

Ein með öllu í síðasta sinn



Sviðslistaárið gert upp



Sjáðu opnunartíma **Nettó verslana** um áramótin á netto.is

Tímamót > 16

Menning > 20

FRÉTTABLAÐIÐ

282. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

frettabladid.is

FIMMTUDAGUR 29. DESEMBER 2022



Vaskir og fyrirhyggjusamir drengir í knattspyrnu í 4. flokki Vals bjóðast nú til að moka snjó fyrir fólk og fyrirtæki til að afla fjár fyrir keppnisferð sína til Finnlands næsta sumar.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Bylting með nýrri vísindarannsókn

Niðurstöður úr íslensku rannsókninni Blóðskimun til bjargar eru sagðar hafa mikil áhrif á greiningu á forstigi mergæxlis og geta sparað mörgum óþarfa áhyggjur ævina á enda.

gar@frettabladid.is

VÍSINDI, „Það var verið að greina fólk með forstigi mergæxlis sem það var í raun aldrei með heldur var það með skerta nýrnastarfsemi,“ segir Sigurður Yngvi Kristinsson, prófessor í blóðsjúkdómum við Læknadeild HÍ og sérfræðingur við Landspítalann.

Sigurður vísar til niðurstaðna úr verkefninu Blóðskimun til bjargar sem unnið var í samstarfi Háskóla Íslands, Landspítala og Krabbameinsfélags Íslands. Niðurstöðurnar voru birtar í tímaritinu Blood Cancer Journal. Sigurður segir að skimað hafi verið fyrir forstigi mergæxlis hjá 75 þúsund manns á árunum 2016 til 2019. Þátttakendum hafi verið fylgt eftir frá 2017 og þar til nú.

„Við sáum að hjá þeim sem voru með skerta nýrnastarfsemi, sem er tiltölulega algengt, var skilgreiningin á forstigi mergæxlis hreinlega röng,“ segir Sigurður.



Sigurður Yngvi Kristinsson, prófessor í blóðsjúkdómum

„Gamla skilgreiningin, sem allur heimurinn hefur stuðst við, tók ekkert tillit til nýrnastarfsemi,“ segir Sigurður. Aðallega hafi verið ofgreint en að einhverju leyti líka að vangreint.

Að sögn Sigurðar leiðir þetta til þess að hægt sé að bjarga talsvert

mörgum frá óþarfa áhyggjum lífið á enda. „Það þyrfti ella að taka af þessu fólki mergsýni, taka röntgenmyndir af beinum og fylgjast með hvort það þrói með sér krabbamein,“ útskýrir hann. Þessar niðurstöður létta að sjálfsögðu einnig á heilbrigðiskerfinu sjálfu.

„Heilbrigðiskerfið getur þá frekar einbeitt sér að þeim sem eru raunverulega veikir en ekki þeim sem eru frískir,“ bendir prófessorinn á. „Núna erum við að vinna í að vekja athygli á niðurstöðunum í þessari nýbirtu vísindagrein og koma þeim inn í formlegar, klínískar leiðbeiningar.“ ■

Þróa lyf gegn heilablæðingu

HEILBRIGÐISMÁL Erfða- og líftækni-fyrirtækið Arctic Therapeutics á Akureyri hefur tryggt sér fjármögnun upp á 1,9 milljarða króna frá Nýsköpunarráði Evrópu til að þróa lyf gegn arfgengri íslenskrri heilablæðingu.

Arctic Therapeutics var stofnað af Hákonni Hákonarsyni, barnalækni og sérfræðingi í lungna- og genarannsóknunum, sem starfað hefur í Bandaríkjunum. „Það eru um tvö til þrjú ár í að þetta nýja lyf verði skráð á Íslandi,“ segir Hákon. Sonur hans, Ívar, er forstjóri fyrirtækisins. **SJÁ SÍÐU 4**

Grænavæna

Allt til jóla

KRÓNAN



Málið snýst um 100 kíló af kókaini.

Tíu milljónir urðu síðar aðeins fimm

jonthor@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL Á þorláksmessu staðfesti Landsréttur gæsluvarðhaldsúrskurð yfir tveimur mönnum í stærsta kókainmáli Íslandssögunnar. Mönnunum er gert að vera í varðhaldi til 17. janúar á næsta ári.

Þeir eru grunaðir um innflutning á tæplega hundrað kílóum af kókaini, en efnin fundust í timbursendingu í Hollandi sem var á leið til landsins. Þar var þeim skipt út fyrir gerviefni og flutt til Íslands þar sem fjórir menn voru síðan handteknir.

Framburður annars mannsins er rakinn í úrskurði Landsréttar, en sá segir að sitt hlutverk hafi verið að opna drumba sem innihéldu fikniefni og koma þeim síðan áleiðis.

Maðurinn sagðist hafa átt að fá greiddar tíu milljónir fyrir sitt hlutverk, en breytti síðan framburði sínum í fimm milljónir.

Lögregla hafði heimild til að hlera hjá mannum og í úrskurðinum segir að hún eigi hljóðupptöku af því þegar hann ræðir við óþekktan aðila sem leiðbeinir honum um afhendingu efnanna. ■

Veturinn læsir krumlunum í Kópavog og Fossvog



Bæði Kópavog og Fossvog hefur lagt að hluta í frosthörkunum sem nú geisa. „Þetta er ótryggur og varasamur ís. Við hvetjum foreldra til þess að fara vel yfir þetta með börnum sínum,“ sagði Sigríður Björg Tómasdóttir, almannatengill Kópavogsbæjar, í gær. Sett var inn viðvörðun á vef bæjarins vegna Kópavogsins fyrir skemmstu og í gær var bætt við viðvörðun fyrir Fossvoginn. Síðast mun þessa voga hafa lagt árið 2001.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Kostnaður vegna heimilisláusra eykst

benediktboas@frettabladid.is

FÉLAGSMÁL „Verkefnið er einfaldlega of stórt til að áfram verði haldið á sömu braut,“ segir Rannveig Einarsdóttir, sviðsstjóri velferðarsviðs Reykjavíkurborgar, í minnisblaði sem lagt var fyrir fund velferðarráðs skömmu fyrir jóli.

Kostnaður hefur aukist mikið síðan 2018. Samkvæmt minnisblaðinu var kostnaðurinn þá um 660 milljónir en frá janúar og til október í ár var kostnaðurinn kominn í 1,5 milljarða. Neyðarskýlin kostuðu 233 milljónir árið 2018 en um 500 milljónir í ár frá janúar til október. Þá hefur húsnæði fyrir fatlað fólk með virkan vímuefnavanda farið úr 120 milljónum í 457 milljónir á sama tímabili.



Í Konukoti var yfir 100 prósentu nýting í þrjá mánuði.

„Þjónusta við heimilisláusa á höfuðborgarsvæðinu getur ekki áfram hvílt á herðum Reykjavíkurborgar án aðkomu eða fjárhagsstuðnings ríkis, sveitarfélaga og annarra hjálparstofnana,“ segir Rannveig.

Mönnun sé á svo viðkvæmu stigi og hætta á að ekki verði unnt að hafa hefðbundinn opnunartíma. ■

Austurland án skurðlæknis og engin fæðingarþjónusta

Lokað er fyrir bæði fæðingar- og skurðþjónustu á Austurlandi næstu átta daga vegna vöntunar á skurðlækni. Forstjóri Heilbrigðisstofnunar Austurlands segir að allra leiða hafi verið leitað til að manna stöðuna. Þetta sé þó hluti af stærra vandamáli, sem sé mönnun grunnþjónustu á landsbyggðinni almennt.

erlamaria@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Enginn skurðlæknir verður á vakt á Austurlandi næstu átta daga og því verður lokað fyrir bæði fæðingar- og skurðþjónustu í landshlutanum.

Guðjón Hauksson, forstjóri Heilbrigðisstofnunar Austurlands, segir eina starfandi skurðlækningu á Austurlandi í frii fram yfir áramót. Allra leiða hafi verið leitað til að fá skurðlækni í afleysingar.

„Það var haft samband við allt okkar tengslanet til að útvega afleysingu, meðal annars var leitað út fyrir landsteinana, sem í flestum tilfellum hefur gefist ágætlega. Mest erum við að manna stöðuna með skurðlæknum sem við fáum erlendis, til dæmis frá Norðurlöndunum. En í þessu tilfalli gekk það ekki upp,“ segir hann.

Guðjón segir almennt ekki hlaupið að því að fá skurðlækna í afleysingar, þá sérstaklega á sjúkrahús á landsbyggðinni.

„Það hleypur ekkert hver sem er í nákvæmlega þetta starf, því þetta eru almennar skurðlækningar og svo líka fæðingarþjónusta. Þetta er líka partur af stærra vandamáli, sem er mönnun grunnþjónustu á landsbyggðinni almennt og er mikið viðtækara en einn skurð-



Einungis einn skurðlæknir er starfandi á Heilbrigðisstofnun Austurlands.

MYND/ADSEND



Þessi staða er mjög óheppileg, að mönnun sé ekki í fastari skorðum þar sem þetta snertir svo viðkvæma þjónustu.

Guðjón Hauksson, forstjóri Heilbrigðisstofnunar Austurlands

læknir,“ segir Guðjón, og heldur áfram:

„Starfsemin á sjúkrahúsinu í Neskaupstað til dæmis er mjög viðkvæm þar sem það eru fáir af hverri fagstétt sem halda uppi þjónustunni. Hver og einn skiptir gríðar-

lega miklu máli til að halda þessu gangandi. Þannig að þessi staða er mjög óheppileg, að mönnun sé ekki í fastari skorðum þar sem þetta snertir svo viðkvæma þjónustu,“ segir Guðjón.

Hann segist vera í góðum samskiptum við heilbrigðisráðuneytið vegna stöðunnar.

„Eitt af því sem ég ræði mjög reglulega við heilbrigðisráðuneytið er mönnun og hvernig sé hægt að bæta úr stöðunni sem hefur skapast á landsbyggðinni. Ég held að við þurfum að horfa til annarra landa og hvaða aðferðum þau hafa beitt til að manna dreifbýlli svæði,“ segir Guðjón, og heldur áfram:

„Það er að fara af stað vinnuhópur hjá heilbrigðisráðuneytinu sem er að fara yfir mönnun og taka á þeim þáttum sem að við teljum að hægt sé að gera til þess að gera það meira aðlaðandi fyrir heilbrigðisstarfsfólk að vinna úti á landi,“ segir Guðjón. ■

AUKA AÐALFUNDUR

Félags skipstjórnarmanna verður haldinn á morgun, föstudaginn 30. desember 2022 á Grand Hótel í Hvammi, 1.hæð Kl. 14:00.

Dagskrá:

1. Kosning fundarstjóra og ritara.
2. Kjaramál.
3. Menntamál.
4. Kjöri formanns lýst.
5. Önnur mál.

ATH. Fundurinn verður einnig fjárfundur, félagsmenn munu fá upplýsingar í tölvupósti.

Stjórnin



Félag skipstjórnarmanna

Aðeins í dag!

20 kr.

afsláttur fyrir lykil- og korthafa á öllum stöðvum
Olís og ÓB* í dag, fimmtudaginn 29. desember



SLYSAVARNAFÉLAGIÐ
LANDSBJÖRG

5 kr.

af hverjum lítra renna auk þess til
Slysavarnafélagsins Landsbjargar.
Dælum til góðs!

ób

olís

*Afslátturinn gildir ekki á ÓB-stöðvunum við Arnarsmára, Bæjarlind, Fjarðarkaup, Hamraborg og Hlíðarbraut á Akureyri. Þar gildir alltaf lægsta verð ÓB.

Þróa lyf við arfgengri íslenskri heilablæðingu og heilabilun

kristinnhaukur@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Erfða- og líftækni-fyrirtækið Arctic Therapeutics á Akureyri hefur tryggt sér fjármögnun upp á 1,9 milljarða króna frá Nýsköpunarráði Evrópu (EIC) til þess að þróa lyf gegn arfgengri íslenskri heilablæðingu. Stærstur hluti er í formi hlutafjárframlags en um 380 milljónir eru styrkur.

Arctic Therapeutics var stofnað af Hákonni Hákonarsyni, barnalækni

og sérfræðingi í lungna- og gena-rannsóknunum, sem starfað hefur í Bandaríkjunum. Sonur hans, Ívar, er forstjóri fyrirtækisins. Hjá fyrirtækinu starfa nú 10 manns og til stendur að tvöfalda eða þrefalda þann fjölda á komandi mánuðum.

Lyfjaþróunin byggir á 16 ára erfðarannsóknunum í samstarfi við Center of Applied Genomics hjá Barnaháskólasjúkrahúsi Filadelfíu og Pennsylvaníuháskóla. Fyrirtækið er með fjögur önnur lyf í þróun sem



Það eru um tvö til þrjú ár í að þetta nýja lyf verði skráð á Íslandi.

Hákon Hákonarson, læknir

byggja á sömu nálgun, svo sem lyf við húðsjúkdómum og bólgusjúkdómum. Þróun heilablæðingarlýfsins er nú í fasa þrjú, sem er svokallaður skráningarfasí.

„Það eru um tvö til þrjú ár í að þetta nýja lyf verði skráð á Íslandi,“ segir Hákon um hvenær lyfið gæti komið á markað. Einnig er undirbúningur hafinn að því að fara inn í Holland og Bretland þar sem samskonar eða svipaðar heilablæðingar þekkjast í genum.

Arctic Therapeutics er í samstarfi við Háskólann á Akureyri í gegnum vísindasetrið Borgir. Hefur fyrirtækið sinnt nemum háskólans í verkefnum og tveir þeirra hafa fengið störf hjá fyrirtækinu.

Hákon segir að rannsókn á heilablæðingunni verði gerð út frá Landspítalanum þar sem flestir sjúklingarnir eru búsettir á höfuðborgarsvæðinu. Sýnin verða svo send norður til Akureyrar á klínísku rannsóknarstofuna. ■

Fjáraustur leysi ekki allan vanda

bth@frettabladid.is

SAMGÖNGUR Þórarinn Ingi Pétursson, þingmaður Framsóknarflokksins og varamaður í umhverfis- og samgöngunefnd Alþingis, telur ófærðarvanda á afbrigðilegum tímum ekki leysast með því að dæla stóruaknu fé í Vegagerðina.

Forráðamenn ferðaþjónustufyrirtækja sem hafa tapað hundruðum milljóna vegna niðurfellingar á ferðum hafa skorað á þingmenn að veita auknu fé til Vegagerðarinnar.

Þórarinn Ingi segir að aldrei verði ráðið við frávik í veðri. „Við hérna fyrir norðan erum bara heima hjá okkur þegar kemur vont veður en ég átta mig á að málið er snúnara þegar kemur að hagsmunum ferðaþjónustunnar.“



Þórarinn Ingi Pétursson, þingmaður Framsóknarflokksins

Þingmaðurinn segir sér sýnast að töluvert sé til af tækjum og mannafla sem vinni við snjómokstur. „Spurningin er kannski frekar hvenær eigi að loka, hvort það eigi að loka áður en allt fer í óefni.“

Varðandi ummæli framkvæmdastjóra Samtaka ferðaþjónustunnar um koma þyrfti upp kúabúi við Dettifoss til að veginum þangað sé haldið opnum segir Þórarinn það ekki sanngjarnan samanburð.

„Þessar aðstæður sem nú eru uppi eru mjög fátíðar,“ segir Þórarinn Ingi. „Það er saga til næsta bæjar að það sé meiri snjór á sunnanverðu landinu en um landið norðanvert og frostakafllinn óvenju langur.“ ■

Forstjóri Vegagerðarinnar segir að gagnrýni á snjómokstur sé ómakleg

Starfsmaður Vegagerðarinnar á Suðurlandi lagði sig svo mikið fram við að opna Þjóðveg 1 að hann þurfti að leita gistingar hjá ókunnugum á jóladag. Vegagerðin telur að endurskoða verði álag á björgunarsveitir.

bth@frettabladid.is

SAMGÖNGUR Forstjóri Vegagerðarinnar vísar gagnrýni um slægan snjómokstur á Suðurlandi á bug. Forstjórinn segir illa vegið að starfsfólki sem hafi fornað jóluunum í linnulausu annríki eftir fordæmalaus úrkomu á svæði sem alla jafna sé snjólétt.

Talsmaður Tröllalæra gagnrýndi í Fréttablaðinu í gær að Vegagerðinni hefði ekki tekist að halda hringveginum opnum svo dögum skipti. Bergþóra Þorkelsdóttir, forstjóri Vegagerðarinnar, segir að sögulegt magn af snjó hafi fallið í grennd við Vík í Mýrdal á skömmum tíma. Þá hafi þeir sem hunsuðu lokunarpósta valdið miklum vanda.

„Við vorum með menn sem unnu nánast öll jólin, auk fjölda verktaka,“ segir Bergþóra. „Þeir fara af stað á jóladag og þá er allt kolófært. Þarna voru meðal annars tveir vegheflar og jarðýta, þeir voru rétt að opna þegar önnur lægd reid yfir með svipuðu úrkomumagni. Hefilstjórinn varð veðurtepptur og fékk gistingu á næsta bæ. Menn gera það ekkert að gamni sínu að leita gistingar hjá ókunnugum á jóladag.“

Sveitarstjóri Mýrdalshrepps telur að snjómagntími í héraðinu sé það mesta í marga áratugi. Annað vandamál kom á annan í jólu þegar margir ókumenn sniðgengu lokanir. Vega-



Forstjóri Vegagerðarinnar segir upphrópanir um þjónustuleysi valda sársauka á sama tíma og starfsfólk hafi lagt á sig erfiði langt umfram skyldur. MYND/VEGGERÐIN



Menn gera það ekkert að gamni sínu að leita gistingar hjá ókunnugum á jóladag.



Bergþóra Þorkelsdóttir, forstjóri Vegagerðarinnar

gerðin og björgunarsveitarfólk þurfti að verja miklum tíma í að draga fólk burt sem festist og urðu tafir á framgangi moksturs. Bergþóra segir að staðan kalli á endurmat.

„Ég held að það sé komið að því að við endurhugsum aðkomu björgunarsveitanna. Við erum mjög þakklát fyrir veitta þjónustu en við erum komin að þolmörkum í því sem hægt er að bjóða sjálfbodaliðum upp á, kvöld, nætur og helgidaga, við að bjarga fólki úti á vegum.“

Bergþóra segir einnig að talsmaður Tröllalæra hafi farið ranglega með fjölda lokunardaga í röð á Þjóðvegi 1.

„Að ferðaþjónustuaðilar hrópi

upp að starfsfólk Vegagerðarinnar og verktaka hafi ekki unnið vinnuna sína, mér finnst það mjög ósanngjarnt og ómaklegt. Það er sérstaklega sárt fyrir aðila í héraði að lesa þetta.“

Bergþóra er sammála framkvæmdastjóra Samtaka ferðaþjónustunnar um að heilsárstúrismi kalli á nýja hugsun og aukna þjónustu. Ákall um aukinn snjómokstur komi úr fleiri áttum, svo sem frá sveitarfélögum.

Spurð hvort aukafjárveiting upp á 500 til 1.000 milljónir myndi leysa vandann, svarar Bergþóra:

„Einn milljarður króna er dropi í hafid í þessu samhengi.“ ■



ÍS BAND UMBOÐSAÐILI RAM Á ÍSLANDI

RAM

EIGUM BÍLA TIL AFHENDINGAR STRAX!

VERÐ FRÁ 10.371.732 KR. ÁN VSK.
12.860.948 KR. M/VSK.

ÖFLUG 6,7 LÍTRA CUMMINS DÍSELVÉL, 370/420* HESTÖFL OG *AISIN SJÁLFSKIPTING. RAM 3500 ER MEÐ MESTA INNRARÝMID (MEGA CAB) Í SÍNUM FLOKKI.

BJÓÐUM UPP Á 35", 37" OG 40" BREYTINGAPAKKA.

BÍLL Á MYND: RAM 3500 LARAMIE CREW CAB MEÐ 37" BREYTINGU, KASTARAGRIND OG LJÓSKÖSTURUM



blómaval HÚSASMÍÐJAN

FYRIR ÞIG

ÚTSALA

Köttum niður verðið

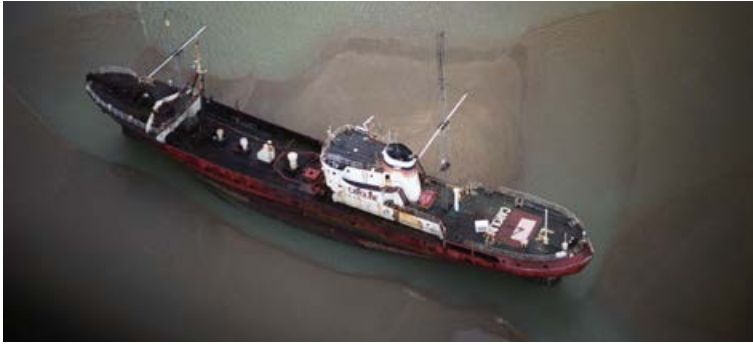


Allt að **50%** afsláttur

- LADY málning **30%** • Pottar og pönnur **30-50%** • NEO topplyklasett **30%** • Glös **30%**
- Avasco hillurekkar **20%** • Fischer Technik leikföng **70%** • Útivistafatnaður **25%** • Könnur **30%**
- Hnífapör **30%** • Bökunarvörur **30%** • Matarstell **30%** • Barnaöryggisvörur **20-50%**
- Hanskar **20%** • Vinnuföt **25%** • Regnföt **30%** • Finess lökk **30%** • Rafmagnsverkfæri **20%**
- Nilfisk háþrýstidælur **20%** • Handverkfæri **20%** • Stanley loftpressur **30%**
- Verkfæratöskur **30%** • Harðparket **25-50%** • Flísar **30-45%** • Jólakertastjakar **50%**
- Jólaljós **30-50%** • Jólaseríur **30%** • Ljósahús **50%** • Jólakertastjakar **50%** • Gervijólatré **50%**
- Jólakúlur **50%** • Jólakerti **50%** • Kerti **30%** • Jólastyttur **50%** • Servíettur **30%**
- Jólakúlur **30%** • Jólappapír og pakkabönd **50%** • Jólalengjur **50%** • Jólakransar **30%**
- Jólaskreytingaefni **30%** • Jólatrésdúkar **50%** • Aðventuljós **50%**

Útsalan er hafin - Gildir einnig í vefverslun husa.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið mjaðmt milli verslana. Afsláttur gildir ekki af tilboðsvörum og „Lægsta læga verði Húsasmíðjunnar.“



Skiptið strandaði við Kent árið 1991.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Safna fyrir endurreisn alræmds togara

kristinnhaukur@frettabladid.is

BRETLAND Söfnun stendur nú yfir til að endurreisa hinn sögufræga togara Ross Revenge í Bretlandi, eða Frey eins og hann var betur þekktur hér á Íslandi. Félag hefur verið stofnað og þegar hefur 45 þúsund pundum, eða tæplega 8 milljónum króna, verið safnað.

Íslensk stjórnvöld létu smíða togarann Frey í Þýskalandi árið 1960 en þremur árum seinna var hann seldur til Grimsby og endurnefndur Ross Revenge. Átti þessi sala eftir að koma rækilega í bakið á Íslendingum vegna þess að togarinn spilaði stóra rullu í þorskastríðunum á áttunda áratugnum.

Togarinn var einn sá aflamesti á íslensku miðunum og setti reyndar heimsmet í einum tús, þegar hann sótti 218 tonn. Einnig var hann notaður í stimpingum við íslensk varðskip og sigldi meðal annars á eitt slíkt norður af Hraunhafnar-tanga í Þingeyjarsýslum í október árið 1972.



Sala Freys til Bretlands átti eftir að reynast Íslendingum dýrkeypt.

Eftir þorskastríðin dalaði útgerðin í Grimsby og loks var Ross Revenge breytt í útvarpsskip árið 1983. Sigldi skipið með fram ströndum Bretlands og útvarpaði fyrir sjóræningjastöðina Radio Caroline, sem komst fram hjá breskum lögum með því að vera utan landhelgi.

Eftir að skipið strandaði árið 1991 við strendur Kent á suðurhluta Englands var það dregið að Blackwater-ánni, austan við London, þar sem það útvarpar enn. En nú á löglegan hátt. Peter Moore útvarpsstjóri segist vilja sigla skipinu á nýjan leik til Grimsby og endurgera það sem sýningar skip. ■

Tæma ekki tunnur nema leiðin sé greið

bth@frettabladid.is

REYKJAVÍK Reykjavíkurborg brýnir íbúa til að búa þannig í haginn fyrir sorphirðufólk að aðgengi að sorphirðunum verði sem greiðast.

Eru íbúar beðnir að moka frá sorphirðunum við heimili og tryggja með því að gönguleiðir séu greiðar til að starfsfólk geti tæmt tunnur.

„Vinna við sorphirðu í skammdeginu og í háku og snjó er erfiðisvinna,“ segir á vef borgarinnar.

Einnig er sagt mikilvægt að sjá til þess að bílar eða önnur tæki hindri ekki aðgengi. „Starfsfólk sorphirðunnar neyðist til að skilja tunnurnar eftir ef það kemst ekki að þeim til að losa,“ segir Sorphirða Reykjavíkur.

Vegna þungrar færðar verður unnið lengur hvern dag út árið, einn-



Íbúar geta létt sorphirðufólki lífið með ýmsum hætti.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

ig á gamlársdag. Tafir á sorphirðu eru eigi að síður sagðar óhjákvæmilegar vegna snjóþyngslanna.

Þá segir á vef borgarinnar að íbúar

skuli salta eða sanda ef þarf til að tryggja gönguleiðir svo sorphirðufólk Reykjavíkurborgar geti sinnt starfi sínu. ■



Lilja Alfreðsdóttir hefur ítrekað boðað að RÚV hverfi af auglýsingamarkaði.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Nærri 50 milljarðar til RÚV

Í fimm ára valdatíð núverandi ríkisstjórnar hefur útvarpsgjald til RÚV numið 23,6 milljörðum og RÚV sótt sér yfir 10,5 milljarða með auglýsingasölu. Lilja Alfreðsdóttir, sem farið hefur með mál-efni RÚV þennan tíma, hefur ítrekað sagst vilja að RÚV fari af auglýsingamarkaði.

olafur@frettabladid.is

FJÖLMIDLAR Sjálfstæðisflokkurinn hefur margsinnis ályktað á landsfundum sínum að ríkið skuli ekki reka fjölmiðil.

Í landsfundarályktun flokksins frá því í nóvember segir:

„Allar forsendur ríkisrekens fjölmiðils, sem áttu við fyrir tæplega 100 árum, eru brostnar og tilvist slíks fjölmiðils er tímasekkja. Hætta á fjárhagslegum stuðningi við rekstur RÚV og kanna hvort rekstrinum sé að öllu leyti eða hluta til betur komið í höndum einkaaðila. Þannig verður sterkari stuðnum rennt undir tilvist einkarekinnna fjölmiðla í stað beinna ríkisstyrkja.“

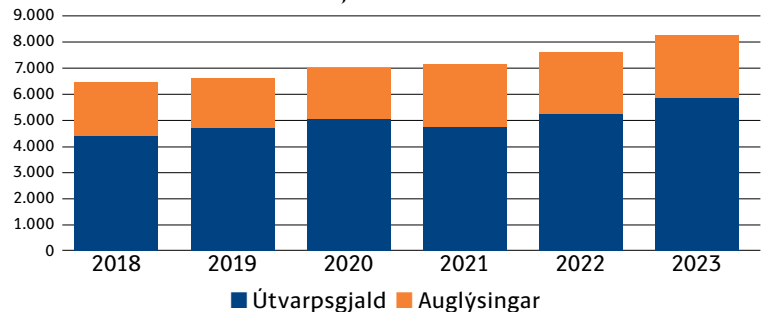
Bjarni Benediktsson, fjármálaráðherra og formaður Sjálfstæðisflokksins, sagði við Fréttablaðið 17. desember síðastliðinn að honum þætti „æskilegt að kippa RÚV út af auglýsingamarkaði, vandinn pólitískt er hvað ætti að gera í staðinn.“

Hann bætti því við að í þingflokki Sjálfstæðismanna væri einhugur um að hækka ekki útvarpsgjaldið, en tillaga um slíka hækkun var samþykkt við afgreiðslu fjárlaga.

Lilja Alfreðsdóttir hefur farið með málefni RÚV í ríkisstjórn frá 2017. Hún hefur ítrekað lýst því yfir að hún hygðist taka ríkismiðilinn af auglýsingamarkaði en ekkert hefur hreyft í þeim efnum í meira en fimm ár.

Þorsteinn Pálsson, fyrrverandi formaður Sjálfstæðisflokksins, er efins um að breytingar verði varðandi RÚV í tíð þessarar ríkisstjórn-

Tekjur RÚV 2018–2023 á verðlagi hvers árs í milljónum króna



Ríkisútvarpið með yfir átta milljarða króna á næsta ári

Utvarpsgjald til RÚV hefur numið 23,6 milljörðum frá því að þessi ríkisstjórn kom til valda í árslok 2017. Auglýsingatekjur hennar hafa numið 10,6 milljörðum á þessu tímabili. Samtals hefur RÚV því haft úr 34,2 milljörðum að spila í tíð ríkisstjórnarinnar. Fært til núvirðis nemur þetta um 39,3 milljörðum á þessum fimm árum og er þá miðað við að auglýsingatekjur séu óbreyttar frá árinu 2021. Þetta gerir 7,86 milljarða á ári.

Utvarpsgjaldið hækkar um

áramót og er gert ráð fyrir að RÚV fái 5,71 milljarð á næsta ári. Þegar auglýsingatekjur bætast við lætur nærri að RÚV hafi úr 8,1 milljarði að spila árið 2023. Þá verða heildartekjur RÚV frá því að ríkisstjórn Katrínar Jakobsdóttur tók við 47,4 milljarðar, færð til núvirðis.

Auglýsingatekjur RÚV frá því að Lilja Alfreðsdóttir lýsti því fyrst að hún hygðist taka RÚV af auglýsingamarkaði verða komnar í 14,5 milljarða í lok næsta árs, eða sem nemur 2,4 milljörðum á ári, færð til núvirðis.

ar, eins og mörg önnur mál biði það annarrar stjórnar.

„Ég tel að Ríkisútvarpið hafi umtalsverðu hlutverki að gegna á sviði menningar og þjóðmálaumræðu,“ segir Þorsteinn. „Það hefur staðið sig með ágætum í ljósi aðstæðna. En það er í klípu. Hún liggur í því að samkvæmt lögum er Ríkisútvarpinu ætlað að vera hvort tveggja í senn; samfélagsstofnun og markaðsfyrirtæki. Slík skipan er hálfgerður óskapnaður og gengur ekki upp í samkeppnisumhverfi samtímans. Annað hvort á að reka það sem hreina samfélagsstofnun eða hreint markaðsfyrirtæki. Mín

skoðun er að það eigi að vera samfélagsstofnun. Því má ná í áföngum á nokkrum árum. Ráðherrar Sjálfstæðisflokks og Framsóknar segjast vera á þessari skoðun en viti bara ekki hvernig þeir eigi að koma hugmyndum sínum í framkvæmd. Á því geta verið tvær skýringar. Önnur er sú að hugur fylgi ekki máli. Hin er að VG sé þrándur í götu. Ég átta mig ekki á því hvor skýringin er sú rétta. En auðvitað má vera að í raun og veru líki þeim best við styrkja-kerfi og úthlutanir. Þetta virðist einfaldlega vera eitt af fjölmörgum málum, sem biða annars konar ríkisstjórnar.“ ■

ÖFLUGAR TÆKJATERTUR Í MÖRGUM GERÐUM

snjóbilur

72 skot
38 SEK
4
5

Þú færð þessa flottu tækjatertu á næsta flugeldamarkaði björgunarsveitanna

FLUGELDAMARKAÐIR BJÖRGUNARSVEITANNA

Mikið úrval af HVÍLDARSTÓLUM með og án rafmagns lyftibúnaði



Komið og skoðið úrvalið

NÝFORM

HÚSGAGNAVERSLUN

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

Sumar í Bláa Lóninu

Það gerist ekki betra – gakktu til liðs við okkur

Sumarstörf

Bláa Lónið er einstakt náttúruundur þar sem sjálfbærni er ávallt höfð að leiðarljósi. Við leitum að öflugum og skemmtilegu fólki í spennandi störf í sumar. Starfsandinn er frábær, umhverfið ómótstæðilegt og verkefni fjölbreytt.

Ef þú vilt starfa í fallegri náttúru og vera partur af sterkri liðsheild þá er Bláa Lónið rétti staðurinn.



Kynntu þér spennandi störf Bláa Lónsins á storf.bluelagoon.is eða með því að skanna QR kóðann.

Það sem við höfum meðal annars upp á að bjóða

- ★ Skemmtilegt félagslíf
- ★ Frábær fríðindi
- ★ Góðar samgöngur – rútuferðir til og frá vinnu
- ★ Markviss þjálfun og fræðsla
- ★ Vaktavinna eða dagvinna
- ★ Fjölbreyttur og hollur matur

Umsóknarfrestur er til og með 15. mars 2023 og æskilegt er að umsækjendur hafi náð 18 ára aldri.

Bláa Lónið er leiðandi þekkingarfyrtæki með 30 ára sögu og víðtæka starfsemi. Það er í hópi fremstu heilsulinda heims og hefur hlotið fjölmörg alþjóðleg verðlaun og viðurkenningar.

BLUE LAGOON

Stöðugleikinn



Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Mikilvægasta verkefnið í efnahagsmálum þjóðarinnar á næsta ári er að viðhalda miklum kaupmætti launafólks, því sjálfu og atvinnulífínu til hagsbóta, en þess utan þarf sem fyrr að hlúa að viðskiptafrelsi og frjálsri samkeppni sem skiptir sköpum fyrir hagsæld í landinu.

Kaupmáttur launa hefur haldist hár hér á landi allt frá því Lífskjarasamningurinn var gerður 2019 – og kaupmáttaraukningin hefur raunar verið langtum meiri hér á landi en á öðrum Norðurlöndum í um áratugar skeið.

Þetta er vel, enda er kaupgetan besti mælikvarðinn á hagvöxt heimilanna, sem stríða öðru fremur við algeran ófyrirsjáanleika í heimilisbókhaldi þar sem vextir og verðbólga haga sér með óvæntari hætti en veðrin yfir landinu.

Skammtímasamningarnir sem nú liggja fyrir voru jafn ábyrgir og þeir munu reynast góður undirbúningur að nýjum langtímasamningum þegar líða tekur á næsta ár – og þeir samningar munu öðru fremur verða miðaðir við að ná efnahagslegum stöðugleika til langframa. Stöðugur og sterkur kaupmáttur, ásamt langvinnum efnahagslegum stöðugleika, gagnast bæði heimilunum og atvinnulífínu best, en það minnir líka á að vinna er velferð, kannski eitt stærsta velferðarmál þjóðarinnar, en atvinnuleysisplágan er og verður lamandi fyrir hvert samfélag.

En öll þessi umræða um íslenskan efnahagsveruleika, getur aldrei verið á dýptina nema fillinn í postulínsbúðinni sé nefndur til sögunnar. Og það er auðvitað íslenska krónan, sá minnsti gjaldmiðill sem notaður er í heimi hér.

Æ fleiri fyrirtæki hér á landi, þar á meðal útgerðin, fiskvinnslan og stóriðjan, kjósa að gera upp í annarri mynt en krónunni, enda þótt skilmálar til þess arna hafi verið þrengdir til muna af hálfu yfirvalda á síðustu árum. Og gjaldmiðilsskiptin eru gerð í nafni hagræðingar.

Þessi hagræðing býðst ekki almenningi í landinu. Hann situr eftir með krónuna, hvort sem honum líkar betur eða verr. Hann þarf að takast á við afleiðingar af einum sveiflukenndasta gjaldmiðli í heimi sem kemur fram í gríðarlegum fjármagnskostnaði heimilanna – og raunar líka þeirra fyrirtækja sem fá ekki að skipta um mynt.

Rannsóknir sýna að ef vega ætti upp þennan mun á veikri krónu og sterkum og almennilega nothæfum gjaldmiðlum þyrfti að hækka laun hér á landi um þriðjung að raungildi.

Og svo er hitt að lélegur gjaldmiðill heldur burtu sterkum alþjóðlegum fyrirtækjum, svo sem á tryggingamarkaði, sem viðheldur fákeppni, heimilunum til enn frekari búsifja. ■

”
En öll þessi umræða um íslenskan efnahagsveruleika, getur aldrei verið á dýptina nema fillinn í postulínsbúðinni sé nefndur til sögunnar.

■ Halldór



■ Frá degi til dags

benediktboas@frettabladid.is

Stungið undir stól

Greining Grétars Rafns Steinssonar á íslensku knattspyrnumhverfi, sem birt var í Fréttablaðinu, hefur vakið mikla athygli. Eðlilega. Það er ekki á hverjum degi sem maður í stóri stöðu hjá toppliði í enska boltanum skoðar íslenska boltann en Grétar vinnur fyrir Tottenham. Nema KSÍ ætlaði sér ekkert að gera með punktana sem Grétar nefnir því hann skilaði sinni vinnu af sér í júlí. Því enginn hafði heyrt af greiningunni fyrr en Fréttablaðið birti hana. Hvorki starfsfólk KSÍ né forráðamenn knattspyrnufélaga. Samkvæmt tölvupósti á að kynna punktana og greininguna von bráðar. Bara einhvern tímann á nýju ári. Liggur nokkuð á? Er ekki allt bara í blóma?

Danskir og dásamlegir

Einn af punktum Grétars er að KSÍ þurfi aðila til að styðja tæknipróun og auka starf sálfræðings áður en ráðist er í að ráða í fullt starf á yfirmanni knattspyrnusviðs. KSÍ ákvað þó að hlusta ekki á orð Grétars og réð Jörund Áka Sveinsson sem yfirmann Knattspyrnusviðs. Greining Grétars kom á borð hans í október samkvæmt frétt Fréttablaðsins í gær og hann er að taka saman punkta fyrir ársþingið í febrúar. Viðbrögð forráðamanna liða í Bestu deildinni hafa verið hjá-kátleg enda hafa þeir fengið gefins pening frá KSÍ til að eyða í danska miðjumenn. ■

Tími breytinga



Krístrán Frostadóttir
formaður Samfylkingarinnar
– jafnaðarflokks Íslands

Í haust hófst tími breytinga í Samfylkingunni. Það hefur ekki farið fram hjá neinum sem fylgist með íslenski pólitík. Þessar breytingar birtast meðal annars í breyttu vinnulagi og áherslum á Alþingi.

Við ætlum að fara aftur í kjarnann og leggja ofur-áherslu á kjarnamál jafnaðarfólks. Þegar fólk spyr sig hvaða flokkur það er sem passar upp á kjörin og velferðina og efnahag venjulegs fólks – þá er það Samfylkingin sem á að koma fyrst upp í hugann.

Við viljum breyta íslensku samfélagi. Við viljum endurreisa velferðarkerfið um land allt eftir áratug hnignunar. En við vitum að til þess þurfum við að byrja á sjálfum okkur og byggja upp traust á milli fólksins í landinu og Samfylkingarinnar sem jafnaðarflokks.

Mikið verk er fyrir höndum – enda tekur tíma að ávinna sér traust. Það verður aðeins gert með virku samtali við fólkið í landinu, þar sem hver einasta manneskja með jafnaðartaug á Íslandi getur lagt sitt af mörkum.

Á 50 opnum samtalsfundum um land allt á árinu urðu áherslur nýrrar forystu til. Ég var kjörin formaður Samfylkingarinnar til að leiða breytingar og þessi nálgun mun einkenna flokkinn undir minni forystu.

Á flokksstjórnarfundum í mars mun Samfylkingin formlega blása til umfangsmikils málefna starfs sem verður nú með breyttu sniði. Farið verður af fullum þunga í lykilmálaflokka og ráðist í viðtækt samtali við fólkið í landinu með opnum fundum í öllum landshlutum. Útkoman verður skýr verklýsing fyrir nýja ríkisstjórn. Um leið mun Samfylkingin taka upp rós sem merki, alþjóðlegt tákn jafnaðarfólks.

Loks munum við áfram halda uppi einbeitri og markvissri stjórnarandstöðu á Alþingi. Við höfum séð á síðustu vikum að það þar árangur fyrir fólkið landinu – til dæmis þegar ríkisstjórnin lét undan og samþykkti hluta þess kjarapakka sem Samfylkingin kynnti fyrir júl, breytingar sem hafa áhrif á heimilisbókhaldið hjá þúsundum fjölskyldna strax á nýju ári. ■

”
Við viljum breyta íslensku samfélagi. Við viljum endurreisa velferðarkerfið um land allt eftir áratug hnignunar.

TÚLÍPANAR

7 STK
1.860,-

OPIÐ:
30. DES 9-18
31. DES 9-14

BLÓMAHEILDSALAN
Samasem
GRENSÁSVEGI 22

Mynstur gærdagsins

Af Kögunarhóli

Þorsteinn Pálsson



„Ástæða þess að fyrirtæki sem starfa í alþjóðlegu umhverfi sækja í þessa heimild er að þetta auðveldar samannburð á uppgjöri við samkeppnisáðila og eykur á allt gagnsæi.“

Þetta er skýring Svanhildar Hólm Valsdóttur framkvæmdastjóra Viðskiptaráðs í Fréttablaðinu vegna fregna um mikla fjölgun fyrirtækja, sem yfirgefið hafa krónuna. Þorbjörg Sigríður Gunnlaugsdóttir þingmaður Viðreisnar kallaði eftir þessum upplýsingum til Alþingis.

Skýring framkvæmdastjórans er skotheld. Heimildin var mikilvæg umbreyting á sínum tíma. Hún þjónar samkeppnishagsmunum stórs hluta atvinnulífsins og heildarhagsmunum þjóðarbúsins.

Hólfaskipting

Þessar athyglisverðu upplýsingar vekja hins vegar spurningar um samkeppnisstöðu annarra fyrirtækja og launafólks.

Fjöldi fyrirtækja með tekjur í krónum er í harðri samkeppni við erlenda keppinauta. En þau fá ekki að njóta þessa eftirsóknarverða hagræðis.

Innri markaður Evrópusambandsins er heimamarkaður allra íslenskra fyrirtækja. Og Ísland er hluti af heimamarkaði fyrirtækja annarra aðildarþjóða. Fjármagnsflutningar eru frjalsir og launafólk er á þessum opna og frjálsa samkeppnismarkaði.

Þjóðarbúskapurinn er samt sem áður í tveimur hólfum. Þetta er óréttlát mismunur, sem leiðir til meiri ókyrrðar á vinnumarkaði, hærri vaxta og minni framleiðni en í samkeppnislöndunum. Umbreytingarþörfin blasir við.

Svart og hvítt

Fyrir rúmum fimm árum var brotið blað í íslenski stjórnmalasögu þegar mynduð var ríkisstjórn flokka lengst til hægri og lengst til vinstri. Flokkar næst miðjunni hafa verið í stjórnarandstöðu síðan, nema Framsókn.

Fyrir jólahátíðina var mynduð ríkisstjórn í Danmörku, sem einnig braut upp áratuga mynstur í pólitík. Þar tóku höndum saman flokkar, sem standa næst miðjunni frá hægri og vinstri. Jadarflokkanir sitja í stjórnarandstöðu.

Málamiðlun jadarflokka á Íslandi byggist á því að halda sem flestu í óbreyttu horfi. Það heitir að varðveita stöðugleika.

Í Danmörku byggist málamiðlun flokka næst miðju á umbreytingum; bættri samkeppnisstöðu atvinnulífsins og auknu frelsi í opinberri þjónustu. Mismunurinn á hugmyndafræðinni er eins svart og hvítt.

Snjóboltinn

Árangur umbreytingastefnu dönsku ríkisstjórnarinnar á eftir að koma í ljós. Eftir fimm ár sjáum við aftur á móti glögg hverju stöðugleikastefna okkar ríkisstjórnar hefur skilað.

Ríkisstjórnin segir réttilega að lífskjör hafi ekki rýrnað að marki. Hin hliðin á þeim peningi eru hagtolur um minnkandi framleiðni og aukinn viðskiptahalla. Þær segja þá sögu að lífskjörin eru að hluta til tekin að láni í erlendum gjaldeyri.

Hagspár benda til þess að hagvöxtur á næstu árum verði helmingi minni en á árinu sem er að kveðja. Gangi þær spár eftir er hætt við að lífskjörin hallist niður á við, nema lántökusjóboltanum verði velt áfram til að halda því uppi.

Stöðugleikinn

Vaxtaútgjöld ríkissjóðs eru meiri en skuldugustu ríkja álfunnar. Engin áform eru um að taka á þeim kerfislega vanda.

Ekkert hefur verið hreyft við mismunandi samkeppnisstöðu fyrirtækja eftir því hvort þau starfa utan eða innan krónuhagkerfisins. Samkeppnisstaða milliríkjavíðskipta og erlendra fjárfestinga hefur versnað jafnt og þétt síðasta áratug samkvæmt erlendra rannsókn, sem Viðskiptaráð birti á árinu.



Þetta er óréttlát mismunur, sem leiðir til meiri ókyrrðar á vinnumarkaði, hærri vaxta og minni framleiðni en í samkeppnislöndunum. Umbreytingarþörfin blasir við.

Miðstýringarkerfi landbúnaðarins er óhaggað. Umbreyting til markaðsgjalds fyrir einkarétt til auðlindanýtingar fæst ekki rædd.

Kyrrstöðusamstarfið hefur litlu skilað í loftslagsmálum. Fyrir vikið er Ísland að dragast aftur úr öðrum þjóðum að mati umhverfisráðherra sjálfs.

Metnaðarfull heilbrigðisáætlun til 2030 og aðkallandi krabbameinsáætlun til 2030 hafa legið í hart nær fjögur ár án tímasetninga og tengsla við fjármálaáætlun. Pólitísk stöðugleikinn kemur jafnvel í veg fyrir umbreytingar á því sviði, sem stendur hjarta fólks næst.

Mynstur morgundagsins

Ofan á annað hefur stöðugleikastefnan leitt til þess að afgerandi endurskoðun þjóðaröryggisstefnu með hliðsjón af nýjum ógnum í heimsálum er pólitískur ómöguleiki.

Fyrst eftir rösklega tvö ár getur kyrrstöðumynstrið orðið að ríkisstjórn gærdagsins.

Ef að líkum lætur verður næsta stjórnarmynstur blanda af flokkum úr sitjandi stjórn og stjórnarandstöðu. En ríkari áhrif flokka næst miðju, frá hægri og vinstri, eru þó forsenda umbreytinga í atvinnulífi og velferðarkerfi.

Við þessi áramót má hafa hugfast að ekki er lengra í kosningar en svo að næsta ár er rétti tíminn til að leggja línur fyrir þær umbreytingar, sem biða eftir stjórnarmynstri morgundagsins. ■

Ör-orka – til jöfnuðar og réttlætis



Unnur H. Jóhannsdóttir blaðamaður

Fyrir allmörgum árum hringdi ég í þáverandi formann ÖBÍ, Arnþór Helgason, og spurði hvort ekki væri hægt að finna betra orð yfir fatlað fólk og langveikt en orðið öryrki. Mér fyndist það hafa svo neikvæða áru og sá sveipur smitaði sjálfsmynd mína svo að ég upplifði skömm. Ekki hafði Arnþór nýtt orð á takteinunum en sagði að í raun væri heitið ekki svo slæmt og reyndar frekar gagnsætt. Örorka þýddi takmarkaða getu eða algjöra skerðingu á starfsgetu en seinni hlutinn, orka, merkti afl og kraft.

Ég varð mjög hugsý yfir þessu en það var ekki fyrr en nokkrum árum seinna að ég kom opinberlega „út úr skápnum“ sem öryrki, svo neikvæð var og er umræðan stundum. Ef við skoðum hvaða vensl orðið hefur eru birtingarmyndirnar fremur neikvæðar þó að þær ættu ekki að vera það. Þær eru sem dæmi utangarðsmaður, bótaþegi, fátæklingur, örkumlaður og gamlingi en fötlun eða sjúkdómar spyrja hvorki um stétt né stöðu.

Þessi hugtök ein og sér hafa svo aftur yfir sér neikvæða áru, þannig að víthringurinn virðist vera eilífur að ógleymdum bótasvikunum sem öryrkjar eru gjarnan sagðir stunda. Það í sjálfu sér er ekki svaravert en hún er lífseig umræðan og ósanngjörn.

Öryrkjar eru margbrotnir

Jafnvel þó fólk sem býr við einhverja fötlun sé um 15% í hverju samfélagi fyrir sig þá er það ekki



Það velur sér enginn eða leikur sér að því að „öðlast“ takmarkaða eða algjöra skerðingu á starfsgetu.

allt öryrkjar. Sumir hafa starfsgetu, að hluta til eða öllu leyti, það fer eftir því hvað skerðingin er mikil og að hvaða marki samfélagið kemur til móts við viðkomandi.

Það velur sér enginn eða leikur sér að því að „öðlast“ takmarkaða eða algjöra skerðingu á starfsgetu. Flestir kjósa að hafa afl og kraft til að takast á við lífið og þau hlutverk sem í því eru fölgin. Það er ekki hægt að skilgreina fatlað fólk út frá einhverju einu eins og skorti á starfsgetu.

Eins og allir þjóðfélagsþegnar hefur fatlað fólk mörg hlutverk og er langt í frá einsleitur hópur. Við erum foreldrar, börn, vinir, samstarfsfélagar, nemendur, starfsfólk ... við erum í öllum fjölskyldum, við erum af öllum stærðum og gerðum, með alls konar persónuleika, húmor og gleði okkar og sorgir eru ólíkar. Við erum hluti af mannlegum fjölbreytileika og eins og fólk er flest, margbrotin!

Mér virðist sem hin neikvæða ímynd, sem fatlað fólk upplifir snúist um mannréttindabaráttu okkar. Frá því að ÖBÍ var stofnað fyrir 61 ári hefur bandalagið barist fyrir mannsæmandi lífi fyrir fatlað fólk – barist fyrir því að öryrkjar geti framfleytt sér á örorkulífeyri en á því er verulegur misbrestur eins og fjölmargar rannsóknir sýna.

Stöndum saman – beinum sjónum að orkunni, ekki örinu. Það er svo mikilvægt að öll í samfélaginu njóti sannmælis, jöfnuðar og réttlætis. ■

Dregið hefur verið í

Jólahappdrætti Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra.

Vinningar komu á eftirtalin númer:

STYRKTARFÉLAG
LAMAÐRA OG FATLAÐRA
ÆFINGASTÖÐ SLF · REYKJADALUR



Honda Jazz Crosstar Hybrid að verðmæti kr. 4.890.000
42403

Ferðavinningur: Gjafabréf frá Heimsferðum að verðmæti kr. 1.000.000 hver vinningur
46303 4016

Ferðavinningur: Gjafabréf frá Heimsferðum að verðmæti kr. 700.000 hver vinningur
16470 1176

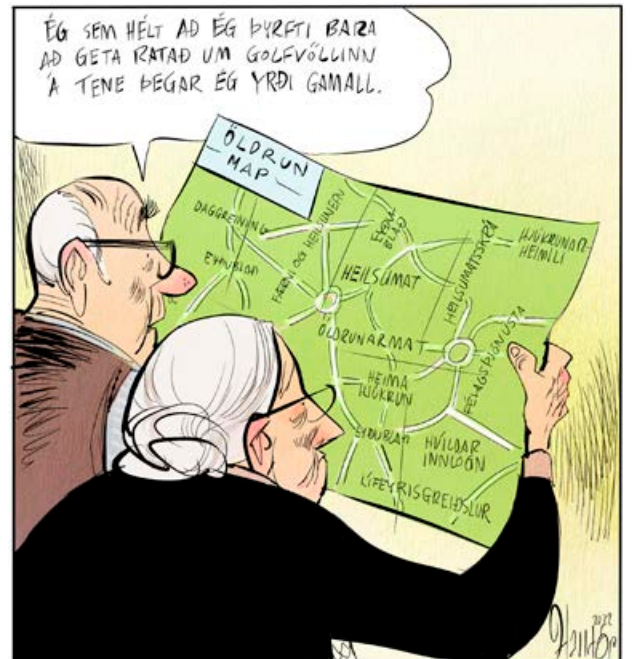
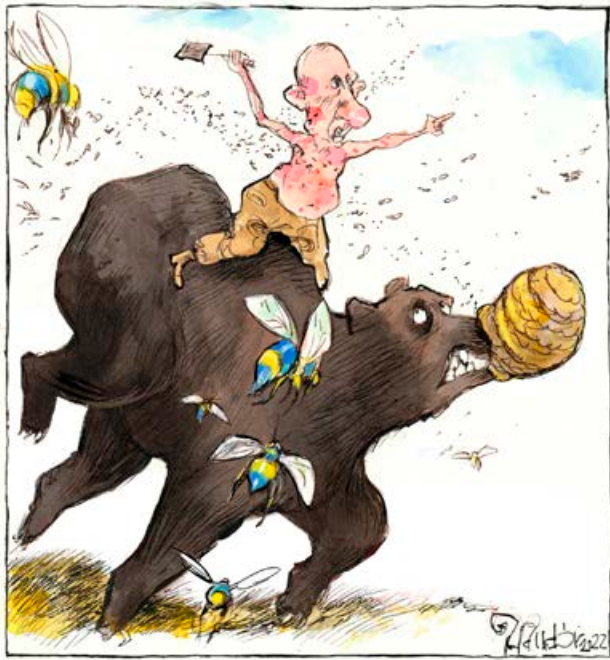
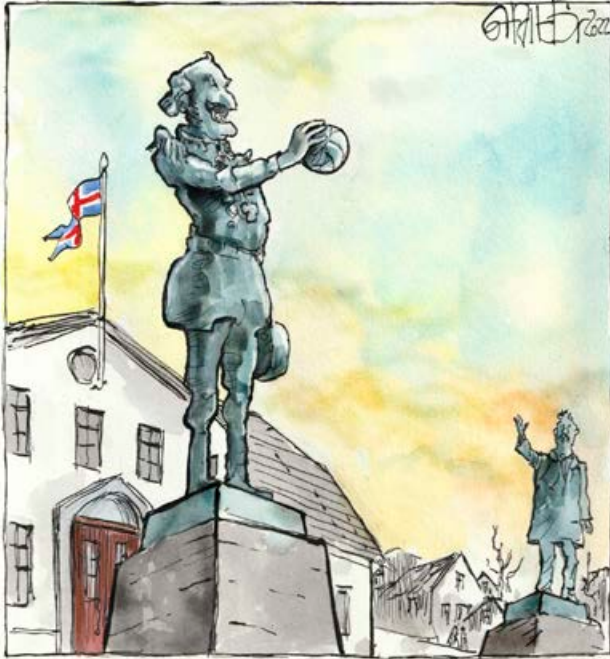
Ferðavinningur: Gjafabréf frá Heimsferðum að verðmæti kr. 300.000 hver vinningur

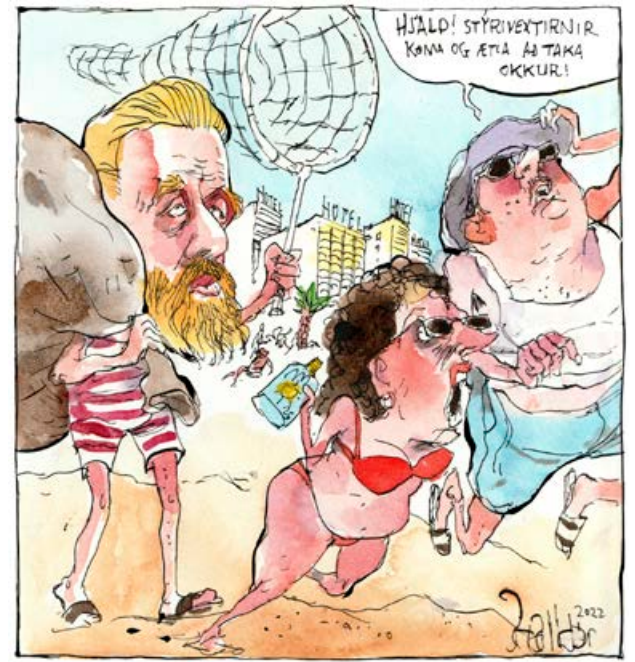
578	6875	11977	19584	28926	34516	42071	47531	56881
1320	7156	12484	19640	29372	35575	42538	48033	56913
2239	7269	12663	20518	29446	36540	43151	48520	57125
2515	8192	12774	20626	30568	36605	43170	49658	57933
3194	8870	13740	22434	30681	36636	43329	50252	58237
3214	9226	13814	23075	31171	36670	43941	50554	58315
3835	9333	14834	23543	31440	36814	44328	53297	59379
4746	9618	15362	26606	31584	38946	44726	54348	60807
4849	9692	15532	27510	33115	39541	44927	54519	60845
4977	10230	16061	27849	33504	39592	46211	54633	60991
5029	10353	18043	28526	34021	41608	46696	56291	
5202	11632	18744	28862	34328	41942	47319	56775	

Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra þakkar landsmönnum veittan stuðning og óskar vinningshöfum til hamingju.

Handhafar vinningsmiða framvísi þeim á skrifstofu Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra að Háaleitisbraut 13, Reykjavík. Sími 535-0900. Skrifstofa félagsins opnar 3. janúar 2023.

Vinningskrá er einnig birt á heimasíðu félagsins www.slf.is





ÚTSALA er hafin



www.dorma.is
VEFVERSLUN



ALLT AÐ
60%
AFSLÁTTUR

Sealy **SEATTLE** heilsudýna + Classic botn

Frá Sealy – einum stærsta framleiðanda heilsudýna í heimi. Vönduð og góð, millistíf heilsudýna með pokagormum sem gefa fullkominn stuðning. Hún er svæðaskipt og því mýkri á okkar þyngstu stöðum eins og öxlum og mjöðmum. Náttúrulegt Talalay latex í bland við mismunandi svamptegundir gefa henni gott loftflæði.



30%
AFSLÁTTUR
AF DÝNU

20%
AFSLÁTTUR
AF BOTNI



140x200 cm

Fullt verð: 174.900 kr.

Nú **127.930 kr.**

160x200 cm

Fullt verð: 189.900 kr.

Nú **138.830 kr.**

Nature´s **SUPREME** heilsudýna + Classic botn

Virilega vönduð heilsudýna sem hentar flestum, millistíf.

Natures Supreme er samsett úr 5 svæðaskiptu pokagormakerfi með steyptri kantstyrkingu sem gefur um 25% meira svefnrymi og lengri endingu. Gormakerfið er mýkra við axlasvæðið, millistíft við miðjussvæðið en stífara við neðrabakssvæðið. Convoluted

svampur (eggлага) er í efsta lagi dýnnar sem gefur virkilega góðan stuðning og aðlögun. Einnig gefur lögunin á svampinum meira loftflæði sem skilar sér í auðveldari snúningi á dýnunni. Mismunandi svamplög gefa henni frábæra mýkt. Hæð dýnnar er 29,5 cm. Dýna sem hentar ungum sem öldnum.



20%
AFSLÁTTUR

120x200 cm

Fullt verð: 149.900 kr.

Nú **119.920 kr.**

140x200 cm

Fullt verð: 159.900 kr.

Nú **127.920 kr.**

160x200 cm

Fullt verð: 176.900 kr.

Nú **139.920 kr.**



30%
AFSLÁTTUR

CANNES
hægindastóll með skammel

Vandaður, glæsilegur og þægilegur hægindastóll með þykku leðri á slitflötum á sterkum snúningsfæti.

Fullt verð: 199.900 kr.

Nú **139.993 kr.**



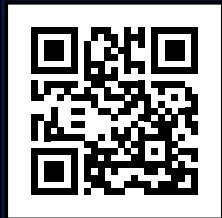
25%
AFSLÁTTUR AF
HÖFÐAGÖFLUM

Afgreiðslutími Rvk
Mán. til fös. kl. 11-18
Laugardaga kl. 11-17

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100
Skeiði 1, Ísafirði
456 4566

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



Skoðaðu útsöluvörurnar á www.dorma.is

STELLA sófi 2ja sæta. Grænt eða blátt áklæði. 160 x 85 x 78 cm.



60%
AFSLÁTTUR

Fullt verð: 119.900 kr.

Nú **47.960 kr.**

AUSTIN rafdrifinn sófi



20%
AFSLÁTTUR

Fullt verð: 299.900 kr.

Nú **239.920 kr.**

3ja sæta stillanlegur sófi. Hægra og vinstra sæti eru hallanleg með skammel. Miðjusæti niðurfellanlegt og verður að borði. 198 x 95 x 98 cm.

LAGOON rúmgrind + Natures Rest Luxury dýna



160x200 cm

180x200 cm

Fullt verð: 264.800 kr. Fullt verð: 279.800 kr.

Nú **217.325 kr.**

Nú **229.825 kr.**

25%
AFSLÁTTUR
RÚMGRIND



25%
AFSLÁTTUR

MONTARIO svefnsófi

Svefnsófi með ljósgráu eða dökkgráu áklæði. 158 x 90 x 78 cm.

Fullt verð: 119.900 kr.

Nú **89.925 kr.**



40%

S. BEDDING dúnsæng

Dúnsæng. 1300g 15% hreinn andadúnn og 85% smáfiður. Stærð: 135x220 cm.

Fullt verð: 14.900 kr.

Nú **8.940 kr.**



30%

SEALY koddi

ice cool. Stærð: 50x70 cm.

Fullt verð: 10.900 kr.

Nú **7.630 kr.**



30%

DORMA ullarsæng

Hlý en létt sæng sem hentar allan ársins hring. Ullarsængin er vistvæn og með Oekotex vottun. Þvo má sængina á lágum hita (allt að 40°) og á sérstöku ullarprógrami.

Fullt verð: 21.900 kr.

Nú **15.330 kr.**



30%

DORMA ullarkoddi

Fylltur með sérvöldum ullarhnoðrum. Vistvæn. 50x70 cm.

Fullt verð: 9.900 kr.

Nú **6.930 kr.**



25%

Nú **10.420 kr.**

DORMA CLASSIC sæng

1345g, gerð úr holtrefjum. Meðalhly sæng, áklæði úr 100% lífrænni bómull.

Fullt verð: 13.900 kr.



25%

Nú **3.675 kr.**

DORMA CLASSIC koddi

800g, gerður úr holtrefjum. Meðal stuðningur. Stærð: 50x70 cm.

Fullt verð: 4.900 kr.

20%
AFSLÁTTUR



CHOLET náttborð

Hvítt eða svart náttborð. 50 x 35 x 24,3 cm.

Fullt verð: 14.900 kr.

Nú **11.920 kr.**

20%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM
RÚMFÖTUM



AFGREIÐSLUTÍMI NÆSTU DAGA

Miðvikudagur - föstudags 11-18

Gamlársdagur og nýársdagur - LOKAÐ

2. janúar 11-18

DORMA

Láttu drauminn rætast



Ráðning KSÍ á Grétari Rafni í starf tækni-legs ráðgjafa yfir nokkurra mánaða skeið vakti töluverða athygli enda Grétar getið sér gott orð í knattspyrnuheiminum. Hann skilaði af sér skýrslu í júlí.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

Hreyfingin hafi ef til vill sofnað á verðinum

Birgir Jóhannsson framkvæmdarstjóri ÍTF, hagsmunasamtaka knattspyrnufélaga sem eiga sæti í efstu deildum karla og kvenna hér á landi, segir sumt í skýrslu Grétars Rafns fyrir KSÍ vera fullmikla einföldun en ef til vill hafi knattspyrnuhreyfingin sofnað á verðinum.

aron@frettabladid.is

Skýrslan, sem Grétar Rafn Steinson, fyrrverandi atvinnu- og landsliðsmaður sem nú starfar fyrir enska úrvalsdeildarfélagið Tottenham, vann fyrir KSÍ og varðar knattspyrnuumhverfið hér á landi, hefur vakið mikla athygli en Fréttablaðið greindi frá efnistöðum hennar á dögunum.

Grétar Rafn starfaði hjá KSÍ sem tæknilegur ráðgjafi í um hálf tveim árum og skilaði af afstríðu sinni til KSÍ í júlí en lítið hefur verið gert við það síðan þá. Fréttablaðið greindi fyrst frá innihaldi skýrslunnar, áður en aðildarfélag og hagsmunaaðilar íslenskrar knattspyrnu fengu veður af tilvist hennar.

„Ég fékk skýrsluna senda á þriðjudagskvöld,“ segir Birgir, framkvæmdarstjóri ÍTF, í samtali við Fréttablaðið en hann vissi ekki að Grétar Rafn hefði verið búinn að skila af sér niðurstöðum vinnu sinnar.

Lítill þekking á félagsrekstri

Í skýrslunni fer Grétar Rafn meðal annars yfir umhverfið í Bestu deildum karla og kvenna. Þróunina kvennamegin segir hann góða en fer ekki eins góðum orðum um karla-deildina.

Verið sé að borga atvinnumannalaun í áhugamannaumhverfi þar sem skorti fagmennskuhugarfar. Meðalaldur leikmanna í deildinni sé með þeim hæsta í Evrópu og á meðan fái ungir og efnilegir leikmenn lítinn spiltíma og fari á endanum utan. Þá hafi rúm tveir milljarðar runnið til aðildarfélaganna frá KSÍ og segir Grétar að meirihluti þessara fjármuna hafi



Sumt af því sem kemur fram í skýrslu Grétars er fullmikil einföldun.



Birgir Jóhannsson, framkvæmdarstjóri Íslensks toppfótbolta

farið í launagreiðslur til leikmanna.

„Ég er ekki að efast um hæfni og þekkingu Grétars Rafns á knattspyrnuheiminum, við vitum á hvaða stað hann er í dag, en þekking hans á íslenskum félagsrekstri er ekki mikil,“ segir Birgir um mat Grétars á umhverfinu hér heima en þeir áttu saman fund á meðan á vinnu Grétars stóð.

„Þessi umræða um greiðslur frá KSÍ til aðildarféлага sinna sem og launagreiðslur til leikmanna, það þarf alltaf að setja þetta í samhengi við okkar stöðu á Íslandi.“

Það að við þurfum að fá leikmenn til Íslands mun alltaf kosta meira en að vera að spila í 2. deild Noregs, Danmerkur og Svíþjóðar. Við þurfum að borga herra verð til þess að fá leikmenn til Íslands, laun eru líka bara mjög há á Íslandi.“

Allt kosti meira á Íslandi og það þurfi að borga vel til að fá einhvern til að koma og búa þessa mánuði á Íslandi yfir tímabilið.

„Það er bara veruleikinn, menn standa ekki í röðum og bíða eftir því að fá tækifæri til að spila hér á landi.“

Fullmikil einföldun

Skýrsla Grétars sé hins vegar fínt innlegg í umræðuna.

„Það er flott að fá utanaðkomandi aðila til þess að koma með umsögn um umhverfið hér heima en sumt af því sem kemur fram í skýrslu Grétars er fullmikil einföldun.“

Svo er umræðan um hvort það sé rétt eða rangt að reyna að lokka erlenda leikmenn hingað til lands bara allt önnur umræða.

Við höfum verið með nokkuð jafnt hlutfall erlendra leikmanna hér á landi. Það datt niður eftir fjármálahrunið 2008 og svo aftur núna í kringum Covid-19 en þar spiluðu utanaðkomandi þættir verulega inn í.“

Verðum alltaf þróunardeild

En erum við að taka ranga stefnu í þessum málum, gefa ungum og efnilegum íslenskum leikmönnum alltof fá tækifæri?

„Það er alveg mjög gild umræða að taka, ég veit að þetta hefur verið rætt innan aðildarfélaganna. Auðvitað eigum við ekki að vera með einn hæsta meðalaldur leikmannahópa í okkar deildum. Það hefur alla tíð verið þannig á Íslandi að meðalaldur leikmanna hefur verið hár, einhvern veginn hefur þetta æxlast þannig.“

Þetta er eitthvað sem aðildarfélagin og við sem hreyfing getum tekið til skoðunar hjá okkur, að reyna frekar að vera með yngri leikmenn. Við verðum alltaf þessi þróunardeild, deild sem mun selja bestu leikmenn sína út í atvinnumennsku og erum mjög neðarlega í fæðukeðjunni. Það mun ekkert breytast og ætti ekki að breytast.“

Sú staðreynd að ungir leikmenn séu margir hverjir að koma heim úr atvinnumennsku er ekkert slæmt. Við höfum verið að sjá leikmenn, eins og Kristal Mána Ingason, sem komu heim, gerðu vel og fóru síðan aftur út í atvinnumennsku.“

Rög við að gera breytingar

Undir lok skýrslu sinnar segir Grétar að það sé margt gert vel hér á landi en það sé kominn tími á að KSÍ og

Punktur Grétars um Bestu deild karla

- Meðalaldur leikmanna einn sá hæsti í Evrópu.
- Ungir leikmenn fá lítil tækifæri, fara margir utan.
- Félagsslið eru farin að kaupa til baka unga íslenska leikmenn sem ekki hafa fest sig í sessi erlendis.
- Greining er lítil sem engin.
- Félag hafa sett „smáauglysingar“ erlendis til að auglýsa eftir leikmönnum rétt fyrir lokun félagskiptaglugga.
- Borgum atvinnumannalaun í áhugamannaumhverfi.
- Fagmennskuhugarfar er lítið.

aðildarfélagin vinni betur saman við þróun allra þátta með framtíð fótboltans að leiðarljósi.

Hvernig er samtalið milli þessara aðila að mati Birgis?

„Samtalið og samstarfið milli aðildarfélaganna er mjög gott og virkt. Við fórum í þá vegferð að breyta keppnisfyrirkomulaginu í Bestu deild karla fyrir síðasta tímabilið og nú tekur það breytingum í Bestu deild kvenna þar sem leikjum er fjölgað. Þá hafa einnig átt sér stað breytingar, sem KSÍ hefur leitt, í yngri flokkunum þar sem leikjum hefur verið fjölgað.“

Það sem gerðist, að mínu mati, er að við vorum of rög við að gera breytingar. Við vorum í kringum 30. og 40. sæti á styrkleikalista UEFA með efstu deild hér á landi, landsliðunum gekk vel og við hröpum síðan niður þennan lista og við það vöknuðu allir upp af værum blundi, það var þá sem við sáum að við vorum á vondum stað.“

Deildirnar séu enn staddir í ákveðnu breytingaferli hvað keppnisfyrirkomulagið varðar og þetta taki allt tíma.

„Það má alveg segja að við

höfum sofið á verðinum á sama tíma og aðrar deildir hafa verið að gefa í. Núna erum við að spyrna við fótum og það vonandi í rétta átt. Í fótbolta er ekkert sem heitir snemmbúin lausn, þetta tekur allt sinn tíma.“

En samtalið við KSÍ? Er það á jafn góðum stað?

„Við eigum í miklum samskiptum við ákveðnar deildir innan KSÍ, eins og mótanefnd, og samskiptin hafa verið góð. Þau gætu alltaf verið betri en eru alls ekki slæm. Á heildina lítið mætti samtalið vera meira en þetta er á réttri leið.“

Ekki ákjósanleg þróun vendinga

Skýrsla Grétars Rafns um knattspyrnuumhverfið hér á Íslandi lá fyrir í júlí en það var aðeins á þriðjudagskvöld, eftir að málið hafði ratað í fjölmiðla, sem hagsmunaaðilar innan knattspyrnuhreyfingarinnar, ÍTF og aðildarfélagin meðal annarra, fengu skýrsluna í sínar hendur.

Hvað finnst Birgi um það?

„Ég hef lesið skýringar Jörundar á þessu, þess efnis að það hafi aldrei staðið til að gera þetta svona, það var ekki búid að kynna þetta fyrir stjórn KSÍ og aðildarfélagunum.“

Ég þykist alveg vita að það hafi aldrei staðið til að þetta myndi leka út í fjölmiðla og ef satt er þá hefur engin vinna farið af stað með þessa greiningu Grétars.

Auðvitað er það ekki ákjósanlegt að lesa um þessa skýrslu í Fréttablaðinu, það hefði verið langfarfærast að fá þetta inn til efnislegrar meðferðar í aðildarfélagunum og KSÍ þar sem hægt hefði verið að vinna með þetta.

Nú les maður um þetta í blöðunum og fólk er farið að svara fyrir þetta hingað og þangað. Ef maður er hreinskilinn þá, jú, liður langur tími frá því greiningunni var skilad inn í júlí þar til eitthvað gerist og allt í einu bregðast menn við núna. Þetta er ekki kjörð en líklega voru menn að finna grundvöll fyrir því að fá Grétar til þess að kynna þetta sjálfur.“ ■



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

FIMMTUDAGUR 29. desember 2022



Færri fara til tannlæknis í dýrtíðinni.

Fresta ferðum til tannlæknis

elin@frettabladid.is

Það eru ekki bara Íslendingar sem finna fyrir verðbólguþröngum. Danir kvarta undan honum líka. Hækkandi verðlag hefur komið niður á tannheilsu fólks þar í landi sem frestar því að fara til tannlæknis vegna dýrtíðar.

Könnun sem félag tannlækna gerði í Danmörku og 622 tannlæknar svöruðu sýna að miklu fleiri frestuðu eða hættu við tímum sem þeir höfðu pantað á þessu ári en undanfarin ár. Þetta þykir háalvarlegt mál þar sem Danir hafa haft mjög góða tannheilsu. Formaður Tannlæknafélagsins, Susanne Kleist, segir við ríkismiðilinn dr.dk að þetta geti haft alvarleg áhrif á heilsu fólks. Margir sjúkdómar koma upp í munninn sem þurfa meðhöndlun og nefnir þar meðal annars tannholdsþöglu. „Léleg tannheilsa getur líka haft mjög slæm áhrif á aðra sjúkdóma svo sem sykursýki, lungnabólgu, hjarta- og æðasjúkdóma og heilabilun svo eitthvað sé nefnt.

Hætta að brosa

Í könnun Tannlæknafélagsins svöruðu tæp 70% tannlækna að þeir hafi fundið mikið fyrir afþöntunum. Rannsókn frá Kaupmannahafnarháskóla sýnir að fjórir af hverjum tíu fullorðnum fara ekki til tannlæknis einu sinni á ári, eins og heilbrigðisyfirvöld mæla með. Það er ekki bara líkamleg heilsa sem er í húfi heldur einnig andleg. Ef tennurnar skemmast hætta fólk að brosa og það getur til dæmis haft áhrif í atvinnuviðtali. ■



Hjálpræðisherinn á Íslandi sendir landsmönnum öllum óskir um gleðileg jól og farsæld á komandi ári



Atli Geir Alfreðsson útskrifaðist úr fatahönnun frá LHÍ síðasta vor en útskriftarlinan hans bar heitið Úr heljargreipum karlmennskunnar. Hér klæðist hann pilsí frá Vintage St. Martin og peysu frá 66°Norður. Skórnir eru frá Dr. Martens og sokkarnir eru frá Farmers Market.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Leikur sér með kynjaðan klæðnað

Atli Geir Alfreðsson stundar nám í fatahönnun við Central Saint Martins í London. Hann segir nauðsynlegt að rugla aðeins í úreltum staðalmyndum um karlmennsku. **2**



Hér klæðist Atli bol frá Craig Green og buxum úr eigin útskriftarlinu. Klúturinn er vintage úr Wasteland og skórnir frá ASOS.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Starri Freyr Jónsson starri @frettabladid.is

Atli Geir Alfredsson stundar nám í fatahönnun við Central Saint Martins í London. Hann segir nauðsynlegt að leika sér með kynjadan klæðnað til þess að rugla aðeins í úreltum staðalmyndum um karlmennsku.

Alveg frá því að Atli Geir man eftir sér hefur hann verið saumandi enda ólst hann upp á saumastofu móður sinnar sem er klæðskerameistari og fatahönnuður. „Þegar ég var í menntaskóla fór ég að taka myndir og þróaðist það út í tiskuljósmyndun. Ég ákvað að sækja um í fatahönnun í Listaháskóla Íslands (LHÍ) vegna þess að mig langaði að hanna fötin sem ég var að taka myndir af, en ekki bara taka myndir af fötum annarra.“

Endurhugsar útlitsstaðla

Atli Geir útskrifaðist í vor frá LHÍ en útskriftarlinan hans bar heitið Úr heljargreipum karlmennskunnar. „Línan mín er tilraun til þess að skapa svigrúm til að endurhugsa útlitsstaðla karlmennskunnar. Þar reyni ég að feta línuna milli kvenleika og karlmennsku út frá rannsókn minni á karlmenskustöðlum í klæðaburði sem og karlmennsku og feðraveldinu.“

Hann segir nauðsynlegt að leika sér með kynjadan klæðnað til þess að rugla aðeins í úreltum staðalmyndum um karlmennsku. „Á sama tíma og vitundarvakningin sem hefur átt sér stað hefur rymkað svigrúmið fyrir karlmenn til þess að prófa sig áfram með kynjadan klæðnað tel ég að þessi þróun geti einnig átt sér stað í öfuga átt. Það er að með fleiri fyrirmyndum af „masculine-presenting“ fólki sem leikur sér með kynjadan klæðnað í sviðsljósinu hjálpi það til við að ryðja veginn fyrir heilbrigðari hugmynd um karlmennsku.“

London uppspretta innblásturs

Eftir útskrift flutti Atli Geir til London þar sem hann hóf masters-nám í fatahönnun við Central Saint Martins. „Næsta stóra verkefni er því að klára masterinn en ég stefni á útskrift í mars 2024. Í náminu fæst ég aðallega við hönnunarvinna en markmið námsins er að gera nemendur að betri hönnuðum með heildstæðari mynd á öllu ferlinu. Í rauninni er verið að gera mann sjálfstæðan hönnuð sem getur kynnt verk sín og hugmyndir á mjög heildstæðan hátt, hvort sem hannað er fyrir tiskuhús eða maður stýrir eigin fyrirtæki.“

Lífið í London er mikið ævintýri að hans sögn en það hefur verið draumur hans frá því hann hóf nám við LHÍ að flytja til London eftir útskrift og hefja nám við Central Saint Martins. „Það eru auðvitað viðbrigði að búa í stórborg, en það er einnig endalaus uppspretta innblásturs því það er svo margt að sjá. Skemmtilegast finnst mér að kíkja á listasöfn eða röla um göt-urnar og fylgjast með fólkinu og klæðaburðinum í borginni.“

Gefandi að kenna fólki

Samhliða náminu í LHÍ kenndi Atli Geir einstaka sinnum herrafatasama-námskeið með móður sinni. „Það er mjög gefandi og skemmtilegt að kenna fólki og deila þeirri þekkingu sem maður öðlast, auk þess að maður lærir alltaf eitthvað sjálfur af því að kenna. Draumurinn er svo að hanna annað hvort fyrir tiskuhús eða stofna eigið merki en ég ætla bara að láta það svolítið ráðast eftir útskrift úr masters-náminu.“ ■



Hér klæðist Atli jakkafötum úr útskriftarlinunni sinni. Hálsmenið er sérsmíðað lógó-hálsmen með eigin lógó. Skórnir eru frá ASOS.

Frakkinn er vintage kasmír-frakki frá afa Atla Geirs. Buxurnar eru frá Homme Plissé Issey Miyake og bláir skórnir eru frá Camper.

Spurt og svarað

Hvernig hefur tiskuhugi þinn þróast undanfarin ár?

Ég myndi segja að áhugi minn á tisku hafi dýpkað gríðarlega frá því að ég byrjaði í LHÍ. Mér finnst sérstaklega gaman að kafa djúpt í meiningu og reyna að greina þau fót sem ég sé en það er eitthvað sem ég gerði ekki áður.

Hvernig fylgist þú helst með tiskunni?

Instagram er líklega helsta tólið en Vogue Runway er alltaf gaman að skoða. Þó jafnast ekkert á við prentuð tímarit eða bækur.

Hvar kaupir þú helst fötin?

Ég reyni að kaupa sem mest vintage en annars eru það merki sem framleiða flíkur sem ég veit að munu endast mér lengi. Svo er ég mikið að vinna með að laumast í fataskápinn hjá fjölskyldu og ættingjum.

Hvaða litir eru í mestu uppáhaldi?

Ég held að það séu engir sérstakir litir sem ég klæðist meira en öðrum. Ég reyni oftast bara að velja eina flík eða einn lit og búa til „outfittið“ út frá því. Þó er ég alltaf svolítið veikur fyrir appelsínugulum.

Áttu minningar um gömul tiskuslys?

Ég átti neonappelsínugular Cyberdog rave-buxur þegar ég var yngri sem mér fannst vera svölustu buxur í heimi og gekk í eins oft og ég gat. Þær fengu ekkert jafn frá-bærar viðtökur frá jafnöldrum mínum.

Hvaða þekkti einstaklingur, innlendir og erlendir, er svalur þegar kemur að fatnaði/tisku?

Marc Jacobs er örugglega einn sá svalasti maður í heimi. Óaðfinnanlegur í klæðaburði og alltaf áhugaverð „outfit“.

Hvaða flíkur hefur þú átt lengst og notar enn þá?

Fyrir mörgum árum fékk ég gamlan svartan bomber-jakka sem bróðir mömmu notaði þegar hann var yngri og hef notað hann alla tíð síðan. Núna er hann að ganga í gegnum breytingar en verður eins og nýr eftir að ég klára.

Áttu uppáhaldsverslanir?

Fatamarkaðir eru alltaf á toppnum en Selfridges í London er líklega uppáhaldsverslunin mín þessa dagana. Stundum er bara gaman að labba í gegn og láta sig dreyma.

Áttu eina uppáhaldsflík?

Uppáhaldsflíkin mín í dag er síður svartur kasmír frakki frá afa sem er fullkomlega „oversized“ á mér. Ég geng í honum næstum því daglega.

Bestu og verstu fatakaupin?

Bestu kaupin myndi ég segja Homme Plissé Issey Miyake-buxurnar og Saint Laurent skórnir sem ég fékk á helmingsafslætti í París. Verstu kaupin myndi ég segja að væru skinny fit gallabuxurnar þegar þær voru í tisku, þær liggja mjög aftarlega í fataskápnum.

Notar þú fylgihluti?

Ég er alltaf með tvo hringa og lógóhálsmenið mitt, en töskur, klútar, bindi og annað eru allt tól til þess að betrubæta lúkkinn.

Eyðir þú miklum peningum í fót miðað við jafnaldr þína?

Eftir að ég fór að gramsa í skápum foreldra minna og ættingja hef ég eytt minni pening í fót en ég gæti trúað því að mig dagdreymi meira um fót en jafnaldrar mínir.

Fylgir þú einhverjum merkjum eftir á samfélagsmiðlum?

Meirihluti þess sem kemur upp á instagram hjá mér er tíska en þau merki sem ég fylgist hvað mest með eru botter_paris, @eckhaus_latta, @martine_rose og @gmbh_official.

LANCÔME

PARIS



9 AF HVERJUM 10
KONUM MYNDU VELJA
ÞAÐ FREKAR EN SITT
VENJUYLEGA SERUM

NÝTT
RÉNERGIE
H.C.F. TRIPLE SERUM
HÝALÚRONSÝRA - C+ NÍASÍNAMÍÐ - FERULÍNSÝRA



BYGGIR UPP ÖLL
ÞRJÚ LÖG HÚÐAR

LAG 1: MEIRI FYLLING
LAG 2: VINNUR GEGN
HRUKKUM OG LÍNUM
LAG 3: DREGUR ÚR
DÖKKUM BLETTUM



Bílar & Farartæki

AÐALKAUP



TIL AFHENDINGAR STRAX Á FRÁBÆRU VERÐI!!!

SUZUKI VITARA GL++. Ágerð 12/2021, "NYR" ÖEKINN, bensín/hybrid, framdrifinn, sjálfskiptur. Mjög vel útbúinn og sparneyttinn jepplingur á mjög góðu verði. Eigum til fleiri líti. Verð aðeins kr.4.977.000- Sjá fleiri myndir og frekari upplýsingar á www.adalkaup.is Rnr.120766.

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

AÐALKAUP



100% RAFMAGN - TIL AFHENDINGAR STRAX!!!

RENAULT KANGOO Express z.e. 100% rafmagn. 12/2021, "NYR" ÖEKINN, rafmagn, sjálfskiptur. Uppgefin WLTP drægni 240km. Verð aðeins kr.4.977.000-. Eru með 10 stk. til afhendingar strax á þessu frábæra verði fyrir áramóti! Sjá fleiri myndir og frekari upplýsingar á www.adalkaup.is Rnr.120765.

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

Þjónusta

Búslóðaflutningar

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

Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÜRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Keypt & Selt

Til sölu



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

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut

Heilsa

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

BLÖÐIN

Bláðið í dag og safn eldri bláða á frettabladid.is

Skipulagsstofnun

Umhverfismat framkvæmda

Ákvörðun um matsskyldu

- Notkun ásætuvarna sem innihalda kopar í eldi Arctic Sea Farm í Arnarfirði
- Breyting á afmörkun eldissvæða Arnarlax við Hlaðsbót, Tjaldanes, Hringsdal og Kirkjuból í Arnarfirði

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að ofangreindar framkvæmdir skuli háðar umhverfismati samkvæmt lögum nr. 111/2021. Ákvarðanirnar er að finna á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvarðanirnar má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 30. janúar 2023.

Létt og skemmtileg spænskunámskeið

Verða haldin í MÍR salnum á Hverfisgötu 105.

Kennarar eru Jakobína Davíðsdóttir og Carmen Nogales.

Meiri áhersla er lögð á tal og minni á málfræði. Námskeiðin standa í 4 vikur.

Boðið er upp á byrjendanámskeið og framhaldsnámskeið.

Byrjendanámskeið:

Mánudaga og miðvikudaga: 13:00 - 14:30
Þriðjudaga og fimmtudaga: 10:00 - 11:30
Mánudaga og miðvikudaga: 17:30 - 19:00

Framhaldsnámskeið spænska II:

Mánudaga og miðvikudaga: 19:15 - 20:45

Framhaldsnámskeið spænska III:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 17:30 - 19:00

Framhaldsnámskeið spænska IV:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 10:00 - 11:30

Framhaldsnámskeið spænska V:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 13:00 - 14:30

Við bjóðum einnig upp á einkatíma og stuðningstíma fyrir nemendur á menntaskólastigi.



Námskeiðin okkar byrja mánudaginn 9. janúar og þriðjudaginn 10. janúar og þeim lýkur svo fimmtudaginn 2. febrúar.

Verð á mann er 37.500 krónur.

Upplýsingar í síma 790 5033 eða spaenskuskolinnhablame@gmail.com

Facebook: Spænskuskólinn Háblame
Instagram: [spaenskuskolinn_hablame](https://www.instagram.com/spaenskuskolinn_hablame)

Þjónustuauglýsingar Sími 550 5055

LED leiðiskrossar



- Gengur fyrir rafhlöðum eða tengist rafmagni.
- Rafhlaða endist um það bil í einn mánuð.

Upplýsingar í s. 699 6869 og rafeindir.is

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?



Bílsætaviðgerðir, mótörhjóla og snjósléðasæti. Húsbilaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu. Skoðið video af vinnslu á www.hsbolstrun.is

Formbólstrun
Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is



Umhverfismat framkvæmda

Álit Skipulagsstofnunar

Fjarðarheiðargöng, Múlaþingi

Skipulagsstofnun hefur gefið álit sitt um mat á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 111/2021. Álitíð liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík. Álitíð og umhverfismatsskýrslu Vegagerðarinnar er einnig að finna á vef stofnunarinnar www.skipulag.is.

Auglýsing um skipulag Hafnarfjarðarbær

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti á fundi sínum 21. desember að auglýsa í samræmi við skipulagslög nr. 123/2010 eftirfarandi skipulagsmál:

Breyting á aðalskipulagi Hafnarfjarðar 2013-2025, vegna Hamranes M3

Í samræmi við 1. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 var samþykkt að breyta aðalskipulagi Hafnarfjarðar 2013-2025. Breytingin felst í breytingu á greinargerð þar sem heimilud er fjölgun íbúða úr 1500 í 1900 auk 80 þjónustueininga á hjúkrunarheimili.

Nýtt deiliskipulag, Áshamar 50, reitur 6A. Endurauglýst með vísan til breytingar á aðalskipulagi vegna Hamranes M3 fjölgun íbúða

Á reitnum sem úthlutað var sem þróunarreit er gert ráð fyrir byggingarreit upp á fimm hæðir fyrir fjölbýlishús með allt að 40 íbúðum. Á efri hæðum eru íbúðir en á jarðhæð hússins er gert ráð fyrir atvinnustarfsemi, verslun, þjónustu eða annarri sérhæfðri starfsemi. Gert er ráð fyrir bilakjallara ásamt bílastæðum á lóð.

Nýtt deiliskipulag Hringhamar 10, reitur 20B. Endurauglýst með vísan til breytingar á aðalskipulagi vegna Hamranes M3 fjölgun íbúða

Á reitnum sem var úthlutað sem þróunarreit er gert ráð fyrir byggingarreit fyrir þrjú fjöggra til sex hæða fjölbýlishús með allt að 70 íbúðum. Gert er ráð fyrir bilakjallara ásamt bílastæðum á lóð.

Nýtt deiliskipulag Baughamar 1, reitur 30 C. Endurauglýst með vísan til breytingar á aðalskipulagi vegna Hamranes M3 fjölgun íbúða

Á reitnum sem var úthlutað sem þróunarreit er gert ráð fyrir tveimur fimm til sex hæða fjölbýlishúsum með allt að 58 íbúðum. Gert er ráð fyrir bilakjallara ásamt bílastæðum á lóð.

Breyting á deiliskipulagi Selhrauns suður, vegna Suðurhelli 9

Breytingin felst í því að byggingarreitnum er snúið og hann færður til. Auk þess er gert ráð fyrir nýjum út-/innkeyrslum á lóðinni

Breyting á deiliskipulagi miðhverfis Setbergs, vegna Stekkjarberg 11

Breytingin felst í að gert er ráð fyrir að lóðin stækki og á henni rísi 26 íbúðir í þremur tveggja hæða fjölbýlishúsum. Einnig er gert ráð fyrir byggingarreit fyrir hjól og vagnageymslu.

Tillögurnar eru til sýnis í þjónustuveri Hafnarfjarðar Strandgötu 6 og hjá umhverfis- og skipulagssviði Norðurhelli 2, frá 29.12. Einnig er hægt að kynna sér tillögurnar á hfj.is/skipulag.

Þeim sem telja sig hagsmuna eiga að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir á netfangið skipulag@hafnarfjordur.is eða skriflega í þjónustuver að Strandgötu 6 eigi síðar en 9.2.2023.

Hafnarfjarðarbær
bt. umhverfis- og skipulagssvið
Strandgötu 6
220 Hafnarfjörður

hafnarfjordur.is



AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL

Bláskógabyggð, Flóahreppur, Grímsnes- og Grafningshreppur og Skeiða- og Gnúpverjahreppur

Samkvæmt 30. og 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru kynntar tillögur aðal- og deiliskipulagsbreytinga auk tillagna nýrra deiliskipulagsáætlana.

1. Lækjarholt 1 L231163; Breytt landnotkun; Aðalskipulagsbreyting – 2208025

Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 30. nóvember 2022 að kynna tillögu aðalskipulagsbreytingar sem tekur til Lækjarholts 1, L231163. Í gildandi aðalskipulagi Flóahrepps 2017-2029 er skipulagssvæðið skilgreint sem landbúnaðarsvæði. Í breytingunni felst að hluta landspildunnar verði breytt í verslunar- og þjónustusvæði þar sem heimiluð verði ferðaþjónusta.

2. Fjallaskálar í Flóa- og Skeiðamannafrétti og Gnúpverjafrétti; Aðalskipulagsbreyting – 2207018

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember 2022 að kynna tillögu vegna breytinga á aðalskipulagi Skeiða- og Gnúpverjahrepps 2017-2029. Fyrirhuguð breyting á aðalskipulagi felur í sér breytingu á skipulagi fjallaskála á Flóa- og Skeiðamannafrétti og Gnúpverjafrétti. Flóa- og Skeiðamannafréttur telst vera milli Stóru-Laxár og Fossár að austanverðu og Gnúpverjafréttar milli Fossár og Þjórsár. Svæðið er allt innan skipulagssvæðis Skeiða- og Gnúpverjahrepps. Skálarnir eru skilgreindir í gildandi aðalskipulagi sem afþreyingar- og ferðamannasvæði, um er að ræða skálasvæði og fjallasel: AF16 Klettur (L166522), AF17 Hallarmúli (L178699), AF18 Sultarfit (L179883), AF19 Skeiðamannafit (L179888), AF20 Gljúfurleit (L166705), AF21 Bjarnalækjarbotnar (L166706), AF22 Tjarnarver (L166707) og AF23 Setrið (L166521). Markmiðið með aðalskipulagsbreytingunni er að fjölga gistiþlásum í fjallaskálum í samræmi við stefnu gildandi aðalskipulags. Settir eru skilmálar um mannvirki á hverju svæði fyrir sig, uppbyggingu þeirra og viðhaldi til framtíðar. Vatnsverndarsvæði skálanna eru sett inn á upprátt aðalskipulags og einnig er heimild veitt fyrir minniháttar efnistöku vegna úrbóta á aðkomuvegum.

3. Reykholt; Fljótsholt 5-8; Sameining lóða; Deiliskipulagsbreyting - 2205062

Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 1. Júní að kynna tillögu deiliskipulagsbreytingar sem tekur til lóða Fljótsholts 5-8 í Reykholti. Í breytingunni felst að fjórum einbýlishúsalóðum verði breytt í tvær lóðir fyrir raðhús. Raðhúsin yrðu á tveimur hæðum, hugmyndir um 5 litlar íbúðir á neðri hæð (um 28 m²) ásamt hjólageymslu og 3 íbúðum á efri hæð (um 60 m²). Gert er ráð fyrir að neðri hæðin gangi inn í brekkuna sunnan til í byggingarreitnum. Gerð er breytingu á upprætti deiliskipulagsins ásamt breytingum á skilmálum í greinargerð.

4. Skeiðamannafit L179888; Fjallasel; Deiliskipulag - 2205039

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Skeiðamannafit á Flóa- og Skeiðamannafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining tveggja byggingarreita, áningarhólfs og vatnsbóls ásamt verndarsvæði umhverfis það.

5. Sultarfit L179883; Fjallasel; Deiliskipulag - 2205038

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Sultarfitts á Flóa- og Skeiðamannafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining byggingarreits, áningarhólfs og vatnsbóls ásamt verndarsvæði umhverfis það.

6. Hallarmúli L178699; Fjallasel; Deiliskipulag - 2205037

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Hallarmúla á Flóa- og Skeiðamannafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining byggingarreits, áningarhólfs og vatnsbóls ásamt verndarsvæði umhverfis það.

7. Klettur L166522; Fjallasel; Deiliskipulag - 2205036

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Kletts á Flóa- og Skeiðamannafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining tveggja byggingarreita, áningarhólfs og vatnsbóls ásamt verndarsvæði umhverfis það.

8. Setrið fjallasel; Flóa- og Skeiðamannafréttur; Deiliskipulag - 2202088

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Setursins á Flóa- og Gnúpverjafrétt. Markmiðið með gerð þessa deiliskipulags er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining byggingarreits og vatnsbóls ásamt verndarsvæði umhverfis það.

9. Tjarnarver fjallasel; Gnúpverjafréttur; Deiliskipulag - 2202087

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Tjarnarvers á Gnúpverjafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining tveggja byggingarreita, áningarhólfs og tillögu að fyrirhuguðu vatnsbóli.

10. Bjarnalækjarbotnar fjallasel; Gnúpverjafréttur; Deiliskipulag - 2202086

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaselsins Bjarnalækjarbotna á Gnúpverjafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining tveggja byggingarreita og áningarhólfs.

11. Gljúfurleit skálasvæði; Gnúpverjafréttur; Deiliskipulag - 2202085

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 7. desember að kynna deiliskipulagstillögu sem tekur til skálasvæðisins Gljúfurleit á Gnúpverjafrétt. Markmið deiliskipulagstillögunnar er að setja ramma utan um uppbyggingu svæðisins og setja skilmála um framtíðaruppbyggingu. Í deiliskipulaginu felst m.a. skilgreining tveggja byggingarreita, áningarhólfs og vatnsbóls ásamt verndarsvæði umhverfis það.

Samkvæmt 41. og 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér auglýstar tillögur eftirfarandi deiliskipulagsbreytinga og nýrra deiliskipulagsáætlana :

12. Efsti-Dalur 2 L167631; Fjölgun lóða og stækkun byggingarreita; Deiliskipulagsbreyting - 2210093

Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 25. nóvember 2022 að auglýsa breytingu á deiliskipulagi sem tekur til Efsti-Dals 2. Í breytingunni felst fjölgun lóða og stækkun byggingarreita auk þess sem breytingar eru gerðar á núverandi skipulagsskilmálum innan svæðisins.

13. Hróarsholt spilda F1; L197221; Íbúðarhús, gestahús, útihús; Deiliskipulag - 2210092

Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 30. nóvember að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi sem tekur til lóðar Hróarsholts spildu F1, L197221. Í skipulags tillögunni felst heimild fyrir uppbyggingu íbúðarhúss, gestahúss og útihúss innan tveggja byggingarreita.

14. Þingdalur L166405; Deiliskipulag - 2210038

Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 30. nóvember 2022 að auglýsa tillögu nýs deiliskipulags innan jarðar Þingdals, L166405. Deiliskipulagið gerir ráð fyrir endurbótum eða endurbyggingu á núverandi íbúðarhúsi og útihúsum og eru þannig skilgreindir byggingarreitir utan um þau hús. Auk þess gerir skipulagið ráð fyrir byggingu hesthúss og reiðskemmu.

15. Úlfjótuvatn L170830; Frístundabyggð; Skilgreining lóða og byggingarreita; Heildarendurskoðun deiliskipulags – 2202007

Sveitarstjórn Grímsnes- og Grafningshrepps samþykkti á fundi sínum þann 19. desember að auglýsa tillögu nýs deiliskipulags vegna frístundabyggðar á landi Úlfjótsvatns L170830. Í dag er í gildi deiliskipulag frístundabyggðar við Úlfjótsvatn, dagsett 16.6.1993. Við gildistöku nýs skipulags fellur úr gildi eldra skipulag og upprættir. Í nýrri skipulagstillögu eru 26 frístundahús og svo Úlfjótsskáli eða samtals 27 byggingar. Húsum fjölgar því um eitt en heimilað byggingarmagn innan svæðisins eykst í takt við uppfærðar byggingarheimildir.

16. Arnarstaðakot; Búgarðabyggð; Deiliskipulag – 2201058

Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 15.12.2022 að auglýsa tillögu deiliskipulags sem tekur til íbúðarbyggðar á landi Arnarstaðarkots. deiliskipulaginu er gert ráð fyrir 23 íbúðarhúsalóðum að stærðinni frá 6.124 fm til 11.920 fm. Á þeim er heimilt að byggja íbúðarhús með geymslu/bílageymslu og eitt útihús, sem (sbr. aðalskipulag) getur haft mismunandi hlutverk s.s. fyrir búfé, gróður, heilsu- tengda þjónustu og ferðaþjónustu. Allt dýrahald er leyfilegt innan skipulagsins en skal vera afgirt innan lóðar/spildu eða í taumi utan lóðar/spildu. Deiliskipulagið er í takt við tillögu aðalskipulagsbreytingar sem er í vinnslu og tekur til skilgreiningu nýrra íbúðarsvæða innan aðalskipulags Flóahrepps.

17. Syðri-Gegnishólar L165499; Deiliskipulag - 2109091

Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 30.11.2022 að auglýsa tillögu nýs deiliskipulags að Syðri-Gegnishólum. Í deiliskipulaginu er gert ráð fyrir tveim lóðum, báðar með einum byggingarreit. Innan hvors byggingarreitar fyrir sig er gert ráð fyrir að heimilt verði að byggja allt að 300 fm íbúðarhús ásamt sambyggðum eða aðskildum bílskúr.

Ofangreindar skipulagstillögur liggja frammi til kynningar á skrifstofu skipulagsfulltrúa, Dalbraut 12, Laugarvatni á skrifstofutíma embættisins. Að auki er hægt að nálgast tillögur á vefslóðinni www.utu.is. Þá eru gögnin aðgengileg á heimasíðum sveitarfélaganna, www.asahreppur.is www.blaskogabyggd.is, www.floahreppur.is, www.gogg.is og www.skeidgnup.is.

Mál nr. 1 -11 innan auglýsingar eru skipulagsmál í kynningu frá 29. desember 2022 til og með 20. janúar 2023.

Mál nr. 12- 17 innan auglýsingar eru skipulagsmál í auglýsingu frá 29. desember 2022 með athugasemdafrest til og með 10. febrúar 2023.

Athugasemdum og ábendingum skal skila skriflega á skrifstofu UTU Dalbraut 12, Laugarvatni eða með tölvupósti á netfangið skipulag@utu.is

Vigfús Þór Hróbjartsson
Skipulagsfulltrúi UTU

Merkisatburðir

- 1770** Fylgismenn Hinriks annars Englandskonungs myrða Thomas Becket, erkibiskup af Kantaraborg.
- 1845** Texas verður 28. ríki Bandaríkjanna.
- 1891** Thomas Edison fær einkaleyfi á útvarpstækni.
- 1898** Verslunarfélag Steingrímsfjarðar er stofnað á Hólmavík.
- 1895** Brjóstmynd af Gunnari Thoroddsen er afhjúpuð við Fríkirkjuveg.
- 1994** Alþingi samþykkir að Ísland verði eitt stofnríkja Alþjóðaviðskiptastofnunarinnar.
- 2006** FL Group styrkir Sjálfstæðisflokkinn um þrjátíu milljónir tveimur dögum áður en ný lög um styrki til stjórnmálaflokka taka gildi.



Okkar kæra frænka,
Gróa Guðjónsdóttir
Uxahrygg II,

lést á Hjúkrunarheimilinu Lundi
21.12.2022. Jarðarförin auglýst síðar.

Fyrir hönd aðstandenda,
Unnur Sveinsdóttir
Kristín Sveinsdóttir



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Kjartan Blöndal

lést á hjúkrunarheimilinu Seltjörn
miðvikudaginn 21. desember.
Útförin fer fram frá Seltjarnarneskirkju
föstudaginn 30. desember kl. 13.

Svanhildur Blöndal **Júlíus Vífill Ingvarsson**
Ragnar Halldór Blöndal **Ari Blöndal Eggertsson**
barnabörn og langafabörn



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,
Guðbjörg Þórunn Gestsdóttir
Stekkholti 13, Selfossi,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands
laugardaginn 24. desember.
Útför hennar fer fram frá Selfoskirkju þriðjudaginn
3. janúar klukkan 14.00. Þeim sem vilja minnast hennar
er bent á Krabbameinsfélag Arnessýslu.

Þráinn Eliasson
Helga Ingibjörg Þráinsdóttir
Elias Þráinsson **Erna Jóhannesdóttir**
Gestur Már Þráinsson **María Katrín Fernández**
barnabörn og barnabarnabörn



Okkar yndislega móðir, tengdamóðir,
amma, langamma og langalangamma,
Jóhanna Ögmundsdóttir
áður til heimilis að Aðallandi 11,

lést á Hjúkrunarheimilinu Grund
þriðjudaginn 27. desember. Útför hennar
verður frá Keflavíkurkirkju klukkan 13.00 þriðjudaginn
3. janúar. Blóm og kransar eru vinsamlega afþakkaðir.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á að láta
Alzheimersamtökin njóta þess. Sérstakar þakkir til
starfsfólks Grundar V2 og V4 fyrir frábæra umönnun.

Grétar Vilbergsson, Ragnildur Jónsdóttir
Sigrbjörg Sigrúnardóttir, Sýlvía Svavarsdóttir
Embla S. Grétarsdóttir, Mist Grétarsdóttir
barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi

Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is



Skúli hefur fylgst með kúnnahópi pylsuvagnsins breytast til muna.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Leggur tangirnar á hilluna

Skúli Þórðarson hefur sagt skilið við pylsuvagn Bæjarins beztu. Hann flytur nú aftur heim til Ísa-fjarðar þar sem hann segir að sé auðvelt að vera til.

arnartomas@frettabladid.is

„Þetta eru bestu pylsur sem við höfum fengið, betri en í New York!“ segir kappklædd ferðakona kjamsandi á síðustu pylsunum sem Skúli Þórðarson framreiðir í bili. Skúli hefur starfað á Bæjarins beztu pylsum undanfarin sextán ár en leggur nú tangirnar á hilluna til að sinna öðru.

„Hún var nú bara með öllu,“ svarar Skúli spurður um hvað hafi verið á síðustu pylsunni sem hann afgreiddi. Pylsur Skúla hafa verið þó nokkrar í gegnum árin og á hann erfitt með að slumpa á fjöldann. „Þetta er gríðarlegt magn og ómögulegt að segja. Það er líka þínu handahófskennt hversu mikið ég hef verið á vöktum þarna, stundum lítið og stundum mjög mikið.“

Pylsumeningin hefur breyst talsvert

á þeim tíma síðan Skúli hóf störf sem pylsusalí.

„Þegar ég byrjaði var meirihlutinn af viðskiptavinum enn þá Íslendingar, það hefur verið svona 2006,“ segir hann. „Fljótlega eftir það fór þetta á hina hliðina og fer yfir í að verða sjöttíu prósent úristar, sú tala hefur svo bara stækkað og stækkað.“

Afgreiddi Kardashian-strolluna

Kúnnarnir eru auðvitað af öllum stærðum og gerðum og Skúli hefur ekki komist hjá því að afgreidda suma sem eru frægari en aðrir.

„Það hefur verið rosalega mikið af frægum, maður,“ segir Skúli en á þó auðvelt með að benda á topp ísjakans. „Það vakti auðvitað athygli þegar Kardashian-gengið mætti. Ætli það sé ekki minn stærsti hluti í að vera í kringum fræga fólkið.“

Pylsusalinn fyrrverandi flytur nú vestur á Ísafjörð, þar sem hann er uppallinn, eftir áramót. Þar mun hann kenna á gítar við tónlistarskólann.

„Ætli ég byrji ekki á að reyna að verða



Ætli ég byrji ekki á að reyna að verða frægari sem tónlistarmaður en pylsusalí.

frægari sem tónlistarmaður en pylsusalí,“ segir Skúli mennski eins og hann kallar sig. „Ég byrja að kenna eftir áramót og þarf svo að finna út úr því hvað maður gerir á Ísafirði – ég kíkí í Litla leikhópin og finn mér svo einhvern skemmtistað til að hanga á. Svo er það bara að vera til. Það er mjög einfalt á Ísafirði.“

Er Ísafjörður þá rúsinan í pylsuend-anum?

„Ég myndi nú ekki segja að ég sé kominn hringinn þótt ég sé kominn til baka,“ segir Skúli sem útilokar ekki endurkomu í pylsusalann einn daginn. „Lífið er fullt af endurkomum.“ ■



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Tryggvi Arason

lést á hjúkrunarheimilinu Skjólí
á jólanótt 25.12.
Útför verður auglýst síðar.

Ari Tryggvason **Ólafía Danielsdóttir**
Björn Jakob Tryggvason **Ela Björk Steinarsdóttir**
Sigríður Kristín Tryggvadóttir **Rannveig Rúnarsdóttir**
Kári Tryggvason barnabörn og langafabörn



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir,
afi og langafi,
Einar H. Einarsson

lést á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð
laugardaginn 24. desember.
Útför hans fer fram frá Langholtskirkju
þriðjudaginn 3. janúar klukkan 15.

Sigríður Einarsdóttir **Ólafur Ægisson**
Einar Þór Einarsson **Irina Gousseva**
Guðni Einarsson
Íris Ósk, Kristín Erla, Birna Dís,
Darí Lind, Katrín Sól og langafabörn



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,
María Úlfheiður Úlfarsdóttir
Ölduslóð 47, Hafnarfirði,

andaðist á Hjúkrunarheimilinu
Fosshéimum á Selfossi,
sunnudaginn 18. desember.
Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn
30. desember kl. 10.00.

Magnús Waage **Fríða Ágústsdóttir**
Ingimar Ólafsson Waage **Aðalheiður Matthíasdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn



Kær bróðir, frændi og hjálparhella,
Theódór Helgi Ágústsson
múrari,
Sléttuvegi 19, Reykjavík,

lést 23. desember 2022.
Útför fer fram frá Fossvogskirkju
3. dag janúar 2023 kl. 15. Blóm og kransar
afþakkaðir en bent á Flugbjörgunarsveitina, Reykjavík.

Systkinin frá Mjóstræti 10 og fjölskyldur
Ágústa Ágústsdóttir
Torfi H. Ágústsson
Geir Ágústsson

Ennþá meira úrval af listavörum



Listverslun.is



Trönur í miklu úrvali, íblöndunarefni, teiknivörur



Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is

Mán.-fös. kl. 9-18, lau. kl. 10-17, sun. kl. 12-16



Dagskrá

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin úrval Úrval úr Fréttavöktum síðustu vikna.
- 19.00 Mannamál (e) Einn sigildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekkt einstaklinga um líf þeirra og störf.
- 19.30 Suðurnesja-magasin Víkurfrétta Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum.
- 20.00 Fjallaskálar Íslands (e) Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildapáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum.
- 20.30 Fréttavaktin úrval (e)
- 21.00 Mannamál (e)

RÚV Sjónvarp

- 07.30 KrakkaRÚV
- 10.00 Fólkið í blokkinni
- 10.50 Vísindahorn Ævars
- 11.00 Höfrungurinn Bernie
- 12.25 Sögustaðir með Evu Mariu Snæfellsnes
- 12.55 Heimaleikfimi
- 13.05 Kastljós Menningarannállinn
- 13.40 Tískuvitund - Bettina Bakdal
- 14.10 Jól með Price og Blomsterberg - Áramót
- 14.40 Á tali hjá Hemma Gunn 1990-1991
- 15.55 Jólin hjá Claus Dalby - Nýársskreytingar
- 16.25 Djók í Reykjavík
- 17.00 Basi er búskapur
- 17.30 Jólalandsinn
- 18.00 KrakkaRÚV
- 18.01 Sögur af apakóngi
- 18.26 Áhugamálið mitt
- 18.35 Ofurhetjuskólinn
- 18.50 Bækur og staðir
- 19.00 Fréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.30 Veður
- 19.40 Íþróttamaður ársins 2022 Bein útsending.
- 20.45 Ártún
- 21.10 Því spurði enginn Evans? Why Didn't They Ask Evans?
- 22.10 Blue Jasmine Raunir Jasmine Bandarísk Óskarsverðlaunamynd frá 2013. Hefðarfrú frá New York sem flytur til systur sinnar í San Fransisco þegar hjónaband hennar fer í vaskinn og skapar þar fátt annað en vandræði. Myndin er ekki við hæfi barna yngri en 12 ára.
- 23.45 Rokk í Reykjavík
- 01.05 Dagskrárlok

Sjónvarp Símans

- 08.00 Megamind - isl. tal
- 09.35 The Road to El Dorado - isl. tal
- 11.00 Christmas She Wrote
- 12.25 Christmas Waltz
- 13.50 Love Island Australia
- 14.50 Missir
- 15.30 Matarboð
- 16.05 Elska Noreg
- 16.35 Return to Christmas Creek
- 18.05 Angels Sing
- 19.30 Love Island Australia
- 20.30 When Harry Met Sally... Rómantísk gamanmynd frá 1989 með Meg Ryan og Billy Crystal í aðalhlutverkum.
- 22.05 Forrest Gump Forrest Gump fjallar um mann með greindarvísitölu undir meðallagi sem á hetjulegan hátt ferðast um 40 ára sögu eftirstriðsáranna í Bandaríkjunum og einhvern veginn tekst honum að vera þar sem sögulegir atburðir eiga sér stað.
- 00.25 Flashdance Alex Owens er algjör orkubolti. Hún vinnur í stálverksmiðju á daginn, en starfar við nektardans á kvöldin.
- 01.55 Love Island Australia
- 02.55 Miss Sloane
- 05.00 Tónlist

Stöð 2

- 08.00 Heimsókn
- 08.15 Between Us
- 08.55 Bold and the Beautiful
- 09.20 Cold Case
- 10.05 Making It
- 10.45 The Carrie Diaries
- 11.25 30 Rock
- 11.45 Family Law
- 12.30 Eldað af ást
- 12.40 Aðalpersónur
- 13.05 30 Rock
- 13.25 All Rise
- 14.50 All Rise
- 15.30 Radioactive
- 17.20 Bold and the Beautiful
- 17.40 The Carrie Diaries
- 18.25 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.50 Sportpakkinn
- 18.55 Annáll 2022
- 19.00 Ísland í dag
- 19.10 The Cabins
- 19.55 NCIS
- 20.40 Roadrunner. A Film About Anthony Bourdain
- 22.35 The Little Things
- 00.45 Hotel Portofino Sögulegir dramaþættir sem gerast á Ítalíu árið 1926 á þeim tíma þegar fasismi Benito Mussolini var að byggjast upp.
- 05.15 Hotel Portofino

Fréttavaktin, Suðurnesin og vandræðagemlingur í kvöld

Í kvöld er áfram haldið á Fréttavaktinni á Hringbraut að fara yfir úrval fréttanna frá árinu 2022. Suðurnesjamagsin Víkurfrétta er líka á dagskrá. Á RÚV er sýnd Óskarsverðlaunamyndin Raunir Jasmine. Þar segir frá hefðarfrú sem flytur til systur sinnar eftir skilnað og er þar til almennra vandræða. Stórmyndirnar When Harry Met Sally og Forest Gump eru sýndar í Sjónvarpi Símans.



Krossgáta

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

- LÁRÉTT**
 1 lífhvati
 5 ábreiða
 6 sön
 8 geyma
 10 tveir eins
 11 vænting
 12 klöpp
 13 kríki
 15 sárar
 17 tónstigi

- LÓDRÉTT**
 1 planta
 2 nasl
 3 gerast
 4 vél
 7 prangari
 9 ráfa
 12 brestir
 14 tímabils
 16 sýl

LÁRÉTT: 1 ensim, 5 lak, 6 óm, 8 fresta, 10 tt, 11 von, 12 berg, 13 nári, 15 gramar, 17 skali.
 LÓDRÉTT: 1 eftirg, 2 narf, 3 ske, 4 motor, 7 mangari, 9 sveima, 12 brak, 14 árs, 16 al.

Sudoku

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

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

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



FKA

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Fimmtudaginn 26. janúar gefur Fréttablaðið út sérblað um:

KONUR Í ATVINNULÍFINU

Eitt stærsta blað og vinsælasta sérblað ársins kemur nú út 7 árið í röð. Frábært blað til að kynna konur í öllum stöðum í ykkar fyrirtæki.

Því fyrr því betra með að ná inn í blaðið og fá fina staðsetningu.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:
 Jóhann Waage Markaðsfulltúi Fréttablaðsins
 Sími 550-5656/ waage@torg.is

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.



GOZZIP Uror síður kjóll
Stærðir 38-56
Verð 19.980 kr



YEST/YESTA kjóll
Stærðir 36-56
Verð 13.980 kr



GOZZIP Susanne skyrtukjóll
Stærðir 38-56
Verð 20.980 kr



STUDIO Viola kjóll
Stærðir 38-56
Verð 17.980 kr



Ivy Beau Sky kjóll
Stærðir 38-48
Verð 8.980 kr

*Gleðileg jól og
farsællt komandi ár*

Opnunartímar:

29. og 30. des. kl. 11-18
31. des. kl. 10-12



STUDIO Elinor blússa
Stærðir 38-56
Verð 12.980 kr



ES&SY Sylvana skyrta
Stærðir 40-46
Verð 6.980 kr



YEST/YESTA rúllukragapeysur
Margir litir til
Stærðir 36-56
Verð 7.980 til 11.980 kr



YEST/YESTA Peysukjóll
Stærðir 36-56
Verð 12.980 kr



YEST/YESTA Mokkavesti
Stærðir 40-52
Verð 13.980 kr



ROBELL Bella 09 vetrarbuxur
Fleiri litir til
Stærðir 34-52
Verð 11.980 kr



ROBELL Marie stretchbuxur
Fleiri litir til
Stærðir 34-52
Verð 7.980 kr



ROBELL Rose vetrarbuxur
Fást líka í bláu og brúnu
Stærðir 38-52
Verð 11.980 kr



YEST/YESTA gallabuxur
Fleiri litir til
Stærðir 36-56
Verð 11.980 kr



ZE ZE Shape gallabuxur
Stærðir 34-48
Verð 11.990 kr

Verzlunin Belladonna

belladonna

Líttu við á
belladonna.is

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460



Miklar umræður sköpuðust í samfélaginu um söngleikinn Sem á himni eftir hjónin Carin og Kay Pollak sem frumsýndur var í Þjóðleikhúsinu í september síðastliðnum.

MYND/JORRI

Sjaldan hefur sviðlistaframboðið verið meira á landinu og listafólk komið til baka af krafti eftir tvö erfið heimsfaraldursár. Stundum var þó meira fjör utan sviðs en á því.

Hápunktar haustsins

Byrjum á því sem stóð upp úr á leiksviðinu. Fullorðin byrjaði sína lífdaga á Akureyri og skemmti höfuðborgarbúum ærlega í Þjóðleikhúskjallaranum. Sigrún Edda Björnsdóttir var eftirminnileg í Á eigin vegum. Tilraunasýningin Hið ósagða eftir Sigurð Ámundason kom síðan eins og skrattinn úr sauðarleggnum í Tjarnarbíó í desember-byrjun. Hamingjudagar, sem einnig voru frumsýndir hjá Leikfélagi Akureyrar og síðan færðir í Borgarleikhúsið, var hiklaust besta sýning haustsins og sannaði að klassíkin getur enn þá verið umdeild.

Inngilding og fjölbreytileiki

Stærsti hvellur haustsins kom þó strax í september utan leiksviðs. Þjóðleikhúsið stillti sænska söngleikum Sem á himni, eftir hjónin Carin og Kay Pollak, upp sem einu af flaggskipum leikársins. En skipið beið skipbrot.

Óvæntur miðpunktur söngleiksins var aukapersónan Doddi, ungur maður með þroskafrávik, leikinn af öfötludum leikara. Margir bentu réttilega á að Doddi væri barngerður og sviðsettur sem einfeldningur en ekki fullgild manneskja með bak-sögu og skoðanir. Aftur á móti má halda því fram að allar persónurnar í þessum tiltekna söngleik hafi verið illa skrifaðar staðalmyndir. Birtingarmyndir og þátttaka minnihlutahópa eða jadarsettra einstaklinga í leikhúsinu varð á einni nóttu stærsta mál þjóðarinnar. Umræðan var og er þörf en stundum á villigötum. Hér er ekki einungis verið að spyrja hver má leika hvern heldur hvernig.

Nú þarf að stíga varlega til jarðar. Samhliða verður einnig að skoða sögulegar forsendur jadarsettra einstaklinga í sviðslistum sem hafa ekki fengið aðgang að valdastofnunum eða þurft að fela sig, til dæmis þegar kemur að kynhneigð. Aðgengi og jafnrétti eru grundvallarréttindamál en sýnileiki má ekki koma í veg fyrir að hægt sé að ræða gæði sýninga á málefnalegan máta.

Ein af áhugaverðustu sýningum haustsins var Eyja, samstarfsýning Leikhópsins O.N. og Þjóðleikhússins, sem var að hluta til á táknmáli. Hér var á ferðinni lífandi dæmi um mikilvægi inngildingar jadarhópa og nýjar samskiptaleiðir en líka um málefnaleikhús þar sem skilaboðin

Sigríður Jónsdóttir fer yfir sviðslistaárið 2022.

Ólga í íslenskum sviðslistum



Verkið Hamingjudagar sem frumsýnt var hjá Leikfélagi Akureyrar og síðar sýnt í Borgarleikhúsinu er sýning haustsins að mati gagnrýnanda.

MYND/ADSEND



Leikritið Hið ósagða eftir Sigurð Ámundason kom eins og skrattinn úr sauðarleggnum í Tjarnarbíó í byrjun desember.

MYND/BRIAN FITZGIBBON

trompa gæði að einhverju leyti enda handritið gallað.

Margt hefur blessunarlega breyst í íslensku samfélagi á síðastliðnum misserum en langt er í land og stefnubreytingar erfiðar. Stóru orðin mega ekki vera innantóm, að lofa öllu fögru en stuðla ekki að varanlegum breytingum. Þess má geta að leikhúsið á Íslandi er enn þá skjannahvitt sem endurspeglar alls ekki samfélagsgerð landsins, hvað þá aðra hópa. Reisa verður varanlegt rými, bæði í atvinnuleikhúsunum og Listaháskóla Íslands, þar sem listafólk af öllum gerðum getur skapað list, mistekist og tekið framförun.

Sviðslistahátíðarveisla

Mikil gröska er í sviðslistahátíðarhaldi á landinu um þessar mundir. Reykjavík Fringe Festival og Act Alone styrkjast með árunum, Hvammstangi International Puppetry Festival, undir stjórn Gretu Clough, býður upp á brúðuleikhús á landsbyggðinni og RDF/Lókal færir áhorfendum alþjóðlegan framúr-stefnubræðing á höfuðborgarsvæðinu.

Þessir frjóu akrar þurfa næringu. Á opunarhátíð RDF/Lókal hélt einn af stjórnendum Lókal, Eva Rún Snorradóttir, stutta ræðu við tilefnið og skóf ekkert af hlutunum. Loford ráðafólks um fjárstyrk höfðu ekki

ræst og tölvupóstum var ósvarað. Þetta kemur ekkert á óvart, fjárframlög ríkisstjórnarinnar til sviðslista eru í algjörru óreiðu.

Launaskandall

Fyrir löngu er orðið ljóst að launa- og styrktarkerfi sviðslistafólks er ónýtt. Síðastliðin ár hefur verið hefð fyrir því að tilkynna laun listafólks í janúar en í ár var hluti þeirra, laun einstaklinga, opinberaður stuttu fyrir hátíðarnar. Einstaka sviðslistafólk fær samtals 58 mánuði skipt niður á tólf manneskjur, sjö konur og fimm karla. Erfiðara er að greina hvernig launin skiptast niður á leikskáld þar sem þau er að finna í mörgum flokkum; sviðslistafólks, sviðslistahópa og rithöfundu. Ruglingurinn er lýsandi fyrir ástandið á málaflokknum.

Tölurnar eru sláandi. Þessir tólf einstaklingar fengu samtals 58 mánuðum úthlutað. Launasjóður sviðslistafólks telur 190 mánuði. Þetta þýðir að sviðslistahópar fá 132 mánuði í sinn skerf en sóttu um 1.273 mánuði. Sem þýðir að um 10 prósent þeirra hópa sem sækja um fá úthlutun. Þetta eru skelfilegar tölur. Sérstaklega þegar horft er til þess að sjaldnast fá sviðslistahópar þá mánuði sem þeir þurfa heldur en nauðsynlegt að sækja í marga mismunandi sjóði og yfirleitt sætta sig við minna, lægri laun fyrir meiri vinnu. Ástandið er óásættanlegt.

Tekið var stórt og mikilvægt skref í rétta átt þegar Sviðslistamiðstöð Íslands var opnuð og hefur Friðrik Friðriksson lyft grettistaki þrátt fyrir takmörkuð fjárráð. Nú verður að hugsa stærra, læra af öðrum löndum og smíða kerfi sem stenst tímans tönn. Veita þarf laun í lengri tíma, fjölga úthlutunum (bæði mánuðum og fleiri úthlutunardagsetningum) og styrkja bæði sjálfstæða leikhópa og leikskáld almennilega.

Samband við umheiminn

Eitt af stærstu verkefnum Sviðslistamiðstöðvar er að kynna íslenskar sviðslistir erlendis. Nú þegar hafa leikhópar fengið styrk til að taka þátt í erlendum hátíðum. Samtímis virðast flóðgáttirnar hafa opnast á hinn veginn en töluvert er um þátttöku erlends sviðslistafólks á íslenska leikárinu.

Fyrirgreindar sviðslistahátíðir hafa verið einkar góður vettvangur fyrir erlent listafólk en stóru leikhúsin opnuðu líka sínar dyr. Þær stórfreittir bárust á árinu að þýska leikskáldið Marius von Mayenburg myndi heimsfrumsýna þrileik í Þjóðleikhúsinu. Þrileikurinn markar líka endurkomu ástralska leikstjórans Benedict Andrews sem er frábærar fréttir enda hæfileikamaður. Borgarleikhúsið fer aðeins aðrar leiðir en ekki síður spennandi. Stjórnendur afhentu ungum og upprennandi

litáiskum leikstjóra stjórnartaumana fyrir Macbeth. Ursule Barto er að stíga sín fyrstu skref en er nú þegar farin að vekja eftirtekt fyrir myndræna og pólitíska nálgun, bæði í Litáen og Þýskalandi, og forvitnilegt verður að sjá hvernig hún tæklar skoska kónginn.

Stafrænar sviðslistir

Sviðslistir er að finna á fleiri stöðum en í leikhúsi. Bíó Paradís hefur haldið úti leiksviðingum frá National Theatre í London en fyrr í haust mátti til dæmis sjá Ys og Þys út af engu eftir William Shakespeare og Mávinn eftir Anton Tsjekov. Samþjófnir eru í samstarfi við Metropolitan-óperuna í New York og dagskráin á nýju ári er glæsileg, blanda af klassík og nýjum óperum á borð við Lohengrin eftir Richard Wagner og The Hours eftir Kevin Puts.

Við sjóndeildarhringinn

Eftir fremur brösuglegt haust virðast bjartari tímar fram undan. Jólasýningar stóru leikhúsanna í höfuðborginni verða varla ólíkari. Ellen B. eftir Marius von Mayenburg í leikstjórn Benedict Andrews var frumsýnd á annan í jólum og Mátulegir eftir Thomas Vinterberg og Tobias Lindholm í leikstjórn Brynhildar Guðjónsdóttur verður frumsýnd á morgun, 30. desember. Hið fyrra er glænýtt leikrit lýst er sem martraðarkenndri viðureign þriggja einstaklinga og hið síðara saga um miðaldra karlmenn í leit að tilgangi með hjálp nokkurra prómilla, byggt á verðlaunakvikmyndinni Druk.

Eftir áramót halda áhugaverðar sýningar áfram að flæða fram. Þar ber hæst Ofsóknin og morðið á Jean Paul Marat sýnt af vistmönnum geðveikrahælisins í Charenton undir stjórn de Sade markgreifa, betur þekkt sem Marat/Sade eftir Peter Weiss í leikstjórn Rúnars Guðbrandssonar. Leikhópurinn er sannkallað goðsagnasafn sem telur Arnar Jónsson, Þórhildi Þorleifsdóttur og Kristbjörgu Kjeld.

Norðan heiða hitnar í kolunum. Söngleikurinn Chicago í leikstjórn Mörtu Nordal ratar í samkomuhúsið þar sem Jóhanna Guðrún Jónsdóttir og Þórdís Björk Þorfinnsdóttir leika Velmu og Roxý. Í Tjarnarbíó má síðan sjá Venus í feldi eftir David Ives, mjög áhugavert bandarískt leikskáld, í leikstjórn Eddu Bjargar Eyjólfsdóttur.

Eins og sést er af nægu að taka á næsta ári og sviðslistaframboðið hefur sjaldan verið meira. Nú er lag að kaupa sér miða í leikhús og styðja þétt við bakið á listafólkinu okkar. ■



AVATAR
THE WAY OF WATER
KOMIN Í BÍÓ

GOLDEN GLOBE AWARDS
NOMINEE

BEST MOTION PICTURE

JAMES CAMERON, p.g.a. • JON LANDAU, p.g.a.

BEST DIRECTOR MOTION PICTURE
JAMES CAMERON





Þórður Helgi Þórðarson
dagskrágerðarmaður á Rás 2

1 Deserta
It's all a memory
Diet My Bloody Valentine plús mikil synthasúpa, tónlistartegund gerð fyrir mig. En þó að stillinn sé 100% Doddi þá eru þau ekki enn búin að mastera lagasmíðar en þetta lag er fjári fint.

2 Moby
On air Ft. Serpentwithfeet
Eftir að hafa fylgst með Moby í áratugi hélt ég að hann væri alveg búinn að missa það, síðustu ár hafa verið mjög slæm hjá mínum manni. Hann er búinn að vera að endurútgefa allt sitt drasl í öllum leiðinlegustu útgáfum sem til eru. Svo allt í einu á þessu ári mætir hann sterkur með nokkur lög og þetta er frábært, þá sérstaklega söngur þessa Serpentwithfeet. Þetta er söngur sem fær harðasta karla karl til að fella tár.

3 Royksopp
If you want me
Norskir vinir mínir voru í bana-stuði í ár og gáfu út ótrúlega mikið af frábærum lögum og þetta toppar allt, frábært!

4 Yeah yeah yeahs
Spitting Off the Edge of the World (ft. Perfume Genius)
Óvænt og frábær endurkoma.

5 Tilbury
Feel this
Óvænt og skemmtileg endurkoma Dagssonar og félaga.



Atli Viðar Þorsteinsson
Dj Atli Kanill, plötusnúður

1 Sigga Beinteins
Í lari lei (lag ársins 2022)
Eftir eyðimerkurgöngu síðustu tveggja ára opnuðust flóðgáttir djamsins og Ísland þurfti sameiningartákn, sem við fundum í Queen Siggú. Langmest umbeðna óskalagðið í brúðkaupum, árshátíðum og á skemmtistöðum landsins 2022. Stundum er lægsti samnefnarinn besti samnefnarinn. Í lari lei er menningarviðburður. Lag frá 1998 sem kjarnaði bara allt sem Ísland þurfti til að ná sér eftir Covid: „Komdu að leika, komdu að sippa.“ Já. Ég er til í það.

2 Jamie XX
Looking at your pager

3 Daniil
Ef þeir vilja beef

4 Gugusar
Röddin í klettunum

5 Jockstrap
50/50

Taumlaus framleiðsla á tónlistarárinu 2022

Popptónlistarárið 2022 var með besta móti og fjöldi útgáfa leit dagsins ljós. Ljóst er að margir tónlistarmenn nýttu heimsfaraldurinn inni í stúdíum þegar samgöngutakmarkanir gerðu tónleikahald ómögulegt. Fréttablaðið leitaði til poppróðra álitsgjafa í leit að bestu lögum ársins 2022.

ninarichter@frettabladid.is



Sunna Ben, ljósmyndari,
myndlistarkona og plötusnúður

1 Una Torfa
Fyrrverandi
Frábært popplag með vönduðum texta og grípandi flutningi. Ég man þegar ég heyrði það fyrst í útvarpinu í bílnum hvað ég átti erfitt með að keyra af því mig langaði svo að komast að því hvað þetta væri, því ég varð að heyra það strax aftur! Ég er búin að hlusta ansi oft á það síðan.

2 Beyoncé
Alien Superstar
Samt hálfgerður ógjörningur að velja besta lagið af plötu ársins... aldarinnar?

3 Fred Again
Jungle
Þetta var sjúklegt ár fyrir dans-tónlist!

4 Yeah Yeah Yeahs
Spitting Off the Edge of the World
Langþráð comeback!

5 220 Kid ft Ásdís
Release
Tregahlaðin ástarsorgarballaða yfir dúndrandi takti? Já, takk! Svo er Ásdís líka best.



Katla Ásgeirsdóttir
Dj Katla, plötusnúður

1 Rhodos
Ultraflex
Þetta er kynnesandi baðstofu-popp eins og það gerist best. Mátulega hrátt, sexi synthar, sexi vókalur og sexi tempó. Lagið meira að segja minnir á einhverja hálf-artí erótiska mynd frá 8. áratugnum. Seiðandi, sexi og perralegt í bland. Svo tekst þeim í örfáum orðum að mála svo fullkomna mynd af subbulega Norður-Evrópubúanum á sólarströndinni að ég get ekki annað en velt mér upp úr henni í hvert einasta skipti sem ég hlusta. Þetta er lagið sem ég held að flestir Íslendingar ættu að geta tengt við, hvort sem fólk er tilbúið til að viðurkenna það eða ekki.

2 I wish I was a model
Bjarki

3 Allt
russian.girls & bngbrboy

4 Bara í góðu
Kraftgalli

5 Leave you in my dust
Šleazy



Sóley Kristjánsdóttir
Dj Sóley, plötusnúður

1 Cozy
Beyoncé
Allt öðruvísi plata frá Beyoncé enda erfitt að fylgja eftir síðustu plötu, Lemonade, sem var fullkomin í alla staði. Nokkur góð lög en þetta finnst mér standa upp úr. Geggjað lag sem rifur mann í gang, með flottum boðskap að auki.

2 Vakta svæðið
ISSI ásamt Izleifi, Gísla Pálma, Yung Nigo Drippin
Ungur og upprennandi ISSI með ljónhart lag og frábæra innkomu á árinu! Spennat að heyra meira.

3 All Mine
Brent Faiyaz
Flott plata og þessi náungi gerir mikið af meistaraverkum.

4 Wait for U
Future með Drake & Tems
Þægilegt og melódískt lag með Future sem kann sitt fag.

5 Upp á rönd
Hjálmar og GDRN
Hjálmar eru ein besta hljómsveit Íslands fyrr og síðar og slá aldrei feilnótu.



Júlía Margrét Einarsdóttir
rithöfundur og plötusnúður

1 En
Una Torfa
Ég sá Unu Torfadóttur spila fyrst fyrir mörgum árum og varð dolfallin yfir hæfileikunum. Í kjölfar þess að hún veiktist fór ég mikið að hugsa til hennar og hvað ég veit að hún elskar að skapa, fékk á tilfinninguna að tónlistin myndi verða góður vinur í gegnum meðferðina. Ég kom henni í samband við Hildi Kristínu sem pródús-eraði plötuna og hef í ár fengið að fylgja með þessari stjórnun bræða hjórtu allra Íslendinga. Heiður minn af hennar hæfileikum er auðvitað enginn en samt er mitt stoltasta verk að hafa hvatt hana áfram og núna á hún í mér aðdáanda það sem eftir er.

2 N95
Kendrick Lamar
Mér fannst þetta bara solid negla hjá Kendrick og öll platan góð og þakklát.

3 Weird goodbyes
National/Bon Iver
National hefur verið uppáhalds hljómsveitin mín síðan ég var í menntaskóla og mig hefur alltaf dreymt um að sjá þá live. Gerði það loksins í Lissabon í sumar á tónleikum sem eru eiginlega það sem stendur upp úr á árinu.

4 Áslaug Arna
Bassi Maraj og Krabba mane

5 Nails
Noga Erez og Missy Elliott
Þetta er þægilegt mitt í ár, ég uppgötvaði það á sundlaugarbakka á Kít og það hefur fylgt mér síðan.



Natalie Gunnarsdóttir
Dj Yamaho, plötusnúður

1 Bona Fide
Krummi og Soffia Björg
Instant klassík við fyrstu hlustun. Eitt af þessum lögum sem þú vilt ekki að taki enda. Tvímælaus sigurvegari þetta árið og það verðskuldað.

2 Á óvart
Benni Hemm Hemm, Urður og Kött grá pé

3 Falleg
Snorri Helgason

4 Right Here
Emiliana Torrini and the Colorist orchestra

5 Maður í mysunni
Moses Hightower og Prins Póló

Allt fyrir helgina!

Tilboð gilda 29.–31. desember

Lamba-
hryggur
í hvítlauks-
og piparkryddlegi

2.827 kr/kg
4.039 kr/kg



Sætar kartöflur
299 kr/kg
399 kr/kg



Sous vide-kalkúnabringa
í kryddlegi
2.659 kr/kg
3.339 kr/kg



Kölnarhryggur,
fullleðuð jólaškinna
1.836 kr/kg
3.339 kr/kg



Flögur úr rótargrænmeti
100 g
343 kr/pk
429 kr/pk



Erlendur kalkúnn,
ýmsar stærðir



Hamborgarhryggur
1.371 kr/kg
1.959 kr/kg



Safnaðu
inneign og
fáðu betra
verð á
matvöru með
Samkaupa-
appinu

nettó

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

Leitar logandi ljósi að harmóníkunni

Stórsöngvarinn Eyþór Ingi lítur yfir ár af metbókunum en minnst þess einnig þegar hann hafði minna á milli handanna og seldi harmóníkuna sína til að halda sér á floti, harmóníku sem hann leitar nú að til kaups á ný.

ninarichter@frettabladid.is

Eyþór Ingi Gunnlaugsson lítur yfir annasamt ár, en honum telst til að hann hafi tekið rúmlega tvö hundruð gigg frá janúar, allt þar til hann tók sér frið þann 22. desember. „Ég hef aldrei talið gígginn, en ég held að þetta hljóti að vera óvenjulegt,“ segir Eyþór Ingi um afköstin. „Mér fannst árið í ár vera dálítið klikkað.

Stórsöngvarinn, eftirherman og skemmtikrafturinn er því í verðskuldudu hléi frá sviðinu. „Ég setti sjálfan mig bara í frið, frá og með 22. desember. Ég verð í frið fram í lok janúar og það er bara ljómi,“ segir hann. Aðspurður hvort hann ætli til Tenerife, hlær hann og svarar játandi og segist hafa gefið fjölskyldunni loforð.

Tónlistin er Eyþóri Inga áfram hugleikin þrátt fyrir frið, eða öllu heldur ákveðið hljóðfæri. „Hver jöl fer þessi umræða af stað. Þetta er vandræðaleg og sorgleg en samt skemmtileg saga. Fyrir nokkrum árum var maður í harki og átti ekki bót fyrir boruna á sér. Ég var að leika í Vesalingunum,“ segir Eyþór Ingi.

Hann lýsir því óláni að magnara var á þeim tíma stolið úr bílnum hans, en magnarinn var Eyþóri mikilvægur til að koma fram í brúðkaupum og afla tekna. „Ég átti ekki pening, en ég átti geggjada harmóníku sem ég þurfti að selja, sem ég er búinn að vera að leita að síðan. Ég hef verið með svo mikla bakþanka síðan, sérstaklega eftir að afi lést.“

Eyþór Ingi hringdi í Hljóðfærahúsið í leit að upplýsingum. Þar fannst gamall sölureikningur fyrir nikkunni góðu upp á tvö hundruð þúsund krónur. „En það var greitt með peningum og ekkert nafn á bak við það,“ segir hann.

„Svona getur bransinn verið. Þó að ég hafi verið með tvö hundruð gigg í ár. Einhvern tímann var þetta þannig að ég átti ekki bót fyrir boruna á mér og ég þurfti að selja nikkuna til þess að geta búið til meiri pening. Mig langar svo að finna hana. Mig grunar að hún sé fyrir norðan, í

”

Mig langar svo að finna hana. Mig grunar að hún sé fyrir norðan, í Skagafirði eða eitthvað svoleiðis.

Eyþór Ingi

Skagafirði eða eitthvað svoleiðis. Í versta falli langar mig að finna þann sem á hana, svo að ég geti verið í startholunum þegar hann þarf hana ekki lengur.

Þetta er Beltuna-nikka, hún er svört með glimmer-skrautáferð. Hún var minni en full nikka á að vera. Mig minnir að þetta hafi verið kallað kven-nikka, hún var með nettara píanóborð,“ segir hann.

Harmóníkan hefur ekki sist tilfinningalegt gildi fyrir Eyþór Inga. „Afi spilaði á nikku og við skiptumst á að spila á þetta hljóðfæri. Svo áttum við til að fá lánaða nikku til að vera með tvær af því að afi hafði selt sína löngu áður en ég

kem til kastanna,“ segir Eyþór Ingi. Móðurafi Eyþórs Inga hét Stefán Friðgeirsson. „Hann ber ábyrgð á söngnum og músiklegu uppeldi mínu, hann var sjálfur mikill söngmaður og krafttenór.“

Stefán lést skyndilega þann 19. desember í fyrra. Eyþór Ingi átti þá eftir tvö tónleika í jólatónleikaröð fyrir norðan, og minnst hann afa síns á tónleikunum með því að varpa mynd af honum á altariðstöfluna og tileinka afa sínum jólagið Desemberljóð.

Það er nóg fram undan hjá Eyþóri Inga á nýju ári og hæst ber útgáfu nýrrar plötu með hljómsveitinni Rock Paper Sisters. Þar er Eyþór Ingi forsöngvari og gítarleikari, Davíð Sigurgeirsson gítarleikari, Jónbjörn kenndur við Brain Police á trommur, Þorsteinn Árnason bassaleikari og Þórður Sigurðarson organisti og hammondleikari.

Eyþór Ingi segir að þar sé hugsanlega hans besta verk á ferðinni, til þessa. „Ég held að þetta sé bara skruggufín rokkplata og ég hlakka til að skutla þessu út.“ ■



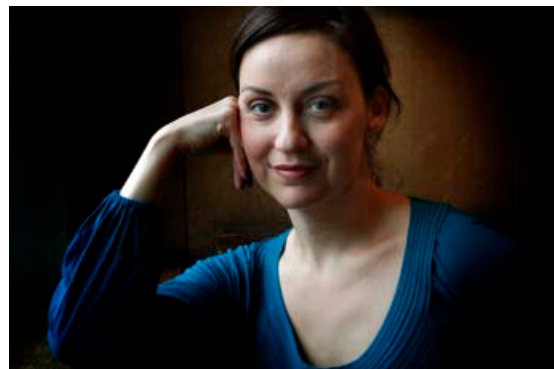
MYND/ANÍTA ELDJÁRN

Sígild jól í Seltjarnarneskirkju

ninarichter@frettabladid.is

Slegið verður upp sígildum jólatónleikum við kertaljós í Seltjarnarneskirkju föstudagskvöldið 30. desember klukkan 20.00, þar sem Gissur Páll Gissurarson tenór, Þóra Einarsdóttir sópransöngkona og Sigríður Ósk Kristjánsdóttir mezzosópran flytja sígild jólalög frá barokk-tímabilinu til dagsins í dag. Lenka Matéova leikur á orgel og flygil og Ólöf Sigursveinsdóttir leikur á selló.

Tónleikarnir bera yfirskriftina Sígild jól og fara fram í þriðja sinn. Á efnisskránni má finna perlu á borð við Nella fantasia eftir E. Morricone, Ave Maríur eftir Sigvalda Kaldalóns og W. Gomez, dúettinn Pie Jesu eftir A. L. Webber, Blómáduettinn úr



Sigríður Ósk Kristjánsdóttir mezzosópran kemur fram í Seltjarnarneskirkju á föstudag.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Lakmé eftir Delibes, Ó helga nótt eftir A. Adams, og Heims um ból sungið í útsetningu fyrir tvær söngkonur.

„Ég stend fyrir þessu og langaði að búa til fallega jólatónleika sem

væru fallegir með hátíðlegu yfirbragði, gætu skapað nánd milli flytjenda og áheyrenda. Þetta eru frábærir söngvarar og vinir mínir sem verða með í ár,“ segir Sigríður Ósk í samtali við Fréttablaðið. ■



FRÉTTA
VAKTIN

FRÉTTAVAKTIN

KL. 18.30 ALLA VIRKA DAGA

Fjölbreytt fréttaumfjöllun í opinni dagskrá fyrir fólkið í landinu. Úrvalsið fjölmiðlafólks fer yfir fréttayfirlit dagsins ásamt því að fá til sín góða gesti til að ræða helstu mál líðandi stundar.

Þátturinn er sýndur á Hringbraut og frettabladid.is



HRINGBRAUT

SR3

**STÓRSVEIT
REYKJAVÍKUR
30 ÁRA**



GEULLÖLD
SVEIFLUNNAR

PÁLL ÓSKAR

REBEKKA BLÖNDAL – MARÍNA ÓSK

Glæsilegustu nýárstónleikar ársins!

Sívinsælir sveiflutónleikar Stórsveitarinnar eru sem fyrr helgaðir tímabilinu 1930-50, þegar stórsveitir réðu ríkjum á jörðinni og stjórnendur, söngvarar og einleikarar voru poppstjörnur síns tíma.

Gestasöngvar eru **Páll Óskar, Rebekka Blöndal og Marína Ósk.**

▶ **8. JANÚAR**

▶ **KL. 20.00**

▶ **ELDBORG**

Stjórnandi & kynnr: Sigurður Flosason

Miðasala á **HARPA.IS** og **TIX.IS**

Wellington

7.999 kr/kg

HAGKAUP

Tilbúin Wellington

Innbökuð íslensk nautalund útbúin af fremstu kokkum landsins. Lundin er forelduð og tilbúin beint í ofninn.



Grænn og hvítur aspas. Tilvalinn með steikinni



Frystivara
Andabringa 250 g

1.299 kr/stk



Frystivara
Nauta Tomahawk frá John Stone

6.999 kr/kg



Frystivara
Himmerland nautalund

6.499 kr/kg



Smjer Béarnaise



Ferskir villisveppir



Royal Faucon Camembert



HAGKAUP
Smjörspuertað
kalkúnaskip

Hagkaup
mælir
með

HAGKAUP

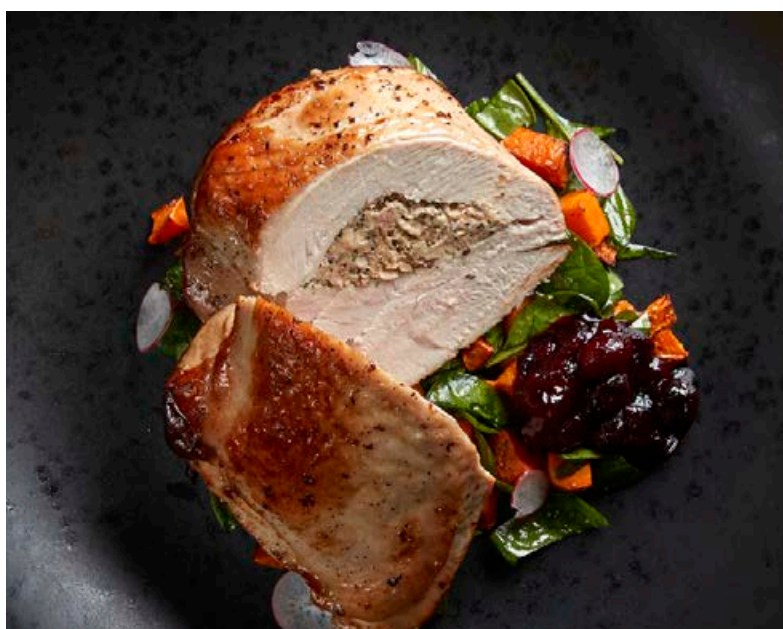
Smjörspuertað kalkúnaskip

Við viljum vera viss um að hátíðarmaturinn þinn verði óaðfinnanlegur. Þess vegna látum við sérframleiða smjörspuertað kalkúnaskip samkvæmt ströngum gæðastöðlum Hagkaups. Kalkúnaskipið er unnið úr fyrsta flokks hráefni sem tryggir hámarks gæði.



Tilbúin
kalkúnasósa

599 kr/stk



Fylltar kalkúnabringur

3 gómsætar fyllingar: Beikon og trönuber, döðlufylling og ostafylling.



Ferskur kalkúnn

Það er gaman að elda kalkún, því möguleikar í fyllingum og meðlæti eru óendanlega margir og ekki skemmir fyrir að kjötið bragðast einstaklega vel. Kjötið er fitusnautt, létt í maga og án nokkurra aukefna.

Bakþankar

Ebbu Guðnýjar
 Guðmundsdóttur



Nýtt ár

Er nýtt ár gengur í garð er freistandi að setja sér háleit markmið til að bæta heilsuna, útlitið, fjárhaginn eða annað. Við vitum samt flest að líklega væri betra að lifa hófsömu og heilbrigðu lífi alla daga og sleppa öfgunum sem fylgja boðum og bönnum.

Það er misjafnt hvað drifur okkur áfram. Sumir hafa efalaust gaman af öfgunum. Vilja hafa fútt í hlutunum, vera geggjáðir eða bara alveg ömurlegir. Og á meðan maður er ömurlegur getur maður alltaf haft gaman af því að spyrna í botninn og reyna að verða geggjáður. Draumar um betra líf, útlit og peninga geta vafalaust haldið í fólki lífi. Stundum er kannski betra að ganga með draum í maganum, trúandi að hann geti orðið að veruleika, frekar en að horfast í augu við staðreyndir.

Það getur til dæmis verið erfitt að sættast við líkamsvöxt sinn. Því ef maður sættist við eitthvað er það svo endanlegt. Ég verð til dæmis aldrei há og grönn alveg sama hvað ég borða lítið og æfi mikið. Það sem kemur þó í staðinn fyrir öfgar og drauma um að geta orðið einhvern veginn öðruvísi er friður og ró í sálinni sem smýgur inn í allt lífið.

Á nýju ári mæli ég með vænum slurk af vatni er vaknað er og að skola tennur með vatni eftir máltíðir. Þrífa bara smá og smá í einu og hreyfa sig lítið frekar en ekkert. Allt er betra en ekkert. Fara vel með. Það er ekki aðalmálið hversu mikils er aflað, heldur líka í hvað eytt er. Hugsu jákvætt því það gerir allt auðveldara og betra. Við stjórnnum ekki öllu og vitum ekki alltaf hvað er okkur fyrir bestu. Vera góður og hjálpsamur við þá sem eru manni kærastir. Ekki eyða tíma í leiðindi og bíta í tunguna þegar maður er pirraður til að særa ekki ástvinu. Maður sér alltaf eftir því.

Gleðilegt nýtt ár, kæru vinir. ■

ÁRAMÓTIN ERU KOMIN Í PARTYBÚÐINA

KVÖLDOPNUN MILLI JÓLA OG NYÁRS

OPIÐ TIL 17:00 Á GAMLÁRS DAG

SENDUM UM LAND ALLT

PARTYBÚÐIN

FAXAFEN 11. - 108 REYKJAVÍK

STÆRST SKEMMTI STAÐUR (HEIMLI)

Mesta úrvalið!

Nú er rétti tíminn fyrir nýtt snjallúr. Skoðaðu úrvalið á nova.is.

Apple Watch Ultra
 152.990 kr.
~~169.990 kr.~~

Úrlausn fylgir í 4 mán. eSIM

17.000 króna afsl.

Úrlausn fylgir í 4 mán. eSIM

6.000 króna afsl. Apple Watch Series 8 LTE 41 mm 98.990 kr. ~~104.990 kr.~~

4.000 króna afsl. Apple Watch SE 2nd Gen LTE 40 mm 62.990 kr. ~~66.990 kr.~~

Galaxy Watch 5 Pro LTE 45 mm 81.990 kr.

INOVA

OPIÐ MILLI JÓLA OG NYÁRS

Heitur bolli Frítt Stöff

STUÐSVELLIÐ
 Nova X Orkusalan

Bókaðu þína skautastund á nova.is