rússa í Úkraínu. Í landinu ríkir vissu uppslausnarástand. Í stuttri forsætisráðherratið Liz Truss munaði minnstu að fjármálahrun yrði í kjölfar þess að ríkisstjórnin setti fram efnahagspakka sem gekk út á að fjármagna skattalækkanir sem beindust að hinum efnameiri með lántökum.

Viðbrögð markaða við efnahagspakkanum urðu ofsafengin og Englandsbanki neyddist til að stíga inn og kaupa ríkisskuldabréf til að varna falli stórra lífeyrissjóða. Svo fór að ríkisstjórnin dró áform sín til baka og Truss neyddist til að segja afsér en trúverðugleiki ríkisstjórnarinnar og breska Íhaldsflokksins beið mikinn hnekki og hefur ekki verið endur-reistur þrátt fyrir að nýr forsætisráðherra ráði nú ríkjum í Downing-stræti 10 og stjórnarstefnan líkist lítt þeim skýjaborgum sem stefna Liz Truss byggði á.

Ekki bara vandamál Bretlands
Nú á haustmánuðum hefur verið róstusamt á breskum vinnumarkaði. Starfsfólk Konunglega póstsins hefur farið í skæruverkföll, meðal annars á mestu verslunardögum nóvembermánaðar, á degi einhleypra og Svörtum föstudegi. Þá hafa járnbrautarstarfsmenn staðið fyrir skyndiverkföllum á þessu ári.
Að sögn Jóns Danielssonar, hagfræðiprófessors við London School of Economics, einskorðast órói á vinnumarkaði ekki við Bretland. Fleiri lönd í Evrópu kljást við vinnudeilur og skæruverkföll. „Við tökum bara betur eftir þessu í Bretlandi en annars staðar vegna þess að enskan er alþjóðatungumál og auðveldara að fylgjast með þar en annars staðar í álfunni.“
Varðandi aðvaranir CBI segir Jón mikilvægt að hafa hugfast að Samtök atvinnulífsins séu að reyna að hafa áhrif á stefnu stjórnvalda. „Þetta eru

„ Brexit hefur truflað viðskipti Bretlands við önnur lönd, aukið kostnað breskra fyrirtækja og dregið úr samkeppnishæfni þeirra.



Jón Danielsson,
hagfræðiprófessor við LSE

hagsmunasamtök sem hafa ákveðin markmið,“ segir Jón. Hann segir efnahagssamdrátt geta spornað við verðbólgu, sem margt bendir til að hafi nú náð hámarki. Sami vandi hrjái Bretland og önnur lönd, skortur sé á starfsfólki mitt í samdrættinum.
„Vandamálið sem Bretar standa í raun og veru frammi fyrir er að Brexit hefur truflað viðskipti Bretlands við önnur lönd, aukið kostnað breskra fyrirtækja og dregið úr samkeppnishæfni þeirra gagnvart fyrirtækjum í öðrum löndum.“

Fullorðna fólkíð aftur tekið við
Jón segir Brexit-sinna hafa lofað endurbættu regluverki eftir útgöngu Bretlands úr ESB, sem myndi draga úr kostnaði við viðskipti og auka samkeppnishæfni breskra fyrirtækja. „Þetta hefur ekki gengið eftir. Bretar eru farnir út úr ESB en sitja enn uppi með sama regluverk og fyrr. Það sem helst hefur breyst er að Brexit hefur skaðað milli-ríkjaviðskipti Bretlands og aukið kostnað við þau. Regluverkið hefur ekki verið lagfært, eins og lofað var.“
Að sögn Jóns hefur öfgafólk gert sig gildandi í bæði Íhaldsflokknum og Verkamannaflokknum að und-

anförunu og náð stjórninni. Þetta hafi gefið tóninn og valdið að einhverju leyti þeirri pólitísku uppslaun sem blasað hefur við í landinu undanfarin ár.

„Nú má segja að fullorðna fólkíð hafi aftur tekið völdin í báðum flokkum. Keith Starmer hefur markvisst losað Verkamannaflokkinn við mesta öfgafólkið til vinstri. Rishi Sunak hefur gert það sama í Íhaldsflokknum.“ Jón segir stutta valdatíð Liz Truss hafa verið kornið sem fyllti mælinn hjá Íhaldsflokknum og batt enda á upprisu öfgaarms flokksins. „Sumir segja jafnvel að hófsamari Íhaldsmenn hafi viljað fá Truss til valda vegna þess að henni gæti ekki annað en mistekist og brotlent pólitískt ásamt þeim sem aðhyllast hennar stefnu.

Ísland ekki ónæmt
Bretland er eitt helsta viðskiptaland Íslands. Við flytjum mikið magn sjávarafurða út til Bretlands og á síðari árum hafa Bretar fjölmennt hingað til lands og eru með mikilvægustu viðskiptavinum íslensku ferðaþjónustunnar.
Ljóst er því að miklu skiptir fyrir okkur Íslendinga hvernig efnahagsástandi háttar í Bretlandi. Margt bendir til þess að Brexit sé þegar farið að hafa neikvæð áhrif á íslensk sjávarútvegsfyrirtæki. Nýlega tilkynnti Iceland Seafood, sem hefur haft umfangsmikla starfsemi í Bretlandi á undanförunum árum, að fyrirtækið hyggist selja rekstur sinn í Bretlandi og hætta starfsemi í landinu. Ástæðan fyrir þessu er viðvarandi óviðunandi afkoma af starfseminni.
Framleiðsla Iceland Seafood í Bretlandi hefur bæði verið fyrir Bretlandsmarkað og til útflutnings til aðildarríkja ESB. Öll milli-ríkja-verslun frá Bretlandi er nú orðin torveldari og dýrari en áður var.
Verði afleiðing Brexit samdráttur í Bretlandi og minni fjárfesting í bresku atvinnulífi á komandi árum blasir við að slíkt hefur afleiðingar hér á landi, bæði hvað varðar útflutning sjávarafurða og komu breskra ferðamanna hingað til lands. ■



Fullveldisfundur 2022

Haldið verður upp á fullveldi Íslands með fundi á Háskóla-torgi (103) miðvikudaginn 7. desember 2022, kl. 17:30.

Frummælandi verður Einar Frogner formaður Nei til EU í Noregi og mun hann ræða stöðu fullveldismála, EES-samninginn, orkumál og fleira.

Við umræðuborð sitja Arnar Þór Jónsson, fv. dómari og varaþingmaður, Erna Bjarnadóttir, hagfræðingur og varaþingmaður og Erna Ýr Öldudóttir, blaðamaður og viðskiptafræðingur

Fundi stýrir Haraldur Ólafsson, formaður Heimssýnar.

Heimssýn, Frjálst land, Herjan og Ísafold

Íslenskir neytendur árvökullir en áður

Neytendur á Íslandi eru orðnir varkárari gagnvart vafasömum viðskiptaháttum verslana. Formaður Neytendasamtakanna segir að sporna þurfi við óæskilegum fylgikvillum fákeppni.

helgisteinar@frettabladid.is

Í kjölfar kaupgleðidaga undanfarinna vikna hafa Neytendasamtökin fengið mun fleiri ábendingar um verðhækkanir og vafasama viðskiptahætti en áður. Formaður samtakanna segir landsmenn mun árvökullir gagnvart slíkum vinnubrögðum en áður fyrr.

Breki Karlsson, formaður samtakanna, segir að neytendur hafi undanfarið verið duglegri að taka myndir á snjallsíma sína af vöruverði og þar með sýnt svart á hvítu að sum fyrirtæki hafi hækkað verð sín einungis til að lækka þau.

„Auðvitað eru langflest fyrirtæki sem vilja vel og gera vel, en svo eru einhverjir svartir sauðir þarna inni á milli,“ segir Breki og bætir við að með notkun samfélagsmiðla sé auðveldara að koma slíku á framfæri.

Breki bendir á neytendarannsókn sem gerð var í Evrópusambandinu árið 2019 sem sýndi að íslenskir neytendur vissu næst mest af öllum Evrópuþjóðum um neytendaréttindi sín. Einnig báru Íslendingar mun meira traust til neytendasamtaka sinna en aðrar þjóðir í Evrópu.

„Vandinn hér er náttúrliga sá er að á flestum sviðum búum við við fákeppni. Ef ein verslun er til dæmis



Viðskiptavinir verslana eru orðnir duglegri að fylgjast með verðlagningu.

með hátt vöruverð þá getum við svolítið leitað annað. Það er bara miklu meiri samkeppni í mörgum öðrum Evrópuþjóðum, þess vegna er svo mikilvægt hér að bæði neytendur og stjórnýsla neytendamála séu þeim mun sterkari til þess að sporna við óæskilegum fylgikvillum fákeppni,“ segir Breki.

Þar að auki lýsir hann miklum áhyggjum yfir auknum skyndi-

lánnum, eða það sem kalla mætti „kaupa núna, borga seinna“ þjónustu, á markaðnum. Þessi aðferð gerir viðskiptavinum kleift að fresta greiðslum í nokkra daga eða jafnvel vikur en getur auðveldlega komið í bakið á þeim.

„Við sjáum margar auglýsingar sem hvetja fólk til að gera þetta, sem er eitthvað sem við verðum að gjalda varhug við. Sér í lagi vegna

þess að þetta eru dýrustu lánin sem við getum tekið. Þar að auki, ef þú átt ekki fyrir einhverju í dag, þá eru mjög litlar líkur á því að þú munir eiga fyrir því eftir tvo mánuði,“ segir Breki.

Þar minnst hann einnig á sjálfsafgreiðslukassa í sumum matvöruverslunum sem bjóða upp á greiðsludreifingu. Breki segir að Íslendingar séu til dæmis frá-

”

Ef ein verslun er til dæmis með hátt vöruverð þá getum við svolítið leitað annað.



Breki Karlsson, formaður Neytendasamtakanna

brugðnir öðrum þjóðum að því leytinu til að hnappurinn um greiðsludreifingu kemur stundum upp sem fyrsti valkostur. „Í nágrannalöndum okkar má það aldrei vera fyrsta val að fresta greiðslu.“

Hvað varðar komandi jól segir Breki að neytendur ættu einnig að huga að loftslagsmálum þegar kemur að neyslu og að bestu gjafirnar séu oftast en ekki samveran eða þær gjafir sem ekki er hægt að kaupa með peningum.

„Við þurfum að hugsa okkur vel og vandlega um áður en við kaupum eitthvað sem við þurfum ekki fyrir peninga sem við eigum ekki til að ganga í augun á einhverjum sem við þekkjum ekki,“ segir Breki. ■

Verður alltaf svolítið meyr um jólin

■ Svipmynd

Sigríður Rakel Ólafsdóttir

Nám:

B.S. í sálfræði frá Háskóla Íslands og M.Sc. í markaðsfræði og alþjóðaviðskiptum frá Háskóla Íslands.

Störf:

Markaðsstjóri Bílaumboðsins Öskju. Þar á undan stýrði ég markaðsmálum sem vörumerkja-stjóri fyrir Pepsi í Ölgerðinni.

Fjölskylduhagir:

Er í sambúð með Jónasi Braga Hafsteinssyni og saman búum við í Hlíðunum og eigum þrjú börn, Ólaf Ísak 11 ára, Leó Þór 3 ára og Bergþóru 1 árs.

Sigríður Rakel Ólafsdóttir tók við starfi markaðsstjóra bílaumboðsins Öskju fyrr á þessu ári. Hún kveðst spennt fyrir stórum verkefnum sem tengjast stafrænni þróun og orkuskiptum í nýju starfi.

Hver eru þín helstu áhugamál?

Þau snúast að mestu leyti um samveru með fjölskyldunni, hvers kyns sjálfsrækt, hvort sem það er líkamsrækt, heitar gufur eða kaldir pottar, skiði eða golf.

Matseld er í miklu upphaldi ef það er ekki mánudagsýsan. En í dag miðað við rútínuna væru áhugamál mín líklega rennibrautirnar í sundlaugum höfuðborgarsvæðisins á laugardagsmorgnum.

Næðu að halda jafnvægi milli vinnu og fjölskyldulífs?

Ég mynd vilja segja já, auðvitað – fullkomið jafnvægi. En eins og flestir með stórt heimili og krefjandi starf þekkja þá er þetta eilífðarbarátta. Með tímanum lærir maður að forgangsraða og sætta sig við að suma bolta má maður bara missa.



Sigríður Rakel Ólafsdóttir vaknar snemma til að gefa börnunum gæðastund.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hvernig er morgunrútinan þín?

Yfirleitt er ég búin að undirbúa flesta hluti kvöldið áður því um leið og ég vakna fer allt á fullt. Ég reyni oftast að vakna nógu snemma til að gefa krökkunum gæðastund, borða saman morgunmat, leika og ræða um daginn sem er fram undan. Mæður sem koma þremur börnum út fyrir klukkan átta á morgnana án grátasta eða með því skilja heimilið eftir í rúst ættu að fá fálkaorðu.

Hver eru helstu verkefnin fram undan?

Það skemmtilega við að vinna í markaðsmálum er að yfirleitt ertu með 100 bolta á lofti. Við vorum að opna nýtt húsnæði fyrir Mercedes-Benz á Krókhálsi 11 sem er að mínu mati flottasti sýningarsalur landsins. Þetta eru áhugaverðir tímar í markaðsgeiranum þar sem við stöndum í miðjum orkuskiptum. Stafræn þróun hefur aldrei verið hraðari. Á sama tíma hafa rannsóknir sýnt að vörumerkjaþryggð er að minnka, neytendur vilja ein-

staklingsmiðaða markaðssetningu en mikilvægi persónuverndar er stöðugt að aukast. Þetta er áskorun fyrir markaðsdeildir og spennandi að takast á við svona stór verkefni.

Hvers hlakkarðu mest til þessa dagana?

Jólanna. Ég lifi alveg í gegnum spennning minnstu meðlima heimilisins. Þetta er samt svolítið melankólískur tími því hann minnir mann á hvað maður hefur það gott og á góða að. Hvað maður er heppin. Því miður er það ekki þannig hjá öllum og ég er mjög meðvituð um það, svo ég verð alveg svolítið meyr um jólin.

Hvers konar stjórnunarstíl hefurðu tileinkað þér og hvers vegna?

Fyrir mér er hlutverk stjórnanda fyrst og fremst að hvetja og valdæfla einstaklinga svo þeir séu að ná hámarksárangri í því sem þeir taka sér fyrir hendur. Stjórnandi á ekki að þurfa að standa í vegi fyrir heldur ryðja veginn svo einstaklingur og teymi nái að hámarka eigin færni og þekkingu. ■

RAFMÓTORAR



SCANVER EHF

588 80 40
www.scanver.is

GÍRAR - FÆRIBÖND - RAFMÓTORAR - LEGUR

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING
á Hringbraut



Alvarlegt ósamræmi



Lovisa
Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Í síðustu viku var greint frá því að tilkynningum um heimilisofbeldi hefði fjölgað um tólf prósent og nauðgunum hefði fjölgað um 26 prósent.

Á fyrstu níu mánuðum ársins bárust lögreglu 195 tilkynningar um nauðgun. Það eru 22 nauðganir í hverjum mánuði. Að sögn framkvæmdastýru Kvennaathvarfsins hafa nú þegar 140 konur komið til dvalar í húsinu á þessu ári. Árlegt meðaltal er um 130 konur.

Fyrstu viðbrögð við svona fréttum eru kannski þau að hugsa að samfélagið okkar sé á leið til verri vegar en við nánari skoðun má mögulega gera ráð fyrir að um jákvæða breytingu sé að ræða.

Það hefur alltaf verið ofbeldi. Og yfirleitt alveg nóg af því. Það sem hefur breyst er að fólk er hvatt til að ræða það og tilkynna það. Þolendum bjóðast nú ýmsar leiðir til að tilkynna það og eru vonandi að gera það í auknum mæli.

Meðan á heimsfaraldrinum stóð fannst mörgum kósi að vera meira heima með fjölskyldunni og fögnuðu samverunni. En um þetta voru ekki allir sammála því fyrir suma er meiri samvera á heimilinu þeirra mesta martröð. Þetta vissu sérfræðingar og einbeittu sér að því að koma þeim skilaboðum áleiðis. Þannig jókst meðvitund samfélagsins og samþykki þess á þeim vanda sem ofbeldi er.

Mögulega erum við nú að upplifa uppskeru þessarar auknu meðvitundar og samþykkis í fjölgun tilkynninga. Það er erfitt að vita, en það má vona það.

Nefnd á vegum Evrópuráðsins benti þó á í síðasta mánuði að á sama tíma og tilkynningum um ofbeldi fjölga á Íslandi þá fjölga ekki tilfellum þar sem úrræði, sem þolendum eiga að standa til boða, eru notuð, eins og brottvísun ofbeldismanns af heimili og nálgunarbann.

Á árinu hefur aðeins verið gefið út 91 nálgunarbann á sama tíma og lögreglu hafa borist hátt í tvö þúsund tilkynningar um ofbeldi. Barna er alvarlegt ósamræmi og því þarf að bregðast við.

Framkvæmdastýra Kvennaathvarfsins segir þolendur heimilisofbeldis ekki sækja um nálgunarbann bæði því þau óttast að uppfylla ekki skilyrðin sem gilda fyrir útgáfu þess og af því að þeim finnst því ekki fylgt eftir. Það er miður.

Ofbeldi ætti aldrei að liðast og þegar þolendum er sagt að það sé best fyrir þau að tilkynna ofbeldið verða þau að vita að tilkynningunum verði tekið alvarlega og að brugðist verði við þeim. ■

Halldór



Frá degi til dags

benediktboas@frettabladid.is

Skrítinn meirihluti

Reykjavíkurborg hefur verið rekin með slíku rugli að nú þarf að skera niður enda skuldirnar að sliga borgina. En að ráðast á börnin og unglingana er ekki forsvaranlegt. Það er eiginlega hálf galið. Eða ekkert eiginlega. Það er galið. Að þessi meirihluti vogi sér að tala um leikskólamálin og ofmönnum er hjákátlegt. Skín í gegn að dellan er allsráðandi við snittuborð borgarmeirihlutans. Enginn hefur skilning á leikskólamálinum í þessum meirihluta og því fagstarfi sem þarf að eiga sér stað. Þeir borgarfulltrúar sem eiga börn á leikskólalæddri ættu að kíkja í heimsókn milli 10-15 þegar faglegt starf fer fram. Ekki dæma starfið þegar þau skutla og sækja. Það ber vott um fávísi.

Unglingarnir þurfa hjálp

Ef fréttir síðustu daga hafa sagt þjóðinni eitthvað þá fóru unglingar verst út úr Covid. Þeim finnst bara í lagi að bera hnifa og stinga mann og annan og taka upp ofbeldi og einelti. En borgarmeirihlutinn ætlar að skera þjónustu við þá niður. Eitt öflugasta hópastarf landsins fer fram í félagsmiðstöðvum borgarinnar og sum börn vilja ekki vera heima hjá sér vegna ofbeldis og drykkju. Munar eitthvað um korter, gæti einhver sagt? Já, það gerir það. Korter í ofbeldi er heil eilífið. ■

Verjum heimilisbókhaldið



Krístrún
Frostadóttir
formaður Samfylkingarinnar – jafnaðarflokks Íslands

Samfylkingin vill verja heimilisbókhaldið hjá fólkinu í landinu og á sama tíma vinna gegn verðbólgu með aðhaldi þar sem þenslan er í raun og veru. Þetta er rauði þráðurinn í kjarapakka okkar sem var kynntur í gær og felur í sér afmarkaðar breytingartillögur við fjárlög.

Fyrir hverja stjórnar ríkisstjórnin? Það sést best nú þegar á reynir. Allt aðhald er lagt á almenning. Ríkisstjórn Katrínar Jakobsdóttur hækkar skatta með hækkun krónutölugjalda, sem falla þyngra á fólk eftir því sem það hefur lægri tekjur.

Þetta er pólitik sem fólk með jafnaðartaug getur ekki fallist á. Nú sýnum við að það er hægt að færa aðhaldið af almenningi þangað sem svigrúm er til staðar.

Þrettán milljarðar í kjarabætur

Samfylkingin leggur til kjarabætur til almennings upp á 13 milljarða króna. Við viljum að fallið verði frá gjaldhækkunum ríkisstjórnarinnar en í staðinn hækki fjármagnstekjuskattur úr 22 í 25%, sem fellur nær eingöngu á tekjuhæstu tíund landsmanna.

Boðuð stórsókn í húsnæðismálum er horfin úr fjárlögum en Samfylkingin vill tvöfalda stofnframlög til íbúðaupbyggingar í stað þess að helminga þau árið 2023.

Þá köllum við eftir því að húsnæðisstuðningur til leigjenda og vaxtabætur hækki til samræmis við hækkun húsnæðisverðs og að barnabætur lækki ekki heldur hækki um þrjá milljarða á milli ára.

Mótvægisáðgerðir gegn verðbólgu

Með mótvægisáðgerðum upp á 17 milljarða viljum við vinna gegn verðbólgu. Þær leggjast í engu á almenning en fela í sér aðhald þar sem þenslan er í raun eftir metár í fjármagnstekjum, í stórutgerð og hjá bönkunum. Samfylkingin vill loka „ehf.-gatinu“, leggja álag á veiðigjöld stærstu útgerða og afturkalla lækku bankaskatts að hluta.

Þegar á reynir sést að ríkisstjórnin stjórnar í þágu fátækkra. Jafnaðarfólk vinnur fyrir almenning. ■

JÓLAKRANS STÓR

Ótrúlegt verð

ADÉINS 4.960,- MEÐ VSK.

TILBOÐ á stóra kransinum. 1.984 kr m. vsk.

OPIÐ 9-17 MÁN-LAU

BLÓMAHEILDSALAN
Samasem
GRENSÁSVEGI 22



Kópavogsbær



Hildur Þórðardóttir, verslunarstjóri hjá Rúmföt.is, segir jólin uppáhaldstíma fólksins í búðinni. Þangað koma sífellt inn nýjar vörur. En hún mælir sérstaklega með þriggja laga koddunum. Þriggja laga koddinn er með þykkt dúnlag að ofan og neðan og á milli er lag af smáfíðri til að veita stuðning. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Rúmföt eru jólagjöfin í ár

Jólin eru uppáhaldstími starfsfólksins í Rúmföt.is. Besta jólagjöfin að þeirra mati eru nefnilega dýrindis rúmföt og þar eru þau á heimavelli. Hvað er líka kærleiksríkara en falleg rúmföt handa þeim sem þér þykir vænt um, spyrja þau, og segja fáar jólagjafir eins praktískar. **2**



Dökkblá Magnolia-rúmföt. 600 þráða silkimjúk rúmföt úr áprentuðu satíni.

„Það eru fáar jólagjafir jafn praktiskar og rúmföt úr vönduðu damaski eða himnesku satíni. Margir gleyma nefnilega að kaupa rúmföt handa sér og láta gamla settið duga ár eftir ár. Það er því alveg tilvalið ef þú vilt gleðja ástvin að kaupa handa viðkomandi alvöru gæðarúmföt,“ segir Hildur Þórðardóttir verslunarstjóri hjá Rúmföt.is.

Seljum um allt land

„Vinsælustu rúmfötin hjá okkur eru úr áprentuðu bómullarsatíni og erum við með yfir 100 tegundir fyrir börn og fullorðna. Í fyrra kom til okkar amma á besta aldri sem hafði leyft barnabarninu að sofa upp í hjá sér. Stuttu seinna fékk hún að vita að barnið neitaði að fara að sofa nema fá eins rúmföt og núna er öll fjölskyldan komin með rúmföt frá okkur. Verðið er líka sanngjarnt eða frá 10.900 til 17.800 krónur,“ segir hún.

„Í desember snýst allt um verslunina. Ég man fyrir fyrstu jólin mín hérna í búðinni, þá voru rúmföt það fyrsta sem ég hugsaði um þegar ég vaknaði og það síðasta sem ég hugsaði áður en ég sofnaði. Stundum erum við langt fram eftir að fylla á hillurnar eða ganga frá netpöntunum og helgin í kringum Svarta föstudaginn var sérlega annasöm. Það kom okkur á óvart hvað fólk var duglegt að kaupa silkikoddaver. Þau eru greinilega alltaf að verða vinsælli til jólagjafa og kosta ekki nema 6.900 krónur hjá okkur fyrir 22 momme silki sem er talsvert betra en 19 momme silkið sem margar búðir selja.“

Hildur segir að þau hjá Rúmföt.is séu dugleg að sinna fólki úti á landi í gegnum netverslunina.

„En fólk getur líka hringt og við tökum niður pantanir eins og í gamla daga. Stundum lendir fólk í vandræðum með að panta í gegnum netið eða vill fá aðstoð við að velja eitthvað fallett sem við veitum með glöðu geði. Ég mæli samt alltaf með að fólk kiki á okkur þegar það kemur í bæinn til að finna muninn á 300, 600 og 900 þráða efnunum eða til að klappa 1.400 þráða rúmfötunum sem eru saumuð fyrir okkur á Ítalíu,“ segir Hildur.

Sængur og koddar

Hjá Rúmföt.is er nýkomin í hús stór sending af Black Forest-sængunum.

„Það eru þessar flottu frá Þýskalandi. Það sem mér líkar svo vel við þær, fyrir utan að dúnninn er fyrsta flokks, er ytra byrðið. Nú um daginn kom fólk að skoða sængur en keypti ekki, heldur fór hringinn að skoða hvað aðrar verslanir væru með. Nokkrum tímum seinna komu þau aftur og



Magga saumakona hefur saumað vönduð rúmföt til fjölda ára.

keyptu sængurnar okkar því þær voru með langmýksta ytra byrðið af öllum. Það er líka sérlega fingert og mjúkt og framleiðendurnir setja meira að segja aloe vera í það sem gerir þær enn mýkri og minnkar skríðni. Við vitum hvað viðskiptavinir okkar vilja og veljum alltaf það besta handa þeim. Ódýrasta sængin kostar 55.800 krónur sem er bara djök miðað við gæðin,“ upplýsir Hildur.

„Við eigum enn þá þriggja laga koddana góðu sem ég get hikaust mælt með. Ytra byrðið er einmitt úr sama finlega og mjúka efninu. Þriggja laga þýðir að ofan og neðan á koddanum er þykkt dúnlag og á milli er lag af smáfiðri til að veita stuðning. Þess vegna er koddinn svo þægilegur, auðvelt að móta hann en gefur samt góðan stuðning. Verðið er líka mjög sanngjarnt eða 14.900 krónur sem er sennilega lægsta verðið á landinu fyrir sambærilega vöru.“

Gjafakort og góð orka

Það er góð orka í búðinni á Nýbýlavegi og starfsfólkið leggur sig fram við að veita persónulega og góða þjónustu.

„Vissulega er stundum mikið að gera og margir í búðinni í einu, en allir fá aðstoð við að velja góð rúmföt. Við erum farin að þekkja marga viðskiptavinum sem koma aftur og aftur og ekki endilega alltaf til að versla. Stundum bara til að skoða nýju vörurnar sem voru að koma í hús,“ segir Hildur.

„Einu sinni vann ég í Harrods og fór alltaf í hádeginu upp í deildina með bollastellunum, bara til að dást að herlegheitunum og kannski velja mér eitt í huganum. Sum stellin voru gulli slegin og dásamlega skreytt. Svo ég skil fólk mætavel sem kemur bara til að skoða og láta sig dreyma um eitthvað fallett í jólagjöf. Ef fólk verður síðan alveg ruglað á öllu úrvalinu þá erum við með gjafakort í öskjum sem hægt er að kaupa fyrir hvaða upphæð sem er.“ ■



Himnesk damaskrúmföt frá Curt Bauer. MYNDIR/ÆSENDAR



Falleg koddaver úr 300 þráða þýsku damaski.



300 þráða damaskið heldur sér vel eftir marga þvotta.



Venezia, 600 þráða damask-rúmföt.

Bílablaðið

7. DESEMBER 2022

Tekur flest með trukki

Stórir pallbílar hafa löngum heillað landann og flestir verið dísilknúnir hingað til. Ný kynslóð Toyota Tundra er komin til landsins með nýrri V6 bensínvél með tveimur forþjöppum. Bílablaðið prófaði fyrsta bílinn sem skráður er í Evrópu. **4**



MYND/TRYGGVI ÞORMÓÐSSON



VW hefur tilkynnt um andlitslyftingu á ID.3 rafbílnum og sent frá sér myndir af því tilefni. **2**



Búið er að tilkynna hvaða sjö bílar keppa um hinn eftirsóknarverða titil Bíl ársins í Evrópu. **5**



Þróun vetnisbíla hefur tekið kipp að undanfögnu og nýjasta viðbótin er Toyota Hilux. **6**

EXIDE
TECHNOLOGIES



Öruggt start með Exide rafgeymum



Endingargóðir og sterkbyggðir rafgeymar fyrir flestar gerðir bifreiða. Veldu þaulreynda vöru frá gæðaframleiðanda.

Ráðgjafar Olís veita allar nánari upplýsingar í síma 515 1100 eða pontun@olis.is.

olís



BYD selur bæði rafbílum og bíla með bruna-hreyflum og hefur nú hafið innreið á bíla-markaðinn í Evrópu.

BYD orðið mest selda merkið í Kína

njall@frettabladid.is

Stærsti markaður nýrra bíla í heiminum er í Kína og því er athyglisvert að skoða þróun bíla-sölu þar í samhengi við framtíðar-sölu bíla í öðrum heimshlutum. Hingað til hafa önnur merki en kínversk verið stór á þessum markaði og Volkswagen þeirra stærst, en einnig merki eins og Toyota og Tesla.

Í nóvember hafði BYD, sem er aðeins 20 ára gamalt kínverskt merki, selt 152.863 bíla sem er 83% aukning í sölu merkisins milli ára. Sala Volkswagen var 143.602 bílar

» **Sala Volkswagen var 143.602 bílar á sama tíma sem er 0,5% meira en hjá Toyota.**

á sama tíma sem er 0,5% meira en hjá Toyota. Ef tekið er tillit til allra merkja VW Group sem einnig seldi 36.847 Audi-bíla í Kína, nær samsteypa þó að halda forystunni. Sala á Tesla-bílum hefur einnig tvöfaldast milli ára í Kína, en nýlega lækkaði Tesla verð á bílum sínum þar í landi. ■



Uppfærsluna þarf aðallega að framkvæma í Model Y en einnig Model 3.

Tesla uppfærir bíla vegna afturljósa

njall@frettabladid.is

Að sögn markaðsyrivalda í Kína eru 142.277 Model 3 og 292.855 Model Y sem verða uppfærðir. Svipuð uppfærsla fór fram í síðasta mánuði í Bandaríkjunum þar sem 321.000 bílar voru uppfærðir vegna sama vandamáls. Búast má við að einhverjir bílar hérna á Íslandi fái þessa uppfærslu, en ekkert svar hefur borist frá Tesla þrátt fyrir fyrirspurn þess efnis.

Tesla framkvæmdi aðra uppfærslu fyrir tveimur vikum vegna 80.000 Model 3, S og X sem einnig

» **Sú uppfærsla var vegna galla í hugbúnaði tengdum rafhlöðu bílsins og sætis-belta.**

voru framleiddir í Kína. Sú uppfærsla var vegna galla í hugbúnaði tengdum rafhlöðu bílsins og sætis-belta. Í sumum tilfellum bað Tesla eigendur að koma með bíla sína til þjónustuverkstæðis. Alls hafa um 660.000 Tesla-bílar verið framleiddir í Kína frá 2021. ■



Framendi nýs VW ID.3 verður talsvert breyttur með stærri loftinn-tökum og nýju formi á húddi.

VW ID.3 fær andlitslyftingu

Volkswagen ID.3 hefur nú verið þrjú ár á markaði og tími til kominn á andlitslyftingu. Volkswagen lét frá sér myndir í síðustu viku sem gefa okkur innsýn í hvers er að vænta.

njall@frettabladid.is

Von er á bílnum á markað strax næsta vor en hann mun fá endurhannað útlit ásamt nýjum tækni-

búnaði. Breytt hönnun verður á framenda með stærri loftinn-tökum til hliðanna ásamt nýrri hönnun framljósa og húdds. Von er á nýjum gerðum álfelga en aftur-endi verður minna breyttur fyrir utan stuðara.

Innréttingin verður ný af nálinni og með betra efnisval, ásamt tæknibúnaði sem inniheldur næstu kynslóð hugbúnaðar. Miðjuskjárin mun stækka í 12 tommur og verður með nýjum

stjórnþúnaði. Að sögn Volkswagen á stjórnþúnaðurinn að vera einfaldari í notkun en sá sem hann leysir af hólmi. Hægt verður að fá bílinn með aukabúnaði eins og búnaði sem leggur bílnum sjálfur í stæði, eins og sést hefur í ID.5-bílnum. Einnig er von á nýjum framrúðuskjá. Bíllinn verður framleiddur í þremur verksmiðjum í Þýskalandi og mun koma í fimm útfærslum, Life, Business, Style, Max og Tour. ■



Tölvugerða myndin sýnir að bíllinn verður áfram með hástæðum ljósum og afturhallandi afturenda. MYND/AVARVARII

Ford Puma-rafbíll árið 2024

Nú þegar Ford hefur sett Fiesta-smábílinn út af sakra-mentinu mun ný, rafdrifin Puma taka við hlutverkinu sem minnsti bíll Ford. Bíllinn er hluti áætlunum Ford um að koma með þrjá nýja rafdrifna jepplinga og fjóra sendibíla á næstu árum.

njall@frettabladid.is

Tímaritið Auto Express hafði það eftir Tim Slatter, sem er forstjóri

» **Þeir munu fá MEB-undirvagn Volkswagen hins vegar.**

Ford í Bretlandi, að nýi bíllinn fengi nýjan undirvagn sem deilt verður með Ford Transit Courier. Ford hefur þegar sent frá sér skugga-myndir af nýja bílnum en með greininni fylgir tölvugerð mynd sem sýnir hvernig bíllinn muni koma til með að líta út. Ekki verða

miklar breytingar á útliti þó að sjá megi lokað grill og ný díóðuljós til að mynda.

Bíllinn verður smíðaður í verk-smiðju Ford í Craiova í Rúmeníu, en aðrir rafjepplingar Ford verða hins vegar smíðaðir í Köln. Þeir munu fá MEB-undirvagn Volkswagen hins vegar. Ekki hafa verið gefnar upp neinar upplýsingar um stærð rafhlöðu eða drægi fyrir nýjan Ford Puma, en hann mun þurfa að keppa við bíla eins og Opel Mokka og Kia Soul. ■

ERT ÞÚ EKKI NÓGU HARDUR?

Man Power er hannað fyrir karlmenn sem vilja **auka orku** og **úthald** í **rúminu**.
Man Power inniheldur gingseng ásamt amínósýrum sem hafa jákvæð áhrif á þessa þætti.



Man Power fæst í Fjarðarkaup, Hagkaup og apótekum.

BÚÐU ÞIG UNDIR VETURINN

með vörum frá
BílaNaust



Skoðaðu úrvalið inná
bilanaust.is og í verslunum
okkar um allt land



BílaNaust

STÓRVERSLUN
BÍLDHÖFÐA 12
110 REYKJAVÍK
S. 535 9000

STÓRVERSLUN
BÆJARHRAUNI 12
220 HAFNARFIRÐI
S. 555 4800

Hafnargata 52
260 Reykjanesbæ
S. 421 7510

Hrísmýri 7
800 Selfossi
S. 482 4200

Furuvöllum 15
600 Akureyri
S. 535 9085

Sólvangi 5
700 Egilsstöðum
S. 471 1244

www.bilanaust.is



Njáll
Gunnlaugsson
njall
@frettabladid.is

Reynsluakstur

Toyota Tundra CrewMax

KOSTIR

- Bakkmyndavél.
- Fjöðrun.

GALLAR

- Burðargeta á palli.
- Aðeins bensínvél.

Grunnverð: 18.000.000 kr.
Hestöfl: 437
Tog: 790 Newtonmetrar
Hröðun 0-100 km: 6,3 sek.

Eyðsla á 100 km: 12,4 l
Hámarkshraði: 175 km/klst.
Eigin þyngd: 2.765 kg
Dráttargeta: 5.450 kg

L/B/H: 5.933/2.073/1.981 mm
Pallur: 1.666/1.490/530 mm
Hjólhaf: 3.700 mm



Þrátt fyrir að Tundra taki sitt pláss á veginum er hann léttur í öllum akstri. MYNDIR/TRYGGVI ÞORMÓÐSSON

Tekur flest með trukki

Það er ekki á hverjum degi sem það býðst að prófa pallbíl af stærri gerðinni, og var því tekið með þökkum þegar símtal barst frá Inga á Bílasölu Íslands með boði um að prófa Toyota Tundra.

Um nýjustu kynslóð bilsins er að ræða og í raun fyrsta slíka bílinn sem skráður er í Evrópu. Tundra kom fyrst á markað árið 2007 og er þessi bíll önnur kynslóð hans, þótt uppfærsla hafi komið árið 2014.

Ný Toyota Tundra kemur á sama TNGA GA-F undirvagni og nýr Land Cruiser. Óhætt er að segja að Tundra sé jafnvígur á mól og malbiki. Þrátt fyrir stærð sína er hann lipur og léttur í akstri og það sem mest um munar, er að hann er mýkri á fjöðrun en maður hefði búist við fyrir fram. Það er vegna þess að Toyota valdi að nota fimm liða gormafjöðrun að aftan og staðsetti hana flatar svo að billinn er í senn stöðugur og sterkur þegar þarf að draga þungan farm. Að framan er tvöföld klafafjöðrun sem minnir frekar á sportbíl og fær bilinn til að liggja vel á vegi og koma í veg fyrir að það sé mikið um boddívelt. Loks er stýrisgangur endurhannaður svo að stýrið gefur góða tilfinningu fyrir akstri í þessum stóra og þunga bíl. Athygli vekur líka hversu billinn er hljóðlátur þrátt fyrir stærð og dekk sem eru næstum því 30 sentimetra breið.

Í fyrri kynslóð var notast við V8-vél en hún er nú horfin á braut. Þess í stað er komin 3,5 lítra V6-bensínvél með tveimur forþjöppum. Þústgreinarnar eru vatnskældar til að auka virkni forþjappanna. Vélin er pörðu við 10 þrepa sjálfskiptingu en hægt er að fá bilinn með rafmótor á milli vélar og skiptingar sem gerir þann bíl í raun að tvinnbíl. Samtals skilar sú útgáfa 437 hestöflum og 790 Nm togi en billinn sem við höfðum til reynslu var án rafbúnaðar og skilar 395 hestöflum. Það munar um að hafa tíu þrepa sjálfskiptingu í stað

Ný Toyota Tundra er á fimm liða gormafjöðrun að aftan en að framan er tvöföld klafafjöðrun sem fær bilinn til að liggja vel á vegi og koma í veg fyrir að mikið sé um boddívelt.

gömlu sex þrepa skiptingarinnar. Skiptingar eru átakalausar og mjúkar og maður finnur varla fyrir þeim. Það er mjög auðvelt að keyra þennan bíl á lágum snúningi og hann líður í gegnum flest á þægilegum fimmtán hundruð til tvö þúsund snúningum. Efstigið er fastar er maður fljótur að finna fyrir aflinu. Eldri gerð Tundra var oft gagnrýnd fyrir að hafa ekki læsingu á afturdrifinu en hér kemur það sem staðalbúnaður.

Innandyra er um alveg nýjan bíl að ræða. Í miðjustokki er risastór 14 tommu upplýsingaskjár sem er mjög þægilegur í notkun. Þegar sett er í bakkgrís sést myndin á öllum skjánum sem er sérlega þægilegt á stórum bíl sem þessum. Leiðsögukerfið er í gegnum Google og þráðlaust Apple CarPlay eða Android Auto er staðalbúnaður. Skjárin fyrir framan ökumann er 12,3 tommur og sýnir allt mjög vel. Loks er billinn vel búinn öryggisbúnaði eins og áreksstrarvörn, radarstýrdum skriðstilli, blindhornsadvörn, sjálfvirkum háum geisla og umferðarmerkjaesara. Millistokkurinn er á breidd við meðal manneskju og inniheldur tvö stór hólfi og ef það er ekki nóg, er fjöldi annarra hólfa um allan bilinn. Í framhurðum eru tvö hliðarhólfi, og við farsímahleðsluna er stór bakki. Staðsetning fyrir þráðlausa farsímahleðslu er þannig fyrirkomið að maður sér auðveldlega á símaskjánn sem er til hægðarauka. Óhætt er að



Rúmgóður pallurinn ber allt að 880 kíló en flestir keppinautar bæta um betur.



Aðalkosturinn við nýja innréttingu er 14 tommu margmiðlunarskjárin.

segja að það er nóg pláss fyrir alla fimm farþega og fótapláss aftur í er með því besta sem ég hef séð. Loks er pallurinn næstum 1,7 metrar á lengd og ber 880 kíló sem er kannski ekki alveg eins mikið og hjá keppinautunum, en nóg í flestum tilvikum. Loks er fjarstýrð opnun á afturhlera til frekari þæginda.



V6-vélin er þýðgeng en samt öflug þar sem tvær forþjöppur sjá um að auka afköstin.

Meðal helstu keppinauta Toyota Tundra eru Ford F-150, Chevrolet Silverado 1500 og GMC Sierra Denali svo eitthvað sé nefnt. Ford F-150 er seldur hjá Brimborg en aðeins í gegnum sérþöntun og því liggur verð ekki fyrir. Hinir tveir hafa ekki umboð hérlandis enda var sölu á Chevrolet-bílum til Evrópu hætt árið 2016. Eru þá bílarnir

pantaðir, gjarnan aðeins notaðir í gegnum bílasölu. Sama átti við um prófunarbílinn, sem var reyndar aðeins ekin um 4.000 kílómetra. Toyota Tundra er ekki á verðlista hjá Toyota á Íslandi, frekar en nýjasta útgáfa Land Cruiser en hjá Bílasölu Íslands kostar hann frá 18 milljónum hingað kominn. ■

Sjö bílar í úrslit Bíls ársins í Evrópu

Dómnefnd Bíls ársins í Evrópu fyrir árið 2023 hefur tilkynnt um þá sjö bíla sem eru í lokavalinu, en athygli vekur að fimm þeirra eru 100% rafdrifnir.

njall@frettabladid.is



Renault Austral er arftaki Kadjar og eini billinn í valinu sem er ekki boðinn sem rafbíll eða tengiltvinn-bíll, en hann kemur í tveimur tvinn-útfærslum. Mildari tvinnútgáfan er með 160 hestafla, 1,3 lítra vél en 48 volta tvinnútfærslan verður með 200 hestafla, 1,2 lítra vél með forþjöppu. Renault Austral er væntanlegur til BL í apríl á næsta ári.

Bílarnir í úrslitum eru Jeep Avenger, Nissan Ariya, Renault Austral, Volkswagen ID.Buzz, Kia Niro, Peugeot 408 og Subaru Solterra/Toyota bZ4X. Tilkynnt verður um hver hlýtur hnosið á Bílasýningunni í Brussel þann 13. janúar næstkomandi. Bílarnir sjö voru valdir úr hópi 27 bíla en upphaflega voru 45 bílar í valinu. ■



Jeep Avenger var kynntur á Bíla-sýningunni í París núna í haust og er fyrsti rafbíll merkisins. Hann kemur líka fyrst á markað í Evrópu á undan Bandaríkjunum en verður svo fánlegur með brunahreyfli á seinni stigum. Drægið í þessum jepplingi er um 400 km. Áætlað er að fyrstu eintökin komi til landsins í maí á næsta ári.



Peugeot 408 var frumsýndur í sumar en hann var sjö ár í þróun áður en hann leit dagsins ljós. Hann er náskyldur 308-bílnum og verður í sömu útfærslum og hann en tengiltvinnútgáfan verður með 1,6 lítra bensínvél og mun skila 225 hestöflum. Billinn mun aðeins koma hingað í 100% rafbílaútgáfu.



Nissan Ariya var frumsýndur á Bíla-sýningunni í Los Angeles í fyrra en hann kemur á svokölluðum „hjólábretta“-undirvagni sem er nýr af nálinni og kallast CMF-EV. Stærri rafhlaða bilsins er 87 kWst og drægið allt að 530 km. Billinn er kominn í sýningarsal BL en verð liggur ekki fyrir. Einnig er von á að bið verði á afhendingum talsvert fram á næsta ár.



Volkswagen ID.Buzz stendur sér á parti í valinu fyrir að vera eini billinn sem er ekki með jepplingsformi. Hann var frumsýndur í endanlegri útgáfu sinni á Bíla-sýningunni í New York í apríl og hefur verið kynntur hérlandis. Hann kemur í fimm manna útfærslu og sem sendibíll til að byrja með og kostar frá 8.490.000 kr.



Ný kynslóð Kia Niro var frumsýnd í sumar og er hann fánlegur í senn sem tvinnbíll, tengiltvinnbíll og rafmagnsbíll. Rafdrifin útgáfa Kia Niro kostar frá 6.290.777 kr. en hann er með 64 kWst rafhlöðu.



Subaru Solterra og Toyota bZ4X eru að langmestu leyti sami billinn og því eru þeir í úrslitum saman. Hægt er að fá fjórhjóladrifna útgáfu en Subaru sá um að þróa fjórhjóladrifið. Subaru billinn er kominn í BL og fyrstu eintök bZ4X eru nú til afhendingar þótt billinn verði líklega ekki frumsýndur hérlandis fyrr en snemma á næsta ári.



Frá blaðamannaprófunum á VW ID.Buzz í Danmörku í sumar.
MYND/NJALL GUNNLAUGSSON

ID.Buzz er bíll ársins í Danmörku

njall@frettabladid.is

Danskir bílablaðamenn hafa oft verið naskir á að velja sama bíl sem Bíl ársins þar í landi og þann sem er valinn Bíll ársins í Evrópu skömmu síðar. Hvort það verður raunin skal ósagt látið en að þessu sinni var það VW ID.Buzz sem vann með einu stigi, en næstur í röðinni kom MG4 rafbíllinn. Þetta er fimmta árið í röð sem 100% rafbíll vinnur, en í fyrra var það Hyundai Ioniq 5, VW ID.3 árið 2020 og Tesla Model 3 árið 2019.

VW ID.Buzz fékk lof fyrir stíl, rými og hversu fjölnota hann er. Einnig var honum hrósað fyrir aksturseiginleika og öryggi. Billinn kemur með sömu 75 kWst rafhlöðu og ID.4 sem gefur honum 415 km drægi, en von er á 100 kWst rafhlöðu áður en langt um liður. VW ID.Buzz er einn af úrslitabílunum í Bíl ársins í Evrópu, en tilkynnt verður um úrslit í því vali þann 13. janúar. ■

» Volkswagen ID. Buzz fékk lof fyrir stíl, rými og fjölnotamöguleika en einnig fyrir aksturseigineika og öryggisbúnað.

1. VW ID.Buzz, 119 stig.
2. MG4, 118 stig.
3. Renault Megane E-Tech, 89 stig.
4. Nissan Ariya, 86 stig.
5. BMW i4, 66 stig.
6. Toyota bZ4X, 65 stig.
7. Toyota Aygo X, 57 stig.

MICKEY THOMPSON

M/T

TIRES & WHEELS

JEPPADEKKIN SEM DRÍFA

PRO XS

BAJA BOSS A/T

BAJA BOSS M/T

BAJA CLAW TTC

43"- 58"

35"- 37"

35"- 40"

54"

KLÁR Í VETRARFÆRÐINA?

lcetrack ehf

773-4334

www.mtdekk.is

mtdekk@mtdekk.is

Vænni Tjöruhreinsir

Svansvottaður og
umhverfisvænni
tjöruhreinsir.

Framleiddur á
Íslandi úr lífrænum
úrgangsefnum.

Fyrir ökutæki, vinnuvélar og annað slitsterkt yfirborð.



Fæst aðeins í verslunum Skeljungs, verslun.skeljungur.is eða Skútuvogi 1, 104 Reykjavík.



EuroNCAP mun kanna virkni árekstrarvara bíla gagnvart mótorhjólum.

EuroNCAP mun bráðum taka tillit til mótorhjóla

njall@frettabladid.is

EuroNCAP hefur gefið út sýn stofnunarinnar á umferðaröryggi til 2030 og þar er margt nýtt að sjá, eins og það að frekara tillit verður tekið til öryggi mótorhjólafólks. Meðal þess sem á að innleiða er að meta hvernig bílar „sjá“ mótorhjól þegar notast er við árekstrarvarnir og sjálfkeyribúnað. Fyrir lok áratugarins verður komið árekstrarpróf sem mun prófa slíka hluti segir EuroNCAP. Einnig verður leitað leiða til að prófa V“V-búnað, en það er búnaður sem mun koma með tilkomu 5G farsímakerfisins og getur séð alla bíla með slíkum búnaði, jafnvel þó að þeir séu ekki sýnilegir bílstjóranum. Mun slíkur búnaður hafa mikil áhrif á öryggi mótorhjóla, að mati FEMA sem eru Evrópusamtök mótorhjólafólks. ■



Honda Transalp hjólið er með akstursstillingar bæði fyrir mól og malbik.

Honda frumsýnir ný hjól á EICMA

njall@frettabladid.is

EICMA-mótorhjólasýningin var haldin fyrri hluta nóvembermánaðar og líkt og aðrir framleiðendur notaði Honda tækifærið til að frumsýna nýjar gerðir mótorhjóla. Það hjól sem mest var beðið eftir var án efa XL750 Transalp ferðahjólið, en fyrsta útgáfa þess kom á markað árið 1987. Hjólið mun keppa við ferðahjól í svipuðum stærðarflokki frá BMW, KTM og Yamaha og notar sömu tveggja strokka vél og Honda Hornet, en hún skilar 90 hestöflum. Um vel búið hjól er að ræða með spólvörn, fjölda akstursstillinga ásamt TFT-litaskjá í mælaborði. Honda kynnti 1100 rúmsentimetra útgáfu Rebel-hjólsins í fyrra en það kemur nú í sérstakri Touring-útgáfu. Grunnur hjólsins er óbreyttur en að framan kemur hálf vindkúpa og sett af hörðum töskum að aftan. Eins og áður verður hjólið einnig fánlegt með DCT sjálfskiptingu. Annað hjól sem Honda frumsýndi í Milánó var CL500 sem byggir talsvert á Rebel 500 en er meira götuhjól. ■

Honda Rebel 1100 kemur nú í sérstakri Touring-útgáfu sem er búið vindkúpu og töskum.

Suzuki með tvö tromp á EICMA

njall@frettabladid.is

Talsvert hefur verið beðið eftir nýrri útgáfu V-Strom hjólsins sem kom í formi 800 DE en það kemur meðal annars á 21 tommu teinafelgu að framan til að ráða betur við torfærur. Fjöðrunin kemur frá Showa og er með 220 mm fjöðrunargetu að framan en veghæð hjólsins er einnig 220 mm. Vélin er 776 rúmsentimetrar og er með 270 gráðu sveifarás líkt og

vélin í Honda Transalp-hjólinu. Hjólið fær tölvubúnaðinn úr 1050 hjólinu ásamt akstursstillingum en deilir til dæmis nýja fimm tommu TFT-litaskjánum með nýja GSX-8S hjólinu. Það hjól er nýtt nakið götuhjól frá merkinu en þótt vélin sé sú sama er það með meira mótvægi í sveifarási til að minnka titring frá mótör. Vélin skilar 82 hestöflum og 78 Nm togi en henni er komið fyrir í stálgrind með fjöðrun frá KYB. ■



Sætið á nýja V-Strom hjólinu er mjórri en stýrið breiðara.



Suzuki GSX-8S kemur meðal annars í þessum perlubláa lit.



www.krokur.net
522 4600

Taktu Krók á leiðarenda

Krókur er fyrirtæki sem að hefur sérhæft sig í flutningum og björgun ökutækja. Félagið rekur einnig þjónustumiðstöð fyrir tjónaökutæki þar sem veitt er ahliða þjónusta í meðhöndlun tjónabifreiða og annarra bifreiða samkvæmt óskum viðskiptavina.

Krókur býður m.a. uppá:

- Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum



KRÓKUR
á þinni leið

Vesturhraun 5 210 Garðabær

Viðkvæmir liðir heyra nú sögunni til

Sigríður hefur fundið mikinn mun á sér eftir að hún byrjaði að taka inn Liði frá Protis. Morgunbrakið í ökkluunum og viðkvæmir liðir heyra nú sögunni til og hún getur að eigin sögn „djöflast eins og henni sýnist“.

„Ég byrjaði að taka inn kollagen því ég var komin á aldur og langaði til að prófa það. Ég er að verða sextug og var farin að finna fyrir liðunum og svo er ég með undirliggjandi rauða úlfa, sem er sjálfsöfnæmissjúkdómur,“ segir Sigríður Svava Þorsteinsdóttir sem starfar sem lífeindafræðingur á Landspítalanum. „Ég hef stundað íþróttir af kappi alla mína ævi og haldið mér í góðu formi. Ég hreyfi mig daglega og þar sem ég er í vaktavinnu og starf mitt er líkamlega erfitt þá er það mikilvægt fyrir mig að vera í formi,“ segir hún.

Hafði engu að tapa

„Stirðleikinn kemur með aldrinum og þegar ég stóð upp úr rúminu á morgnana brakaði heil ósköp í helstu þyngdarpunktum neðst í ökkluunum. Ég fann líka fyrir töluverðum sársauka við brakið. Nú er ég ekki þung og held mér í nokkuð góðu formi. Ástæðan fyrir brakinu og liðaverkjunum er því aðallega slit sem gerist þegar maður hefur verið mikið í hreyfingu. Ég stundaði langhlaup í mörg ár en geri það ekki lengur.

Í dag er ég meira í þolþjálfun á þrektækjum í ræktinni. Mig vantaði eitthvað til að styðja betur við líkamann og kollagen er nú eitthvað sem þú færð ekkert allt



of mikið af úr fæðunni. Ég hef lesið mér til um kollagen og sem lífeindafræðingur þá hef ég smá þekkingu á þessu og veit að það getur haft góð áhrif. Ég hafði því í raun engu að tapa.“

Hylkin henta henni

Sigríður hefur nú tekið Protis Liði í ár en formúlan er mjög rik af kollageni. „Ég fann mikinn mun á mér eftir um tvo til þrjá mánuði af inntöku. Fyrst byrjaði ég á því að taka inn kollagen frá öðru fyrirtæki sem kom í duftformi. En mér líkaði ekki lyktin af því, svo mér datt í hug að prófa Liði frá Protis.

Ég hafði séð þetta í búðum og það heillaði mig að bætiefnið væri íslensk framleiðsla og að það kæmi úr sjónum við strendur Íslands. Mér finnst gaman að prófa ýmsar húðvörur og fleira sem er framleitt

hér á Íslandi, og svo skemmir ekki fyrir að þetta eru flottar umbúðir.

Ég tek fjórar töflur á dag af Protis Liðum og tek það með mér hvert sem ég fer. Þar sem það kemur í hylkjaformi er engin lykt af því sem truflar mig. Í dag finn ég ekki lengur fyrir neinum liðaverkjum í líkamanum og brakið er horfið, sem sýnir að Protis Liðir virka. Ég vil geta hreyft mig og djöflast eins og mér sýnist og þetta smyr vélina. Ég finn líka að hárið er heilbrigðara og ég er farin að safna hári núna á eldri árum, en það er þekkt að kollagen hafi góð áhrif á húð, hár og neglur.“

Er ekki vítamínfrik

„Ég þekki sjálfa mig og veit að ég endist ekki í því að taka inn fæðubótarefni sem mér líkar ekki og hefur ekki áhrif. Ég hef til

dæmis reynt að taka inn lýsi en gefst alltaf upp á því vegna þess að mér líkar ekki hvernig bragðið af því kemur sífellt upp aftur yfir daginn. Ég er ánægð með Protis Liði enda virkar það fyrir mig. Ég er ekki mikið vítamínfrik og ef Protis Liðir virkuðu ekki fyrir mig þá væri ég einfaldlega ekki að taka það.“

Undraefni fyrir liði, brjósks og bein

Protis Liðir er kollagenrík blanda sem kalla má undraefni fyrir liði, brjósks og bein. Það sem gerir vöruna einstaka er innihaldsefnið sæbjúgnaextrakt sem er unnið úr skráp villtra sæbjúgna sem eru veidd í hafinu við Ísland. Formúlan er sérþróuð sem stuðningur við þá sem vilja bæta heilsu liða, brjósks og beina.

Vítamín bæta virknina

Protis Liðir er með viðbættu C-vítamíni sem hvetur eðlilega myndun kollagens í brjósks, D-vítamíni sem er mikilvægt fyrir heilbrigði beina þar sem það stuðlar að frásogi kalks úr meltingarvegi, og mangani sem er nauðsynlegt við myndun á brjósks og liðvökva. Túrmerik er svo ákaflega ríkt af jurtanæringarefninu curcumin.

Þessi einstaka vara er í uppáhaldi hjá mörgum viðskiptavinum en hún er byggð á íslensku hugviti og er afkrstur áralangra rannsókna og þróunarvinnu á efnum sem kallast IceProtein®. ■

Protis Liðir fæst í flestum matvöruverslunum, apótekum og Heilsuhúsinu. Þess má geta að nú eru bætiefnin frá Protis komin í nýjar og glæsilegar umbúðir.



Njóttu þín á aðventunni

Nú er aðventan gengin í garð með öllum sínum smákökum, jólaglöggi, hamborgarhrygg og konfekt, jólaundirbúningi og jólaவிடபுரம்.

brynhildur@frettabladid.is

Vissulega er gaman að sleppa fram af sér beislinu og demba sér á kaf í allt sem þessi dásamlegi árstími býður upp á en það getur skapað ójafnvægi og komið í veg fyrir að við náum að njóta til fullnustu. Til að fá sem mest út úr jólnum í mat og drykk er gott að huga að jafnvæginu. Hér koma nokkur góð ráð.

Vökvæði þig

Já, þú ert viðkvæmt jólablóm og þarft að fá nægan vökva. Í skammdeginu eigum við til að gleyma að drekka vatn og í raun drekka allt of lítið. Vertu með vatnsbrúsann við höndina eða ef það er of mikil skuldbinding drekktu þá tvö stór vatnsglós þegar þú vaknar á morgnana.

Ekki gleyma trefjunum

Jólamaturinn er ljúfur og bragðgóður en það er ekki alltaf trefjum fyrir að fara. Ef meltingin er ekki góð njótum við ekki matarins, það segir sig sjálft. Með því að borða gróft brauð, ávexti og hafragraut búum við til pláss í maganum fyrir smákökur, konfekt og frómas.

Grænmeti og ávextir

Ávextir og grænmeti eru svo mikilvæg á þessum árstíma að þau fá sér lið á þessum heilsuráðalista. Mandarína, epli, blómkál eða gulrót getur reynst allra meina bót fyrir og eftir jólahlaðborðið,



bætir, hressir, kætir – og gott fyrir meltinguna.

Hreyfðu þig

Jólastressinu tekst furðulega oft að taka yfir tímann sem við leyfum okkur í ræktinni. Og svo er stundum svo erfitt að hafa sig af stað í drunganum í desember. En hreyfing er gríðarlega mikilvæg fyrir líkama og ekki síður fyrir sálina.

Kraftganga milli verslana í

Kringlunni og innkaupapokalyftingar eru vissulega betra en ekkert en rösk ganga úti í náttúrunni eða góður sveittur tími í líkamsræktarstöð eða dansstúdíói er samt best.

Róaðu þig

Streita rænir okkur ótrúlega miklum lífsgæðum og kemur í veg fyrir að við njótum þess sem er að gerast í núinu. Farðu í jóga, hugleiddu, hlustaðu á

Margs má njóta um jólin og mikilvægt að týna sér ekki í streitu og asa.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

góða hljóðbók, gerðu teygjur í stofunni, gefðu þér smátíma þar sem þú leyfir þér að hugsa bókstaflega ekki um neitt. Jólastressið verður mun meðfærilega ef það fær smáfrí öðru hvoru.

Fitaðu þig

Já, þú last rétt. Góðar fitur eru gulli betri þegar kemur að því að halda meltingunni í lagi og líkamsstarfsemiinni þar með. Þær færðu úr feitum fiski eins og laxi og síld, avókadó og góðum olíum eins og ólífíuolíu sem til dæmis má hella yfir salat (sjá lið 3).

Njóttu þín!

Já, það er kannski það allra mikilvægasta. Staldrðu við og njóttu smákökunnar í munnum og kakósins í bollanum, ekki svolgra allan jólabjórinn í einu svo þú getir strax fengið þér annan, leyfðu tónlistinni að töfra þig á jólatónleikunum frekar en að gera innkaupalista í huganum, ekki drífa föndurstundina með börnunum af svo þú getir farið að þrifa, leyfðu þér að faðma vini þína extra lengi á jólahittingnum frekar en að hlaupa út svo þú náir í búðina fyrir lokun.

Desember getur verið besti og líka verstí tími ársins og þú átt valið! Gleðilega aðventu. ■



Hollur matur getur verið mjög jólalegur, bæði að lit og lögun.

Bílar & Farartæki



Nissan Leaf Tekna 40 kWh. 2/2022
ekinn aðeins 4.500 km. Flottasta
typa með leður og rússkinssætum
og öllum fánlegu aukabúnaði.
Evrópu bíll í ábyrgð. Eini 2022
bíllinn til sölu á landinu í dag! Verð
4.980.000,-

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

Bílar óskast

**VILTU LOSNA VIÐ GAMLA
BÍLINN ?**

Kaupum bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu
sms og við höfum samband

Þjónusta

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald



Nudd

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

Rafvirkjun

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

Keypt & Selt

Til sölu



Isensk framleiðsla fyrir íslenskt veðurfar
Vandaðir krossar á leiði!
3ja ára
Skemmuvegi 34 - 200 Kóp. Sími 554 0661

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

**Ábendingahnappinn má
finna á www.barnaheill.is**



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



**Kassagítarar
á tilboði**

Gítarar og
hljómborð
í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

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



**GEFÐU
HÆNU**
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf
kirkjunnar

Útboð



Rangárþing eystra

ÚTBOÐ
Rangárþing eystra óskar eftir tilboðum í :
„Gatnagerð – Leikskólagata“

Verkið felur í sér gatnagerð í „Leikskólagötu“ á Hvolsvelli.
Verktaki skal jarðvegsskipta götustæði samkvæmt ken-
nisniðum, leggja styrktarlag og sjá um yfirborðsfrágang.
Verktaki skal einnig leggja fráveitu, vatnsveitu, hitaveitu og
ýmist leggja eða aðstoða við lagningu annarra veitulagna.
Einnig skal verktaki sjá um uppsetningu ljósastaura.

Helstu magntölur eru:	
Gröftur	4000 m³
Styrktarlag og fylling í lagnaskurði	3300 m³
Fráveitulagnir	250 m
Ljósastaurar	14 stk
Hitaveitulagnir	250 m
Malbik	3400 m2
Grasþakning	550 m2

Verkinu skal að fullu lokið 1. júní 2023.

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með
fimmtudeginum 7. desember 2022. Þeir sem hyggjast gera
tilboð í verkið skulu hafa samband við undirritaðan með
tölvupósti á netfangið ulfar@hvolsvollur.is og gefa upp nafn,
heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin
send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila til á skrifstofu Rangárþings eystra,
Austurvegi 4, 860 Hvolsvöllur fyrir kl. 11.00 fimmtudaginn 22.
desember 2022 og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim
bjóðendum sem þess óska.

Guðmundur Úlfar Gíslason
Skipulags- og byggingarfulltrúi
Rangárþings eystra

Til sölu



VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is



geiri
www.geiriahf.is



Aristarco
Hood uppvottavél WH720
Stærðir BxDxH: 76,0 x 79,0 x 149 x 196
cm
Stærð á körfu 50 x 50 cm
Rafeindastýring
Innbyggður tilbúinn vatnstankur
Sjálfvirkur skammtari fyrir þvottaefni og
gljóa - Heit skolon
Vatnsmagn 18 ltr - Hurðaoþ 30,5 cm
Sjálfvirk start/Stoppið í loki

760
442
1969

Aristarco Undirborðs
uppvottavél AF50.35
DP DDE V400
Ytra mál:
BxDxH: 57,2 x 63,0 x
81,4
Stærð á körfu 45 x 45
cm
Tveir þvottaspaðar
efst og neðst
Innbyggður skammtari
fyrir gljóa - Heit skolon
Vatnsmagn 18 ltr



VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is



geiri
www.geiriahf.is

STÓRELDHÚS
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPFITTINGS



www.verslun.is

Sýningarsalur - Draghálsi 4 - 110 Reykjavík - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is

Tækk: 5792 #

job
Finnum draumastarfið saman



Erum við
að leita að þér?

Merkisatburðir

- 43 f.kr.** Kíkeró er tekinn af lífi.
- 1431** Hinrik 6. Englandskonungur er krýndur konungur Frakklands í París.
- 1787** Delaware verður fyrsta fylki Bandaríkjanna til að samþykkja stjórnarskrá landsins.
- 1881** Minnisvarði um Jón Sigurðsson forseta er afhjúpaður á gróf hans í Hólavallakirkjugarði í Reykjavík að viðstöddu miklu fjölmenni.
- 1933** Í fyrsta sinn er útvarpað miðilsfundi í Ríkisútvarpinu. Þar kemur fram Lára miðill og mælir fyrir munn margra framliðinna.
- 1936** Í Bjarneyjum á Breiðafirði rignir skyndilega sild og er talið að skýstrókur hafi náð að sjúga upp sildina er hann átti leið yfir sjó.
- 1941** Japanir ráðast á Perluhöfn og draga þannig Bandaríkin inn í síðari heimsstyrjöldina.
- 1946** Fáni Sameinuðu þjóðanna er tekinn upp.
- 1956** Bandaríski körfu-boltamaðurinn Larry Bird fæddur.
- 1975** Indónesía ræðst á Austur-Tímor.
- 1980** Golfklúbburinn Kjölur er stofnaður í Mosfellsbæ.
- 1980** Enski fótboltamaðurinn John Terry fæddur.



Ólafía Hrönn nennti ekki að standa í að slá upp stórrí veislu í ár.

MYND/JÓN GUÐMUNDSSON

Fagnar sextugu í Skotlandi

Ólafía Hrönn Jónsdóttir leikkona fagnar sextugsafmæli í dag. Hún nennti ekki stórrí afmælisveislu en nýtur sín í Edinborg.

arnartomas@frettabladid.is

Afmælisbarn dagsins er Ólafía Hrönn Jónsdóttir leikkona sem fagnar sextíu ára stórafmæli sínu í dag. Þegar Fréttablaðið náði á hana var hún nýkomin af jólamarkaði í Edinborg þar sem hún fékk meðal annars dýrindis útsýni yfir borgina úr Parísarhjól.

„Þetta er afmælisferð og ég er hérna með krökkum og tengdabörnunum,“ segir Ólafía sem segist ekki vera mikið fyrir afmælishefðir. „Þetta er í fyrsta skipti sem ég hef farið til útlanda til að halda upp á afmælið mitt. Ég hélt upp á stórafmæli bæði fimmtíu og fjörutíu ára með stórum veislum en ég nennti ekki að standa í því núna. Mér finnst þetta alveg rosalega gaman og Edinborg er alveg yndisleg borg. Ég á eftir að koma hingað aftur.“

Skoskar skreytingar

Tímamótin segir Ólafía ekkert annað en fagnaðarefni.



Í Jólaboðinu er fylgst með jólum íslenskrar fjölskyldu í hundrað ár.

„Þegar komið er á þennan aldur þá þakkar maður fyrir hvert ár,“ segir hún og hlær. „Talan skiptir engu máli, það er bara frábært að fá að vera hérna áfram.“

Það er nóg að gera hjá Ólafíu sem tekur þátt í tveimur sýningum í Þjóðleikhúsinu um þessar mundir.

„Ég er annars vegar í Sjö ævintýrum um skómm sem átti að hætta núna um jól en aðsóknin var svo fin og áhorfendur hrifnir að það á að reyna að halda

áfram eitthvað eftir áramót,“ útskýrir hún. „Svo er ég líka í Jólaboðinu sem við keyrðum af stað með á aðventunni í fyrra en þurftum að hætta vegna Covid, en erum nú byrjuð aftur.“

Hvað jólaboð varðar almennt segist Ólafía vera temmilega mikil jólamanneskja.

„Já, ég myndi segja það. Mér finnst gaman að skreyta og það er stemning í þessu,“ segir hún ánægð með jólastemninguna hjá Skotunum. „Mér sýnist þeir vera ansi góðir í þessu. Borgin er í það minnsta rosalega fallega skreytt.“

Risabruða Lionsklúbbsins

Í æsku boðaði 7. desember alltaf tvíþættan fögnuð í fjölskyldu Ólafíu sem fagnaði afmæli á sama degi og faðir hennar.

„Að eiga sama afmælisdag og pabbi sinn er þínu spes. Þegar hann hélt upp á afmælin sín var eins og ég væri líka að halda upp á afmælið mitt,“ segir hún og rifjar upp tíu ára afmælið sitt þar sem hún bjó á Höfn í Hornafirði. „Þegar pabbi varð fimmtugur hélt hann risastórt boð þar sem Lionsklúbburinn splæsti í risadúkku handa mér. Þetta þótti alveg rosalega flott og ég varð alveg steinhissa.“ ■

Jólamarkaður kvenna af erlendum uppruna

arnartomas@frettabladid.is

FKA Nýir Íslendingar er nefnd innan Félags kvenna í atvinnulífinu sem var sett á laggirnar 2020. Nefndin beitir sér fyrir því að byggja brú milli kvenna af erlendum uppruna og íslenskra kvenna og stuðlar að því að konur af erlendum uppruna geti myndað gott tengslanet á Íslandi. Í dag stendur nefndin fyrir pop-up jólamarkaði í Granda Mathöll sem stendur yfir milli 17 og 20.

„Á markaðnum ætlum við að koma með vörurnar okkar, listaverk og fleira til að kynna það fyrir fólki,“ segir Grace Achieng, formaður nefndarinnar. „Við viljum endilega að ólíkt fólk úr samfélaginu komi saman til að stuðla að sýnileika og til að byggja upp tengslanet.“

Á markaðnum verður meðal annars að finna vörur frá fyrirtæki Grace, Grace-landic, tiskuvörumerki með kvenfatnaði og fylgihlutum sem byggja á sjálfbærnum lífsstíl og einfaldleika. Einnig verður hægt að nálgast litrík listakerti úr endurunnu vaxi frá Birna Kerti, en Birna Sigurðardóttir sem stendur þar að baki er alin upp í Bandaríkjunum og nýflutt aftur til Íslands. Þá verður listakonan Michelle Bird með litrík listaverk sín til sýnis.

Nefndin Nýir Íslendingar samanstendur alls af sex konum og segir Grace hópinn samheldinn.



FKA Nýir Íslendingar var sett á laggirnar 2020.

MYND/ADSEND

”

Mér líður eins og við séum að gera margt sem við þurfum að leyfa samfélaginu að sjá.

Grace Achieng

„Þegar nefndin var stofnuð 2020 stóð Covid yfir og það tókst ekki að gera mikið,“ segir hún.

„Í dag viljum við brúa bilið á milli kvenna af erlendum uppruna og íslensks samfélags. Mér líður eins og við séum að gera margt sem við þurfum að leyfa samfélaginu að sjá með viðburðum á borð við þennan. Þannig getum við byggt upp sterkara samfélag hér á Íslandi.“ ■



Elskuleg móðir mín,
barnsmóðir og systir,

Sigríður Ásta Örnólfsdóttir

lést á Hrafnistu v/Brúnaveg
þann 26. nóvember.

Útför hennar fer fram frá Áskirkju
í dag, 7. desember, kl. 13.

Örnólfur Þór Hreiðarsson

Hreiðar Sæmundsson

Valdimar Örnólfsson

Guðrún Úlfhildur Örnólfsdóttir



Ástkær eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Þorgeir Jónsson

Kambuvegi 8,

lést 1. desember á Vífilstöðum.

Útför hans fer fram frá Frikirkjunni í
Reykjavík miðvikudaginn 14. desember kl. 15.00.

Dröfn Björgvinsdóttir

Björk Þorgeirsdóttir

Egill Þorgeirsson

Fjalar Þorgeirsson

Þorgrímur Toggi Björnsson

Málfriður Erna Sigurðardóttir

og barnabörn



Innilegar þakkir sendum við öllum
þeim sem sýndu okkur samúð og
hlýhug við andlát ástkærs
eiginmanns míns, föður,
tengdafaður, afa og langafa,

Svans Eiríkssonar

Erla Hólmsteinsdóttir

Hólmar Erlu Svansson

Sunna Svansdóttir

Eiríkur Svansson

Eyrún Svava Ingvadóttir

Sævar Pétursson

Elisabet B. Björnsdóttir

afabörn og langafabörn



Ástkær eiginmaður minn, faðir og afi,

Einar Gunnarsson

Gullsmára 10,

lést á líknardeild Landspítalans
þann 27. nóvember sl. Hann verður
jarðsunninn frá Lindakirkju í Kópavogi
þriðjudaginn 13. desember klukkan 13.00.

Matthildur S. Gunnarsson

Eva E. Gunnarsson, Cera Flynn

Leifur O’Gorman, Axel O’Gorman

ÚTKALL

Í KVÖLD KL. 19.30

Í Útkallspætti kvöldsins lýsir reyndur björgunarsveitarmaður tilfinningum sínum þegar hann hefur þurft að koma að slysum þar sem barna er saknað – hann lýsir líka „sigrum“ í starfinu. Atburðum sem enda vel eftir erfiða leit.



HRINGBRAUT

SJÓVÁ



nettó

Dagskrá

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 Markaðurinn Viðskiptafréttir samtímans í umsjón blaðamanna Markaðarins.
- 19.30 Útkall Útkall er sjónvarpsútgáfan af sívinsælum og samnefndum bókaflökki Óttars Sveinssonar. Fyrsti þáttur í annarri þáttaröð.
- 20.00 Bióbærinn Fjallað um væntanlegar kvikmyndir og þáttaraðir ásamt almennu bióspjalli.
- 20.30 Fréttavaktin (e)
- 21.00 Markaðurinn (e)

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi
- 13.10 Kastljós
- 13.35 Útsvar 2015-2016 Snæfellsbær - Rangárþing ytra.
- 14.55 Nautnir norðursins Grænland - fyrri hluti.
- 15.25 Út og suður
- 15.50 Heilabrot
- 16.20 Söngvaskáld Valgeir Guðjónsson.
- 17.10 Í bliðu og stríðu
- 17.40 Bækur og staðir
- 17.50 KrakkaRÚV
- 17.51 Hæ Samur
- 17.58 Lundaklettur
- 18.05 Víkingaprinsessan Guðrún
- 18.10 Örvar og Rebekka
- 18.22 Hvernig varð þetta til? Originalos?
- 18.25 Krakkafréttir
- 18.30 Randalín og Mundi. Dagar í desember
- 18.40 Jólatónar í Efstaleiti
- 18.52 Víkinglottó
- 19.00 Fréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.30 Veður
- 19.35 Kastljós
- 20.00 Randalín og Mundi. Dagar í desember Húsfundurinn.
- 20.10 Jólaminningar
- 20.20 Kiljan
- 21.05 Svarti baróninn Baron Noir
- 22.00 Tiufréttir
- 22.15 Veður
- 22.20 Leyndarleikur A Game of Secrets Heimildarmynd um vefsvæðið Football Leaks sem hefur á síðustu árum flett ofan af kerfisbundnum lögbrotum innan fótbolta-hreyfingarinnar sem hafa orðið tilefni viðtækra rannsóknna á leikmönnum, stórlíðum og forseta FIFA.
- 23.45 Jólin heima Hemmalive - jul
- 00.05 Dagskrárlok

Sjónvarp Símans

- 11.30 Dr. Phil
- 12.10 The Late Late Show
- 12.55 The Block
- 13.55 Love Island Australia
- 15.00 Jóladagatal Hurðaskellis og Skjóðu - Jólamoðir
- 15.05 Tilraunir með Vísinda Villa
- 15.15 Ávaxtakarfan
- 15.30 Turbo - isl. tal
- 17.00 Jóladagatal Hurðaskellis og Skjóðu - Jólamoðir
- 17.15 American Auto
- 17.40 Dr. Phil
- 18.25 The Late Late Show
- 19.10 Love Island Australia
- 20.10 Survivor
- 21.00 New Amsterdam
- 21.50 Super Pumped
- 22.50 Guilty Party
- 23.20 The Late Late Show
- 00.05 Love Island Australia
- 01.00 Law and Order. Special Victims Unit
- 01.45 Chicago Med
- 02.30 The Resident
- 03.15 The Thing About Pam
- 04.00 Walker

Stöð 2

- 07.55 Heimsókn
- 08.20 The Mentalist
- 09.05 Bold and the Beautiful
- 09.25 Blindur jólabakstur
- 10.00 Cold Case
- 10.45 Mr. Mayor
- 11.05 30 Rock
- 11.25 Skreytum hús
- 11.40 Ísskápastríð
- 12.20 Lífið er ljúffengt - um jólin
- 12.25 Nágrannar
- 12.50 The Dog House
- 13.35 Um land allt
- 14.15 The Cabins
- 15.00 Temptation Island USA
- 15.40 Lóa Pind. Örir Íslendingar
- 16.25 The Heart Guy
- 17.15 30 Rock
- 17.35 Bold and the Beautiful
- 18.00 Nágrannar
- 18.20 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.50 Sportpakkin
- 18.55 Annáll 2022
- 19.00 Ísland í dag
- 19.25 Afbrigði
- 19.50 An Ice Wine Christmas
- 21.15 The Good Doctor
- 22.00 Monarch
- 22.50 Unforgettable
- 23.30 Rutherford Falls
- 00.00 Eurogarðurinn
- 01.00 The Mentalist
- 01.40 Cold Case
- 02.20 30 Rock
- 02.45 Ísskápastríð
- 03.25 The Heart Guy
- 04.10 30 Rock

Barn í ísvök

Í Útkallsþætti kvöldsins lýsir Smári Sigurðsson, fyrrverandi formaður Landsbjargar, því hvernig honum var innanbrjósts þegar leitað var að barni sem hafði farið niður í ísvök í Eyjafirði. Einnig rifjar hann upp aðkomuna að ánni Bergvatnaskvísl þegar kona og þrjú börn létust. En Smári lýsir líka „sigrum í björgunarstarfinu“ – atburðum sem enda vel eftir erfiðar leitir.



Krossgáta

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

LÁRÉTT
1 skapari
5 náinn
6 nóta
8 hafna
10 titill
11 flott
12 band
13 æsa
15 færni
17 ana

LÓÐRÉTT
1 fótskör
2 bæla niður
3 tímabils
4 kvk nafn
7 þúns
9 líflát
12 togvinda
14 blunda
16 ónefndur

LÁRÉTT: 1 skáld, 5 kær, 6 as, 8 afsala, 10 ma, 11 fin, 12 stæg, 13 espa, 15 leikni, 17 flana. LÓÐRÉTT: 1 skammel, 2 kæfa, 3 árs, 4 dalía, 7 sangrí, 9 aftaka, 12 spil, 14 sef, 16 nn.

Sudoku

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

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

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

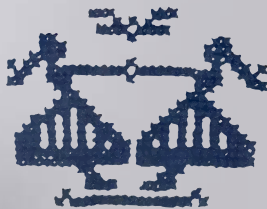
Pondus



Eftir Frode Øverli

PERSÓNULEG LJÓÐ

Linda Vilhjálmsdóttir vefur hér sögu sína og bernskuminningar saman við reynslu formæðra sinna svo að úr verður voldugur hljómur sem endurómar lengi eftir að lestri er lokið.



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

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

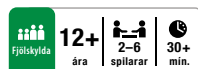
SKEMMTILEG SPIL Í JÓLAPAKKANN



ÉG VEIT MEIRA

Hversu margar knattspyrnuhetjur getur þú nefnt? Hvað þekkir þú margar frægar kvikmyndastjörnur? Hljómar einfalt en tíminn er naumur.

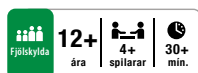
ÉG VEIT MEIRA er stútfullt spil af skemmtilegum og óvæntum efnisatriðum sem reyna á ímyndunaraflid og hraða spilaranna.



ALIAS FRÆGIR!

Þekkir þú frægt fólk úr mannkynssögunni?

Þekkir þú persónur úr bíómyndum og bókum?



Mitt fyrsta ALIAS

NOTID ÍMYNDUNARAFLID OG AUKID ORÐAFORDANN!

Mitt fyrsta Alias býður yngstu spilurinum upp á tækifæri til að tala og skemmta sér konunglega á meðan.



FÁANLEG Í VERSLUNUM UM LAND ALLT



Irpa Fönn Hlynisdóttir. MYND/ADSEND

Jólatónlist í sundi í Hveragerði

ninarichter@frettabladid.is

Irpa Fönn Hlynisdóttir er skipuleggjandi viðburðarins Kósý í Hveragerði, þar sem einstaklingar og fyrirtæki lengja opnunartímann og slá upp kósi stemningu í skammdeginu.

Aðspurð um tildrög hugmyndarinnar segir Irpa Fönn að viðburðurinn sé nú haldinn annað árið í röð og vísirinn hafi komið til þegar hún var í klippingu á hárgreiðslustofunni Hárverk þar í bæ. „Þá varð hugmyndin til um að hafa lengda opnun og fá fleiri fyrirtæki í lið með okkur. Þetta heppnaðist mjög vel í fyrri. Í ár er ég ein að standa í þessu og það eru meira en helmingi fleiri að taka þátt í ár. Þetta er klárlega eitthvað sem við komum til með að halda áfram. Við stefnum að því að halda þetta fyrsta miðvikudag í desember,“ segir Irpa Fönn og útskýrir miðvikudags-valið á þá leið að lítið sé um að vera á miðvikudögum. „Það er oft búið að plana allskonar fram í tímann í desember en það gerist ekkert á miðvikudegi og þá eru flestir lausir,“ segir hún.

Auglýstur tími er frá 17.00 til 22.00. „Ég myndi mæla með að koma fljótlega eftir 17.00 og vera fram eftir, fá sér að borða og fara í sund. Það er opið í sundlauginni til 22. Það er ótrúlega kósi að koma og hlusta á jólatónlist í sundi,“ segir Irpa Fönn.

Dagskráin er fjölbreytt. „Það er pop up-viðburður með handverksfólki og síðan eru svona flestar verslanir og veitingastaðir með einhvern viðburð eða afslætti. Svo er lengd opnun og áhersla lögð á að hafa kósi. Það verður jólatónlist og jólasveinar ganga um bæinn og gefa mandarínur í bði fasteignasölu í bænum,“ segir hún.

Að sögn Irpu Fannar er veðurspáin góð þó að kalt geti orðið í veðri. ■

Gervigreindarforrit svarar blaðakonu

Forritið Open AI gerir notanda kleift að láta framleiða texta um hvaða málefni sem er, með vel formaðri spurningu á ensku. Open AI sækir upplýsingar og setur upp á læsilegan hátt. Netverjar hafa á síðustu vikum birt dæmi um notkunarmöguleikana, svo sem til að skrifa ljóð, söngtexta og skoðanagreinar.

ninarichter@frettabladid.is

Spyrja má hvað þróun gervigreindar í ritsmíðum boðar fyrir framtíð blaðamennsku og annarrar sérhæfðar textavinnu. Sambærileg umræða hefur verið áberandi í tengslum við aðrar atvinnugreinar, á borð við samgöngur og jafnvel myndlist.

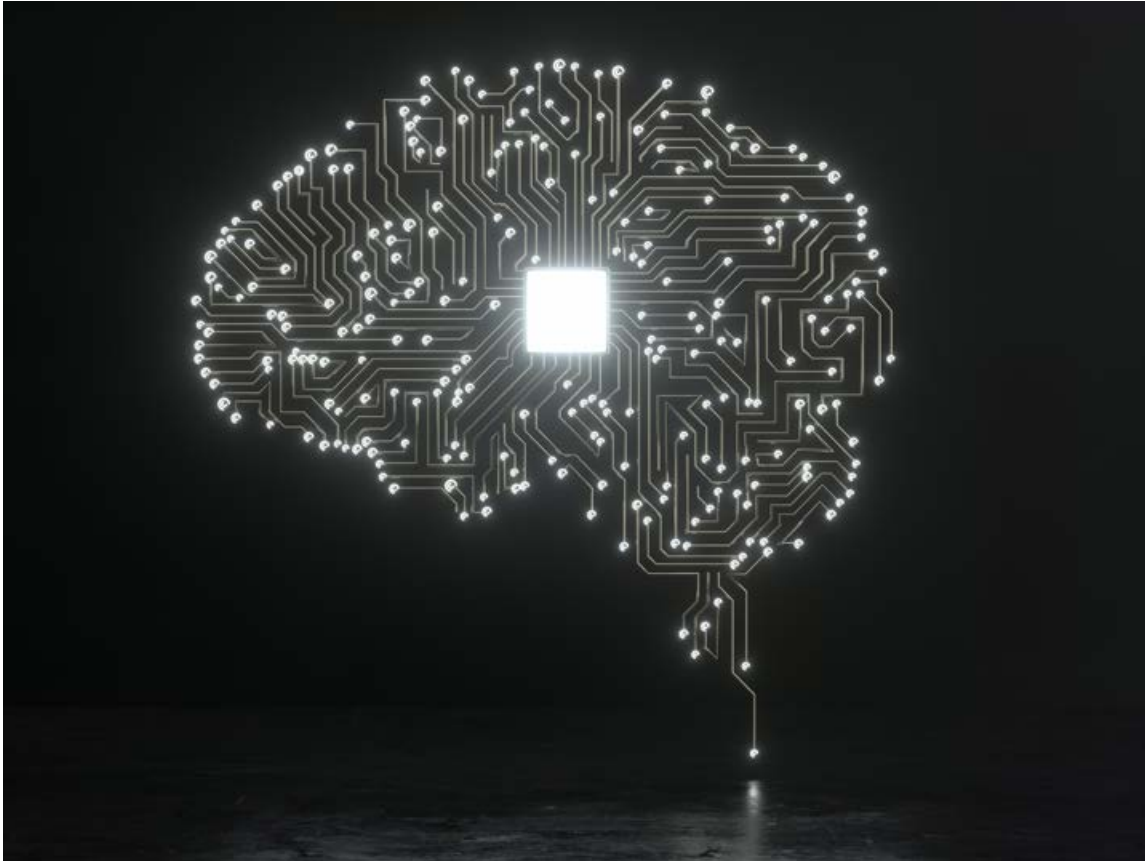
Það er því viðeigandi að spyrja sjálfa gervigreindina hverju hún spáir varðandi framtíð blaðamennsku með hliðsjón af nýjustu þróun í gervigreind.

Gervigreindin svarar: „Framtíð blaðamennsku er órjúfanlega tengd þróun gervigreindartækni, eða Artificial Intelligence, sem skammstafa AI. AI er notað til að gera ferlið við að skrifa sögur sjálfvirkir, sem getur losað blaðamenn úr viðjum upplýsingaöflunar til að einbeita sér að meira skapandi iðju. Gervigreind er einnig notuð fyrir gagnadrifna blaðamennsku, sem hægt er að nota til að safna gögnum sem fólki gæti yfirsést.

Á sama tíma er einnig hægt að nota gervigreind til að búa til „falskar“ fréttir, sem geta skaðað orðspor bæði blaðamanna og fréttastofanna sem þeir vinna fyrir. Þess vegna er svo mikilvægt fyrir gervigreindarhönnuði að einbeita sér að því að búa til verkfæri sem geta greint á milli raunverulegra fréttu og falsfrétta.

Einnig er hægt að nota gervigreind til að bæta heildargæði blaðamennsku. AI-reikniritra má nota til að fara í gegnum mikið magn af gögnum til að finna sögur sem annars myndu ekki finnast. Þetta getur verið sérstaklega gagnlegt í tilfelli rannsóknarblaðamennsku, þar sem oft þarf mikinn tíma og fyrirhöfn til að finna efni.

AI má einnig nota til að staðfesta áreiðanleika heimilda með sjálfvirkum hætti. AI reikniritar geta skannað hratt í gegnum gríðarlegt gagnamagn til að sannreyna fullyrðingar. Þetta getur hjálpað blaða-



Gervigreindin mun leysa af ýmis störf í framtíðinni. Það má túlka orð OpenAI á þá vegu, að gervigreindin muni aðstoða blaðamenn frekar en leysa þá af hólmi með öllu. Ritari myndatextans vonar það.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



AI má einnig nota til að staðfesta áreiðanleika heimilda með sjálfvirkum hætti. AI reikniritar geta skannað hratt í gegnum gríðarlegt gagnamagn til að sannreyna fullyrðingar.

Open AI

mönnum að tryggja að sögurnar sem þeir birta séu nákvæmar og vandaðar.“

Þjarkafraeðilögmálin

Það getur verið áhugavert að velta fyrir sér sýbreytilegri sambúð manns og vélar og hvernig hún kemur til með að breytast á næstu áratugum með þróun á sviði gervi-



Þetta andlit er ekki til í raunveruleikanum heldur smíði gervigreindar.

MYND/THISPERSONDOESNOTEXIST.COM

greindar. Einhverjir hafa varað við þróuninni á meðan aðrir fagna henni og telja gervigreindarlausnir koma til með að leysa öll vandamál mannkyns á næstu áratugum.

Þrjú lögmál þjarkafraeðinnar, betur þekkt sem lögmál Asimovs, er regluverk sem vísindaskáldsagnahöfundurinn Isaac Asimov lagði til í smásögunni Runaround frá árinu 1942, sem birtist í smásögusafninu I, Robot. Lesendur kannast ef til vill

við samnefnda bíómynd Alex Proyas frá árinu 2004 með Will Smith í aðalhlutverki, sem gerð er eftir verkum Asimovs. Lögmálin hafa orðið eins konar fasti í vísindaskáldskap og er gjarnan vitnað til þegar litið er til framtíðar í samtímamenningu.

Lögmálin eru svohljóðandi: 1. Velmenni má ekki skaða manneskju eða, með aðgerðaleyfi, leyfa manneskju að verða fyrir skaða. 2. Velmenni verður að hlýða skipunum manneskju, nema ef skipunin stangast á við fyrsta lögmálið. 3. Velmenni verður að vernda eigin tilvist, svo lengi sem slík vernd stangast ekki á við fyrsta eða annað lögmálið.

Í þessum reglum kjarnast öryggisventlar sem ætlaðir eru til að jú, koma í veg fyrir að vélnar hreinlega taki yfir og eyði mannkyni í eigin þágu. Þó að heimildasöfnun gervigreindarforrita í þágu betri blaðamennsku sé seint að fara að eyða mannkyninu er ljóst að gervigreindin er sívaxandi þáttur í hversdegi nútímafélks og kemur til með að lita framtíð okkar með afgerandi hætti. ■

Haustpeysur Prinsins uppseldar í landi hins eilífa hausts

ninarichter@frettabladid.is

Hugmyndin að haustpeysudeginum kemur frá hjónunum Berglindi Häsler og Svavari Péttri Eysteinsyni heitnum, sem þekktur var undir listamanns nafninu Prins póló. Nýtt haustpeysulag er væntanlegt á næstu dögum.

„Hugmyndin fæddist hjá Svavari og Berglindi fyrir tíu árum síðan,“ segir Björn Kristjánsson, þekktur sem Bjössí Borko, einn skipuleggjenda haustpeysudagsins sem fram fer á sunnudag. „Hugmyndin um haustpeysu varð til í gegnum hljómsveitina Yo LA Tengo sem gerði lagið Autumn Sweater árið 1997,“ segir hann.

„Svavar var mikill aðdáandi þessarar hljómsveitar og þessa lags. Þau hjónin boðuðu með örskömmum fyrirvara til haustpeysufagnaðar á Óðinstorgi, þar sem fólk var hvatt til að klæðast haustpeysum og hittast. Þar voru svona tíu manns sem

mættu íklæddir haustpeysum og áttu eitt hádegi á þriðjudagshaustdegi saman, skoðuðu haustpeysur hvers annars og fóru svo aftur til sinna starfa,“ segir Björn.

Í fyrrasumar gerði Svavar Prins póló haustpeysu með ullarvörufyrirtækinu Varma. „Þá stakk ég upp á því við Svavar að ég myndi gera ábreiðu af þessu Yo La Tengo lagi, í tilefni af útkomu haustpeysunnar. Þá var haldinn haustpeysufögnuður hérna á Kaffi Dal, á farfuglaheimilinu í Laugardal, þar sem fólk fékk sér heitt kakó og grillaði brauð og átti huggulega stund,“ segir hann.

Að sögn Björns fór Svavar seinna í samstarf við útivistarfataframleiðandann 66° Norður, um að gera haustpeysu ársins 2022. „Það verkefni var komið af stað og peysan komin í framleiðslu þegar hann féll frá. Þá var ákveðið að halda verkefninu áfram og ljúka því með sóma,“ segir Björn.



Svavar var þá kominn af stað með að semja nýtt haustpeysulag. „Hann var búinn að senda það á Árna Rúnar í FM Belfast og á Helga Svavar, að

biðja hann að tromma þetta. Svo tókum við vinir Svavars við þessu og lukum þessu lagi sem einhverra hluta vegna er enn að mjatla í kerfi á

Björn Kristjánsson klæddur haustpeysuna 2022.

MYND/SUNNA BEN FYRIR 66°N

leiðinni inn á Spotify, og átti að vera komið út fyrir löngu,“ segir Björn.

Nýja lagið heitir Ég er klár. „Valdimar syngur lagið. Svavar var búinn að syngja demó og okkur fannst svolítið gaman að geta haft eitthvað af honum með. En eins og gengur með demósöng eru það ekki alltaf frábærar upptökur, en það eru svona smábútar þar sem hann er með og svo syngur öll hirðin í viðlaginu,“ segir Björn.

Peysurnar eru uppseldar hjá 66°Norður. „Ég veit að fyrir helgi var fólk að hlaupa til að reyna að ná í síðustu eintökin,“ segir hann. Ágóði sölnunna rennur til Krafts og í minningarsjóð Prins Póló.

Haustpeysufögnuðurinn 2022 verður á Kaffi Dal í Laugardal á sunnudaginn kemur, milli klukkan 15.00 og 17.00. „Þetta er öllum opið og fólk mætir í sínum fegurstu haustpeysum sem eru heilsársflikur á Íslandi sem er land hins eilífa hausts.“ ■



ICEWEAR inniskór
Kr. 3.990.-



FJÖRÐUR
Hanskar með gripi
Kr. 2.990.-

VOR hlý húfa
Kr. 3.590.-



Vindur úlpa fyrir börn
Kr. 18.990.-

ESJUFJÖLL flíspeysa
Kr. 9.990.-



ENGEY
Húfa með mynstur beggia vegna
Kr. 2.790.-



ASOLO gönguskór
Kr. 37.990.-



SVARTANES rúllukragabólur
Kr. 10.990.-



FÍFA síð Ecodown® úlpa
Kr. 29.990.-



FUNI dúnúlpa
Kr. 33.990.-



ASOLO
Falcon herra
Kr. 29.990.-



JÖKULSÁ ullarvesti
Kr. 22.990.-

HVÍTANES Merínó hálsklútur
Kr. 4.990.-



STEINAR Coolmax göngusokkar
Kr. 1.490.-



ÁSBYRGI ullarbeysa
Kr. 19.990.-



SVARTANES Merínó ullarbuxur
Kr. 9.990.-



REYKJAVÍK ullarúlpa
Kr. 47.990.-



ASOLO Space herra
Kr. 22.990.-

MÓAR þrjónuð peysa
Kr. 14.990.-



SANDHÓLL jogging buxur
Kr. 7.990.-



HILDA dúnúlpa
Kr. 67.990.-



Helly Hansen Fremont
Kr. 26.990.-



RUMUR flannel skyrtu
Kr. 9.990.-



GEYSIR ullarjakki
Kr. 28.990.-



REYKJANES barna ullarúlpa
Kr. 18.990.-

JÓLAGJAFAHANDBÓK



ICEWEAR

Vinir
fá sérkjör

Skráning á [icewear.is](https://www.icewear.is)

Tvífarar vikunnar



Enski tónlistarmaðurinn Sting.
MYND/GETTY

Íslenski rithöfundurinn Jón Kalman Stefánsson.
MYND/SKJÁSKOT

JÓLIN ERU Í DORMA

Frábært úrval og gott verð

NATUES LUXURY DÝNA OG STILLANLEGUR BOTN

Þráðlaus fjarstýring með 2 minnisstillingum fylgir.
Verðdæmi 160 x 200 cm. **545.800 kr. NÚ 436.640 kr.**

PARIS höfðagafi

Fallegur höfðagafi í Svörtu eða hvítu PU leðurlíki, dökk-gráu eða ljósgráu flaueli.

120 x 200 cm. **64.900 kr. NÚ 51.920 kr.**
140 x 200 cm. **64.900 kr. NÚ 51.920 kr.**
160 x 200 cm. **69.900 kr. NÚ 55.920 kr.**
180 x 200 cm. **74.900 kr. NÚ 59.920 kr.**

MISTRAL HOME
sængurföt
Ýmsir litir. 140x200 cm.
10.990 kr.
Nú 8.792 kr.

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

DORMA

Láttu drauminn ræstast

Mariah Carey er árlegur jólagestur í eyrum landsmanna og ber þá sérstaklega að nefna lag hennar All I Want for Christmas Is You, sem er eitt vinsælasta jólaglag allra tíma.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Jólaplata Mariuh Carey er heilög músík fyrir mörgum

Söngkonan Una Stef lofar rífandi jólastemningu í kirkju Óháða safnaðarins á föstudag þegar Merry Christmas, jólaplata Mariuh Carey verður flutt í heild sinni.

ragnarjon@frettabladid.is

Fönkdívan Una Stef ræðst ekki á garðinn þar sem hann er lægstur á tónleikum á föstudaginn þegar hún flytur jólaplötu Mariuh Carey í heild sinni ásamt Óháða kórnum, kór FÍH, gestasöngvurum og hljómsveit.

„Þetta er náttúrulega ein versta hugmynd sem nokkur söngvari getur fengið, að ætla sér að reyna að syngja þetta,“ segir Una hlajandi og segist ekki vera alveg búin að átta sig á hvað hún er búin að koma sér út í.

„Ég var að æfa í sumar með Kristjáni Hrannari Pálssyni sem er tónlistarstjóri í kirkju Óháða safnaðarins, fyrir allt annað verkefni. Þá sagði hann mér frá þessu, að kórinn ætlaði að taka þessa plötu á jólatónleikum,“ segir Una. Hún segir að sér hafi fundist það stórmerkilegt að þau ætluðu að takast á við þetta verkefni.

„Ég man ég hugsaði bara vá, rosa-lega eru þau kræf maður og í raun

Una Stef lofar rífandi stemningu á tónleikumum sem fram fara föstudaginn 9. desember.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

hugrökk. En svo var ég ekki alveg að taka ADHD-lyfin mín á þessum tíma og labbaði út af æfingu, búin að samþykkja það að vera Mariah Carey og útsetja helminginn af lögnum,“ segir Una sem segist þó spennst að takast á við áskorunina.

„Fólk hefur haft samband við mig sem er að fara að mæta, sem finnst þetta vera heilög músík. Ég er smá kvíðin að syngja þetta fyrir þau. Þetta er heilög María svo ég verð bara að gera tíu magaæfingar á undan og svo vona það besta,“ segir Una.

Jólaplata Mariah Carey er ein mest selda og vinsælasta jólaplata

allra tíma. Það er næsta öruggt að hvert einasta mannsbarn heyrir vinsælasta lag plötunnar, All I Want for Christmas Is You, nokkrum sinnum áður en jólatíðin líður á enda. Platan kom út árið 1994 og hefur selst í meira en 15 milljónum eintaka og heldur áfram að mala gull fyrir söngkonuna. Platan samanstendur af klassískum jólölögum í bland við frumsamið efni sem söngkonan samdi 24 ára gömul, ásamt lagahöfundinum Walter Afanasieff. En árið 2017 hafði all I Want for Christmas Is You aflað söngkonunni meira en sextíu milljóna Bandaríkjadala í stefgjöld.

Tónleikarnir verða aðeins haldnir einu sinni og bendir Una á að um takmarkaðan sætafjölda verði að ræða. Hún útilokar þó ekki að leikurinn verði endurtekinn síðar.

„Ég sé alveg fyrir mér að þetta verði bara eins og Jóna-Bó eða Baggalútur og það verði bara Mariah Carey á hverju ári. Það myndist bara ný hefð hjá Íslendingum, þar sem fengnir verða ráðvilltir söngvarar sem reyna sitt besta,“ segir Una sem lofar að það verði rífandi stemning á tónleikumum.

„Það verður alveg geggjað að heyra þetta í lifandi flutningi með kór og hljómsveit,“ segir Una að lokum. ■

Hvetja landsmenn til að leika sér að litríkum mat

ninarichter@frettabladid.is

Krabbameinsfélagið hvetur landsmenn til að leika sér að matnum á adventunni, nánar tiltekið hollum mat.

„Í grunninn eigum við að borða meira af grænmeti og ávöxtum og berjum, samkvæmt rannsóknum á mataræði landsmanna,“ segir Steinar B. Adalsteinsson, næringarfræðingur og fræðslustjóri Krabbameinsfélagsins. „Til að nálgast þetta út frá þessum tíma, jólum og skammdegi, þá ákváðum við að það væri brjallant að gera þetta með litagleðina að leiðarljósi og skella bara í jólaskraut, það sem myndi tikka í hollustuboxið, bæta mataræði landsmanna og koma með

birtuna inn í eldhúsið,“ segir hann.

Að sögn Steinars er leikurinn með frjálsri aðferð. „Í þennan leik á að nota ávexti, grænmeti eða ber. Það má púsla þessu saman hvernig sem er, sem köku, jólatré eða stjörnu. Það eru engar reglur nema að við viljum nota þessi hráefni,“ segir hann.

„Út frá næringarfræðilegu sjónarhorni, þá erum við að detta í þennan mikla matarmánuð sem desember er, og það er allt í lagi að fara út fyrir þetta venjulega hollustumynstur varðandi hreyfingu og mataræði en þá er galdurinn að missa ekki sjónar á grunninum,“ segir Steinar.

Að sögn Steinars þarf að sanna eignarhald á listaverkinu. „Það

þarf að koma með sönnun. Best væri ef það væri mynd af mann- eskjunni sem bjó þetta til, þannig að fólk sé örugglega ekki að taka mynd af netinu. Svo sendir fólk okkur myndina á tölvupósti á jol@krabb.is fyrir miðnætti 12. desember,“ segir hann. Haft verður samband við vinningshafa þann 13. desember með tölvupósti. Vinningarnir eru gjafabréf frá Bónus og í aukaverðlaun eru gjafabréf frá Lemon og fleirum. Leikurinn er unninn í samstarfi við Banana ehf.

Að sögn Steinars litur dómnefnd fyrst og síðast til hollustu. „Ef fólk er þarna með heil ósköp af litríku grænmeti, ávöxtum og berjum, og já, auðvitað gæti fólk notað þínu- lítið af þeyttum rjóma.“ ■

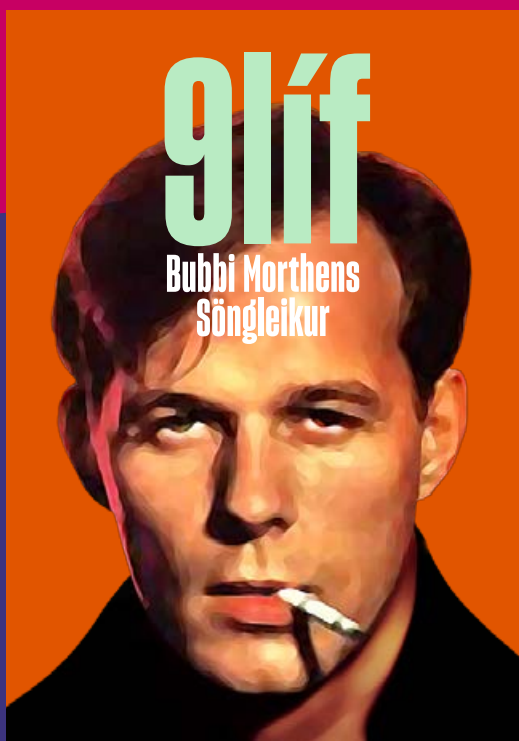
BARA SMÁSTUND!



„Allt í kringum mig veltust áhorfendur um af hlátri frá byrjun til enda“
N.H. Víðsjá

★★★★★
S.B.H. Mbl.

Upplifðu töfrana í Borgarleikhúsinu



Fjöldi sýninga í desember



Borgarleikhúsið

Bakpankar

Láru G.
Sigurðardóttur

Stjörnur

„Megum við faðma þig?“ spurðu ungir drengir bláókunnuga konu. Þeir voru að leysa þraut í ratleik sem ég setti saman fyrir átta ára afmæli sonar míns. Drengjunum skipti ég í þrjá hópa og vildi svo til að allir bönduðu upp á hjá sömu konunni, sem var því föðmuð þrisvar sinnum þennan dag. Að minnsta kosti. Ljósmyndin sem þeir tóku til staðfestingar sýndi konu sem brosti breitt. Það er bara einhver ljúf tilfinning sem kviknar þegar við erum föðmuð af góðvild. Líkt og hver einasta fruma umbreytist í stjörnu.

Stjörnuæðlisfræðingurinn Neil deGrasse segir að við mannfólkið séum lifandi stjörnuryk. „Atómin sem mynda líkama okkar hafa verið rakin til stjarna sem sprungu fyrir milljörðum ára og dreifðu atómum þessum um himin-geiminn. Þar af leiðandi erum við líffræðilega tengd hverri einustu lífveru í alheiminum.“ Samkvæmt kenningum deGrasse erum við öll af stjörnum komin.

Eins tengd og við ættum að vera þá höfum við verið að fjarlægjast hvert annað. Einsemd og félagsleg einangrun hefur stórkæpt hér á landi, allt frá barnæsku til efri ára. Þá jók kórónuveirufaraldurinn félagslega einangrun hjá viðkvæmum hópum, enda var fólk hvatt til að eiga í sem minnstum samskiptum við aðra. Helst faðma engan. Síðan er fleira fólk að greinast með einhverfu sem margir hverjir þola illa faðmlög. Þá eru mörkin milli faðmlags og kynferðislegrar áreitni persónubundin og því kjósa fleiri að sleppa þeim alveg.

Kjarninn í þessu er samt að það er gjöf að gefa góðvild. Til dæmis að faðmast þegar það á við. Ef til vill minnir það okkur á sameiginlegan uppruna. Því við erum öll stjörnur sem voru einu sinni eitt. ■

**pappír
umhverfið
prentun**

LITRÓF

UMHVERFISVÆN
PRENTUN

Vatnagörðum 14 · 104 Reykjavík
litrof@litrof.is · 563 6000 · litrof.is

Gjöfakort Þjóðleikhússins

Gleðistund í jólapakkann

Kynntu þér
sérstök jólatilboð
á leikhusid.is

Sýningar framundan

Heimsfrumsýning á Íslandi!	Frumssýning í janúar	Glænýr fjölskyldusöngleikur	Aukasýningar í janúar	Frumssýning í febrúar	Aukasýningar í des. og jan.
6 Grímuverðlaun				7 Grímuverðlaun	

Gefðu þrjár gjafir í einu – Tillhlökkun, upplifun og ógleymanlegar minningar.