



Sævar Daniel Kolandavelu er öryrki sem vinahjón hafa skotið skjólshúsi yfir en átta ára dóttir þeirra gekk úr rúmi fyrir hann. Herbergið er fimm fermetrar. Hann segir heilbrigðiskerfið hafa gefist upp á sér. Formaður Öryrkjabandalagsins segir Ísland orðið „biðlistaland“. SJÁ SIÐU 4FRÉTTABLAÐIÐ/PÉTUR FJELDSTED

Staðfestir lögbrot

VIÐSKIPTI Helga Vala Helgadóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, segir mjög alvarlegt að langtíma-fjárfestar, almenningur og grand-varir eigendur Íslandsbanka verði að sæta því að bankinn þurfi að borga mjög háa sekt vegna lögbrota. Bankinn hefur tilkynnt að í frum-mati fjármálaeftirlits Seðlabankans á framkvæmd útboðs á hlut ríkisins í Íslandsbanka í mars í fyrra komi fram að FME telur Íslandsbanka hafa brotið lög.

Hún segir það nánast vera viðurkenningu á lögbroti af hálfu bankans að taka þátt í sáttameðferð með FME. Í reglum um sáttameðferð FME kemur fram að viðurkenning sektar sé forsenda sáttar.

Stjórnendur Íslandsbanka neita að tjá sig um málið á meðan það er í sáttferli. FME hefur viðtækar viðurlagaheimildir vegna brota eftirlitsskyldra aðila og ber jafnframt að kæra til lögreglu séu brot alvarleg. Þá getur FME undir vissum kringumstæðum vikið stjórnend-um úr starfi. SJÁ SIÐU 8

Ætla að reisa fimm stjörnu lúxushótel við Skálafell

Undirbúningur að deiliskipu-lagi fyrir nýtt glæsihótel við Skálafell er hafinn, en það verður ný vidd í ferðaþjón-ustunni hér á landi, að sögn borgarstjóra sem undirritaði viljayfirlýsingu um uppbygg-inguna fyrr í vikunni.

ser@frettabladid.is

FERÐAÞJÓNUSTA Forráðamenn malasíska félagsins Berjaya Land Berhad, sem keyptu Icelandair hótelin af samnefndu flugfélagi árið 2019, stefna að því að reisa rúm-lega tvö hundruð herbergja fimm stjörnu lúxushótel í landi Stardals við Skálafell á næstu misserum.

Viljayfirlýsing liggur fyrir á milli Reykjavíkurborgar og hótelkeðjunnar um kaup á svokölluðu Kyrhólslandi, sem er hluti Stardals-

”

Þetta eru að mínu mati mikil tíðindi í ferðaþjónustunni.

Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri

ins, að sögn Dags B. Eggertssonar borgarstjóra en hún var undirrituð í byrjun vikunnar. Hann segir undirbúning að deiliskipulagi fyrir svæðið þegar vera hafinn.

„Þetta eru stórhuga áform, og þetta verður stór vinnustaður,“ segir Dagur sem fullyrðir jafnframt að um nýja vidd í ferðaþjónustu hér á landi verði að ræða. „Hóтелиð allt verður afar glæsilegt með alls konar afþreyingarkostum, en meðal

annars verður reist stórt baðlón á staðnum – og í kring verða heils-árs útivistarmöguleikar sem munu verða opnir almenningi jafnt sem hótelgestum.“

Staðsetning hótelsins er í jaðri græna trefilsins í Esjuhlíðum og uppbygging þess er að sögn borgarstjóra háð skilyrðum af hálfu borg-aryfirvalda um að starfsemin falli vel að náttúrunni og verði á allan máta umhverfisvæn.

„Þetta eru að mínu mati mikil tíðindi í ferðaþjónustunni,“ segir Dagur, „en með tilkomu Edition-hótelsins við Austurhöfn og þessa nýja hótels við Skálafell eru Íslendingar að komast á kortið hjá betur borgandi ferðamönnum í heim-inum sem mun örugglega bæta hag og kjör starfsmanna í ferðaþjón-ustunni hér á landi,“ segir Dagur B. Eggertsson. ■

FRÉTTIR 2

Skiptir máli að fólk fái blaðið sitt



FRÉTTIR 4



LÍFIÐ 18





Ellen B.

Mayenburgpríleikurinn I

★★★★★

P.T. Mbl.

„heimsviðburður“

SJ. Fbl.



Efling sleit viðræðum við SA í gær og fundar nú um verkfallsaðgerðir.

Efling undirbýr verkfallsboðun

ragnarjon@frettabladid.is

KJARAMÁL Samninganefnd Eflingar undirbýr nú verkfallsboðun eftir að hafa slitið viðræðum við Samtök atvinnulífsins hjá ríkissáttasemjara í gær. Sólveig Anna Jónsdóttir, formaður Eflingar, sagði í samtali við Fréttablaðið að of snemmt væri að segja til um innihald hennar.

„Hún er á þessum tímapunkti ekki tilbúin eða fullunninn,“ sagði Sólveig Anna sem telur einnig of snemmt að segja til um það hvaða verkfallsaðgerðir verður ráðist í.

Þegar verkfallsboðun er tilbúin verður hún kynnt fyrir félagsmönnum. Verði hún samþykkt má búast við að aðgerðir hefjist tveim vikum síðar. Sólveig Anna segist sannfærð um að félagsmenn Eflingar séu tilbúnir í aðgerðirnar.

„Svo sannarlega, við erum í mjög góðu og virku samtali við félagsfólk,“ sagði hún. „Ég held að það sé mjög raunverulegur vilji til þess að grípa til þeirra ráða sem fólk hefur til þess að knýja fram góðan kjarasamning fyrir félagsfólk Eflingar.“ ■

Boða breytingar á Vin



Velferðarráð fundar í dag um framtíð Vinjar en tillaga kom frá borgarráði um 50 milljóna króna sparnað. Átök hafa skapast í málinu en notendur glíma við geðrænan vanda. Heiða Björg Hilmisdóttir, formaður velferðarráðs, segir að lagt verði til að skipaður verði starfshópur sem ætlað sé að koma með tillögur um framhaldið, ólíklegt sé að starfsemin í húsinu verði óbreytt. Notendur Vinjar mótmæltu í gær, og sjást hér með mótmælaspjöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hugsanlega ekki lagaheimild fyrir þyngri dómi yfir Angjelin Sterkaj

benediktarnar@frettabladid.is

DÓMSMÁL Lögmaður Angjelin Sterkaj, sem dæmdur var í tuttugu ára fangelsi fyrir morðið á Armando Bequiari, segir það stórt skref að ríkissaksóknari telji hugsanlega hafa skort lagaheimild til að dæma umbjóðanda hans til að sæta þyngri refsingu en sextán ára fangelsi.

Í desember síðastliðnum skilaði Sigríður Friðjónsdóttir ríkissaksóknari álitinu sínu á áfrýjunarbeiðnum fjórmönninganna í Rauðagerðismálinu, sem óska öll eftir leyfi til að áfrýja til Hæstaréttar.

Í álitinu ríkissaksóknara segir að hugsanlega hafi skort lagaheimild til að dæma Sterkaj til þyngri refsingar en sextán ára fangelsi.



Oddgeir Einarsson, lögmaður Angjelin Sterkaj

Oddgeir Einarsson, lögmaður Sterkaj, segir það ávallt hafa verið þeirra skoðun að ekki hafi verið heimild til þess að þyngja dóminn.

„Við sendum áfrýjunarbeiðni á Hæstarétt þar sem við rökstuddum það. Ríkissaksóknari hefur tekið undir það. Það er stórt skref, en Hæstiréttur á eftir að ákveða hvort hann veitir áfrýjunina.“ ■

Fréttablaðið öryggisatriði fyrir íbúana í Hraunvangi

Nýtt dreifingarkerfi Fréttablaðsins er óðum að taka á sig skýrari mynd. Meðal þess sem áhersla er lögð á er að koma blaðinu í hendur íbúa á dvalarheimilum. Í blokk eldri borgara við Hrafnistu í Hafnarfirði er Fréttablaðið mikilvægt á fleiri en einn hátt.

gar@frettabladid.is

FJÖLMIDLAR „Það er mjög mikilvægt fyrir okkur að fá Fréttablaðið. Það er efniviður í fundi hjá okkur,“ sagði Elín Magnúsdóttir, sem býr í fjölbýlishúsi eldri borgara í Hraunvangi í Hafnarfirði, er hún hringdi í Fréttablaðið fyrir viku til að spyrjast fyrir um dreifingu blaðsins.

Eins og kunnugt er Fréttablaðinu dreift með breyttu fyrirkomulagi á nýju ári. Í stað þess að það sé borið út á heimili fólks fæst það ókeypis á fjölmörgum opinberum stöðum. Því er dreift í 35 þúsund eintökum daglega og er aðgengilegt fyrir 85 prósent íbúa landsins.

Sérstök áhersla er lögð á að koma blaðinu til hjúkrunarheimila og sambærilegra staða þar sem margt eldra fólk býr saman.

Við Hrafnistu á Hraunvangi í Hafnarfirði eru tvö fjölbýlishús með íbúðir fyrir eldri borgara.

„Það er mikið uppnám í fólkinu. Þú getur rétt ímyndað þér hvað þetta er erfitt fyrir okkur að fá ekki blaðið,“ sagði Elín þegar hún hringdi fyrir viku og Fréttablaðið hafði ekki borist þann dag. Sagði innihald blaðsins vera efniviður funda hjá íbúunum. En blaðið gegni líka öðru mikilvægu hlutverki.

„Það er einn hér á mínum gangi sem dreifir blaðinu á morgnana og setur á húnuna á herbergjunum. Ef



Elín Magnúsdóttir fær Fréttablaðið í Hraunvang. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

”
Við erum að fela blaðið fyrir gestum sem koma utan frá svo við fáum frið með það.

Guðrún Esther Árnadóttir

einhver er ekki búinn að taka blaðið sitt og við vitum að sá var ekki að fara neitt þá vitum við að það er eitt-hvað að. Fréttablaðið er öryggisatriði,“ sagði Elín.

Eins og til stóð var úr þessu bætt og Fréttablaðið er tekið að berast til lesenda á Hrafnistu og þar í kring.

„Blaðið kemur út á Hrafnistu og nú eru tveir herra menn sem keppast um að ná í pakkann fyrir okkur.

Það skiptir mjög miklu máli fyrir fullorðna fólkið hér að fá blaðið sitt og við erum mjög þakklát,“ segir Elín, sátt við farsæla lausn málsins.

Fleiri í ámóta stöðu hafa hringt. Komíð hefur verið til móts við marga enda unnið jafnt og þétt að því að styrkja dreifingarkerfið.

„Ég mátti til með að hringja og segja takk fyrir að hafa komið með blaðið til okkar,“ segir Guðrún Esther Árnadóttir sem hringt hafði fyrir helgi til að óska eftir Fréttablaðinu á hjúkrunarheimilið í Hlaðhömrum 2 í Mosfellsbæ.

Guðrún Esther segir að einn úr hópnum lesi gjarnan greinar upp-hátt fyrir aðra íbúa, jafnvel þótt þau sé öll með blað í höndunum.

„Það eru allir svo glaðir og ég er búin að fá mörg knús af því að ég hringdi. Við erum að fela blaðið fyrir gestum sem koma utan frá svo við fáum frið með það,“ jatar Guðrún Esther og hlær. ■

- einfaldara getur það ekki verið!

ÚTSALA
ÚTSALA
ÚTSALA
ÚTSALA
ÚTSALA

Birt með fyrirvara um prentviltur og/eða myndabrengl.

50% JÓLAVÖRUR 30-50% LEIKFÖNG
30% PLASTBOX 25% INNIMÁLNING,
PARKET, FLÍSAR, GROHE OG
DAMIXA BLÖNDUNARTÆKI
20% VERKFÆRABOX, JÁRNNHILLUR,
ÖRYGGISSKÓR
20-50% AF VÖLDUM VÖRUM

**ÞÚ SÉRÐ
ÖLL
TILBOÐIN
Á BYKO.IS**

*SAMAN Í
60 ÁR*

BYKO



Nærri Ólafsfirði. FRÉTTABLAÐIÐ/JSE

Tvö stór snjóflóð á Ólafsfjarðarvegi

bth@frettabladid.is

NÁTTÚRUVÁ Snjóflóð sem féllu á Ólafsfjarðarveg í fyrrinótt voru allt að sex metra þykk. Vegagerðin ruddi veginn.

Samkvæmt Veðurstofunni er óvenjulegur veikleiki í snjónum á Norðurlandi þessa dagana.

Eru ökumenn á vélseðum sérstaklega varaðir við og beðnir að fara varlega í fjalllendi og á sú aðvörun um alla aðra sem ferðast utan alfaraleiðar fyrir norðan. ■



Aðeins í Tyrklandi hefur húsnæðisverð hækkað meira en á Íslandi.

Verðhækkunin sú næstmesta í ESB

kristinnpall@frettabladid.is

FASTEIGNIR Húsnæðisverð á Íslandi hækkaði um 246,55 prósent frá árinu 2010 fram á þriðja ársfjórðung síðasta árs. Aðeins í Tyrklandi hefur húsnæðisverð hækkað meira á sama tímabili. Á sama tíma hefur húsnæðisverð lækkað á Spáni, Kýpur og Ítalíu.

Þetta kemur fram í nýrri samantekt Eurostat, tölfræðiveitu Evrópusambandsins, á þróun húsnæðisverðs síðastliðin ár. Ef nánar er rýnt í þróunina kemur fram að fasteignaverð hérlandis hafi hækkað á hverju ári frá 2010. ■

Þuríður segir Ísland orðið algjört biðlistaland

ragnarjon@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL „Ég held að þetta sé ekkert einsdæmi, að fólk sé hálf landlaust þegar það kemur að heilbrigðiskerfinu, því miður,“ segir Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjabandalags Íslands um það hvort finna megi dæmi í þjóðfélaginu sem eru sambærileg máli Sævars Daníels Kolandavelu.

Sævar er öryrki á fertugsaldri sem farið hefur þrettán sinnum á bráðamóttöku á einu ári til að leita lækninga við slæmum meiðslum

sem hann hlaut á síðasta ári. Hann hefur sótt eftir dánaraðstoð og er heimilislaus.

Þuríður segist vissulega ekki hafa þekkingu á máli Daníels en telur aðgengi að heilbrigðiskerfinu mjög takmarkað í dag.

„Biðlistar eru mjög langir, sama hvar þú grípur niður og mikil þörf er á breytingum svo fólk fái fljótari úrlausn mála. Þetta er svona hvort sem það er um börn, ungmenni eða fullorðið fólk að ræða,“ segir Þuríður Harpa sem telur stöðuna orðna mjög alvarlega.



Þetta er orðin nokkuð alvarleg staða.



Þuríður Harpa Sigurðardóttir, formaður Öryrkjabandalagsins

„Ef þú biður um tíma hjá lækni þá getur það verið allt að tveggja mánaða bið. Þannig að þetta er orðin nokkuð alvarleg staða myndi ég segja því þetta er okkar fyrsta snerting, að komast að á heilsugæslu,“ segir hún.

„Ég held engu að síður að fólk sem starfar innan heilbrigðiskerfisins sé að reyna að gera sitt besta. En það er eitthvað sem þarf að breyta þarna, við erum orðin algjört biðlistaland, alveg sama hvar við komum að innan kerfisins,“ segir Þuríður. ■

Óttast að keyra nálægt Litla-Hrauni

Aðalmeðferð fór fram í bóta-máli Tony Omos gegn íslenska ríkinu í gær. Lögreglurannsókn gegn honum var felld niður eftir sjö og hálft ár.

kristinnhaukur@frettabladid.is

DÓMSMÁL Tony Omos, sem vistaður var í rúmar tvær vikur í gæsluvarðhaldi og var sakborningur í á áttunda ár, sagði fyrir dómi í gær að meðferð lögreglunnar hefði haft mikil áhrif á sig. Hann væri hræddur í hvert skipti sem hann keyrði nálægt Litla-Hrauni þar sem hann var vistaður.

„Þeir voru með hund og ég var mjög hræddur,“ sagði Tony í vitna-stólnum um handtökuna og húsleitina á heimili hans í Keflavík þann 6. september árið 2012. Mál sem átti eftir að draga dilk á eftir sér og að lokum leiða til þess að Hanna Birna Kristjánsdóttir innanríkisráðherra sagði af sér og aðstoðarmaður hennar, Gísli Freyr Valdórsson, var dæmdur í skilorðsbundið fangelsi fyrir hið svokallaða lekamál.

Tony, sem er frá Nígeríu, krefst 4 milljóna króna í bætur, með vöxtum rúm tíu ár aftur í tímann, vegna málsins en hann var sakaður um að stunda mansal og trúnaðarupp-lýsingum um hann lekið úr ráðuneytinu. Lögreglurannsóknin gegn Tony var hins vegar felld niður.

„Ég mátti ekki tala við neinn. Mig dreymdi mjög mikið og ég hélt að folkið þarna vildi drepa mig,“ sagði Tony en hann var í gæsluvarðhaldi og einangrun í fimm daga áður en hann var yfirheyrður. Hann sagðist hugsa mjög mikið um þennan tíma og ræða það við eiginkonu sína, Evelyn, sem var ein sjö kvenna frá Nígeríu sem lögreglan hafði til rannsóknar. Þau eiga í dag þrjú börn og búa í Keflavík og hann starfar sem



Mig dreymdi mjög mikið og ég hélt að folkið þarna vildi drepa mig.

Tony Omos, stefnandi í málinu

leigubílstjóri. Tony sagði málið og fjölmiðlaumfjöllunina hafa haft áhrif á atvinnumöguleika sína.

Guðmundur Sigurðsson, rannsóknarlögreglumaður á Suðurnesjum, lýsti aðdraganda rannsóknarinnar. Lögreglunni fannst grunsamlegt að sjö nígeriskar konur, annað hvort ófriskar eða með börn, kæmu frá sama svæðinu

til Íslands á ellefu mánaða tímabili, sumar með tengsl við Tony sem var þá hælisleitandi. Þá hafi félagsþjónustan í Reykjanesbæ látið lögregluna vita að Tony væri að klæðast dýrum fatnaði og væri með dýra hluti, en innkoman hans væri lítil. Var því ákveðið að fara í húsleit þar sem haldlagðir voru munir, sem sumir hverjir voru ætlað þýfi. Þar á meðal 17 jakkar, 14 gallabuxur og 19 pör af skóm.

„Það er ekkert óeðlilegt að lögreglan sé á varðbergi þegar allar þessar konur flykkjast til landsins,“ sagði Óskar Thorarensen, lögmaður ríkisins, sem jafnframt hafnaði öllum ásökunum um að lögreglan hefði beitt vanvirðandi eða ólög-mætri þvingun, eða gengið of langt í sínum rannsóknum. En lögreglan gerði fjárhagsrannsókn, líkamsrannsókn og erfðafræðirannsókn á Tony og öðrum aðilum málsins.

Kom þá í ljós að ein konan væri hálf-systir hans.

Sagði Óskar málið umfangsmikið, að Tony hefði verið tvisaga í skýrslu-tökum og bæri því eigin sök. Á endanum hefði málið verið látið niður falla vegna fyrningar.

Kristján Ágúst Flygenring, lögmaður Tony, sagði að sönnunargögn í málinu hefðu verið af verulega skorum skammti og meðalhófs hefði ekki verið gætt. Eftir skýrslu-töku af Tony í desember árið 2013 hefði ekkert gerst frekar í rannsókn málsins og ekkert sem réttlætti að hann væri með réttarstöðu sakbornings í mörg ár til viðbótar.

„Ekki verður annað séð en að reynt hafi verið að tengja hann við ýmis afbrot, þar á meðal mansal,“ sagði Kristján og vísaði til leka-málsins. Jafnframt að enginn fótur hefði verið fyrir þessum ásökunum á hendur honum. ■

Omos krefur íslenska ríkið um 4 milljónir vegna meðferðar lög-reglunnar og gæsluvarðhalds.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ANTON BRINK

Gleðileg ný samskipti

Það sem þátttakendur uppskera:

- Aukið sjálfstraust, sterkari sjálfsmynd og trú á eigin getu
- Hugrekki til að segja sína skoðun óháð áliti annarra
- Kjark til að tala um eigin líðan og annarra
- Leiðir til að eignast vini, bæta samskipti og styrkja sambönd
- Þor til að koma hugmyndum sínum á framfæri og hafa áhrif
- Betra skipulag og skýrari markmið
- Jákvætt viðhorf og kvíða/streitustjórnun



Námskeið hefst:

10 til 12 ára 28. janúar 10.00 -13.00 átta laugardaga í röð
13 til 15 ára 26. janúar 17.00 - 20.30 einu sinni í viku, 9 skipti
16 til 19 ára 25. janúar 18.00 -22.00 einu sinni í viku, 9 skipti
20 til 25 ára 24. janúar 18.00 -22.00 einu sinni í viku, 9 skipti

 Dale Carnegie

Skráning á dale.is eða 555 7080
Ókeypis kynningartími dale.is/ungtfolk

NÝTT
NÝTT!

Svefn er öllum
nauðsynlegur



Sleep Aid – 1mg. Melatónín

Bragðgóður munnúði

Melatónín stuðlar að því að draga úr þeim tíma sem þarf til að sofna.

Einn úði fyrir svefn undir tungu eða innan á kinn

- Einfalt og þæginnlegt
- 200 dagskammtar
- Engin sykur né gervisykur
- Vegan
- Aðeins fyrir fullorðna

Munnúðinn nýtist líkamanum allt að 50% betur en hefðbundnar töflur og hylki, þar sem innihaldið frásogast beint í gegnum slímhúð munnhols og út í blóðrásina.

Fæst í flestum apótekum, Fræinu Fjarðarkaup, Hagkaup og Heilsuhúsinu Kringlunni.

Sorphirðufólk vinnur á kvöldin og um helgar til að tæma allt

lovisa@frettabladid.is

REYKJAVÍK Sorphirða á pappír og plasti hjá Reykjavíkurborg er um einni og hálfri viku á eftir áætlun. Tæming grenndargáma á höfuðborgarsvæðinu er sömuleiðis nokkrum dögum á eftir áætlun. Færð, veður og mikið magn rusls um hátíðarnar spilar þar stórt hlutverk. Guðmundur Tryggvi Ólafsson, rekstrarstjóri endurvinnslustöðva Sorpu, segir að hann eigi von á því að tæming grenndargáma á höfuðborgarsvæðinu verði komin í lag fyrir helgi en tveir bilar Terra, sem sjá um tæmingu, biluðu en verða báðir komnir í lag á morgun.

Sorphirða er mikið rædd í hverfa-grúppum borgarinnar á Facebook og má þar sjá myndir af sorpi sem hlaðið hefur verið ofan á tunnur sem eru fullar. Valur Sigurðarson, rekstrarstjóri Sorphirðu Reykjavíkurborgar, segir vandmeðfarið að tæma við þessar aðstæður. „Það er sorphirðusamþykkt þar sem segir skýrt að við tæmum ílátin og að aðgengi að þeim þurfi að vera í lagi og það er á ábyrgð íbúa að tryggja það,“ segir Valur. Hann segir aðstæðurnar sem sköpuðust í desember hafa verið erfiðar. Bæði hafi snjóað mikið og svo sé rusl mikið í kringum hátíðarnar.

„Það gekk allt á hraða snigilsins. Við lögðum þá áherslu á að hirða almenna ruslið því það er verra þegar það safnast saman. Það verður lykt og það sækja rottur og flugur í það. Okkur hefur tekist að halda því á áætlun með því að vinna aukalega,“ segir Valur en sorphirðufólk vann á bæði aðfangadag og gamlársdag sem voru báðir laugardagar. „Við unnum líka síðasta laugardag og vinnum þann næsta, auk þess sem við erum búnin að bæta klukkustund við vaktina á virkum dögum. Við erum að keyra eins mikið á starfsfólk og hægt er. Það er ekki hægt að keyra endalaust á mannskapinn,“ segir Valur. ■



Ruslið hefur safnast saman hér. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Hættulegur tími til að búa á götunni

benediktboas@frettabladid.is

SAMFÉLAG „Við erum að vinna saman, Rauði krossinn og Samhjálp og við, um að standsetja og setja á fót dagsetur. Við erum með allar klær úti og viljum gera þetta hratt og örugglega. Við viljum gera þetta saman, sveitarfélög og ríki því það er styrkur að geta unnið saman og þetta bréf er hluti af því,“ segir Ingvi Kristinn Skjaldarson, flokksforingi í Hjalpræðishernum í Reykjavík, en herinn sendi Garðabæ bréf varðandi aðstoð með rekstur dagseturs fyrir heimilisláusa.

Almar Guðmundsson bæjarstjóri og Svanhildur Þengilsdóttir, sviðsstjóri fjölskyldusviðs, gerðu í bæjarráði grein fyrir vinnu á vegum Samtaka sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu varðandi greiningu á stöðu heimilisláusa utan Reykjavíkur. Gert er ráð fyrir að niðurstöður liggi fyrir í lok febrúar.

„Við litum á það þannig að þetta sé ekki bara verkefni borgarinnar heldur sveitarfélaganna í kring og ríkisins líka,“ segir Ingvi sem hefur sent fleiri sveitarfélögum bréf um stofnun dagseturs sem herinn rak hér áður fyrr. „Þetta er hættulegur tími fyrir fólk sem býr á götunni.



Við litum á það þannig að þetta sé ekki bara verkefni borgarinnar.



Ingvi Kristinn Skjaldarson, flokksforingi í Hjalpræðishernum í Reykjavík

Úti er kalt og mikið frost og mjög erfiður tími. Borgin hefur staðið sig vel en það er ekki boðlegt að fólkið á götunni þurfi að vera í gístiskýli allan sólarhringinn.

Að brjóta upp daginn og hafa stað sem er öruggur fyrir það yfir daginn. Fá sér kaffi og eiga öruggt skjól sem það er velkomið í. Og við þurfum að gera það saman,“ segir Ingvi. ■



Þjóðir víða um heim hafa gripið til sérstakra ráðstafana varðandi ferðamenn sem koma frá Kína. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Hefna sín á Suður-Kóreu og Japan

helgisteinar@frettabladid.is

COVID-19 Kínversk yfirvöld hafa tilkynnt að þau muni hætta að gefa út skammtíma vegabréfsáritanir til ferðalanga frá Suður-Kóreu og Japan í hefndarskyni fyrir takmarkanir þjóðanna á kínverskum farþegum.

Í síðustu viku hætti ríkisstjórn Suður-Kóreu að veita skammtíma vegabréfsáritanir fyrir ferðamenn sem koma frá Kína og eins þurfa kínverskir ferðalangar að framvísa neikvæðu Covid-prófi við komuna til Japans.

Utanríkisráðuneyti Suður-Kóreu sagði í samtali við fréttastofuna BBC að ákvörðunin væri byggð á hlutlausum og vísindalegum stað-

reyndum en talsmenn kínverska utanríkisráðuneytisins hafa sagt ákvörðunina óviðunandi.

Samkvæmt Sóttvarnastofnun Suður-Kóreu hefur þriðjungur allra farþega frá Kína greinst smitaður af Covid-19 við komuna til landsins.

Kim Woo Joo, prófessor í smitfræðum við Kóreuháskóla, segir að vandamálið liggi í skorti á gegnsæi frá Kína og að nýtt afbrigði gæti komið þaðan án þess að önnur yfirvöld viti af því.

„Það væri líka hörmulegt fyrir suður-kóreska heilbrigðiskerfið. Við erum nú þegar að glíma við dauðsföll og mikið álag á sjúkrahúsum okkar. Þar að auki á enn eftir að bólusetja mikið af eldri borgurum í landinu,“ segir Kim. ■



Tæplega helmingur styður uppbyggingu vindorkuvera á Íslandi samkvæmt nýrri könnun.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Þörf sé á stefnumörkun og umræðu um vindorku

Andstæðingur vindmyllugarða telur niðurstöðu könnunar gefa ástæðu til að fræða samfélagið. Framkvæmdastjóri Samorku er á sama máli.

kristinnhaukur@frettabladid.is

ORKUMÁL Bæði andstæðingar og stuðningsfólk vindorkuvera eru sammála um að umræða og fræðsla þurfi að fara fram um uppbyggingu vindmyllugarða. Stjórnvöld þurfi að marka stefnu um þetta.

Í könnun sem Prósent gerði fyrir Fréttablaðið kemur fram að tæplega helmingur styður uppbyggingu vindorkuvera á Íslandi. Um fjórðungur er á móti og fjórðungur hefur ekki skoðun á málefninu.

„Fólk á eftir að kynna sér það miklu betur hvað liggur að baki uppsetningu vindorkuvera og iðnaði tengdum vindorku,“ segir Hulda Guðmundsdóttir, íbúi í Skorradal, sem hefur verið áberandi í umræðunni gegn vindorkuverum. „Sem samfélag þurfum við að ákveða hvort við viljum stefna í þessa átt. Það verður að dýpka umræðuna og skilgreina í hvað á að nota orkuna,“ segir hún.

Hulda telur að umræða um orkuskort í landinu, vegna áætlana um orkuskipti árið 2040, hafi áhrif á viðhorf fólks. Stjórnvöld þurfi að marka stefnu og kynna það fyrir



Það verður að dýpka umræðuna og skilgreina í hvað á að nota orkuna.



Hulda Guðmundsdóttir, andstæðingur vindorkuvera

landsmönnum hvað það þýðir að byggja upp vindmyllugarða.

„Því er haldið fram að hér sé orkuskortur en þetta er í raun spurning um forgangsörðun orkunnar eins og orkumálastjóri hefur bent á,“ segir Hulda. Hún segir vindtúrbinurnar vera gríðarleg mannvirki, ekki sé einfalt að koma þeim upp, vegagerð og efnistaka sé gríðarlegt mál og afhendingaröryggi sé ekki nema 30 til 40 prósent. „Ég efast um að bygging þeirra sé afturkræf. Hver ætlar að borga fyrir niðurrif og hreinsun?“

Finnur Beck, framkvæmdastjóri Samorku, segir að það liggi fyrir að

sækja þurfi mikla orku á komandi áratugum. Könnunin sýni að verk sé að vinna við að kynna þetta betur fyrir fólki.

„Við finnum bæði fyrir stuðningi og áhuga fólks á því að kynna sér vindorkuna,“ segir Finnur. „Hún er ný og eðlilegt að fólk hafi margar spurningar. Hún á sér langa og farsæla reynslu í nágrannalöndum okkar.“

Stjórnvöld hafi óskað eftir því að fyrirtæki sendu inn upplýsingar um vindorkukosti til að fjalla um í rammaáætlun, en það þýðir ekki að þeir verði allir að veruleika. Koma þurfi á kerfi sem skili okkur áfram og starfshópar umhverfisráðuneytisins séu að verki. Fjölbreyttur hópur vilji reisa vindorkuver, bæði Íslendingar og útlendingar.

„Það eru ýmsir aðilar sem tala hátt gegn vindorkunni og setja fram dökka mynd. Það er okkar að kynna hana og kosti hennar betur,“ segir Finnur. „Vindorkan er mjög mikilvæg orkuöflunarleið og sjálfsögð viðbót við þessa flóru orkuvinnslu sem við erum með herna á Íslandi. Hún verður í einhverju formi hluti af orkuvinnslu landsins.“

Eðlilegt sé að samtalið sé virkt og fólk geti viðrað hugmyndir sínar í því nærumhverfi þar sem vindorkuver eru áætluð. Þau verkefni munu fara í gegnum ítarlega samráðsferla og umhverfismat. ■

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





Robert Wessman hringdi bjöllunni við lokun markaðarins er Alvotech var skráð á Nasdaq á Íslandi 23. júní 2022. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hlutabréf Alvotech taka flugið

olafur@frettabladid.is

Gengi hlutabréfa í Alvotech hefur hafist til flugs að undanförunu í Nasdaq-kauphöllunum í New York og Reykjavík. Frá 1. desember á síðasta ári hafa þau hækkað um tæp 100 prósent og þar af um 20 prósent frá því á fimmtudag í síðustu viku. Ástæðan fyrir þessum miklu hækkunum eru tíðar og góðar fréttir af lyfjaþróun fyrirtækisins og ákvörðunum bandaríska lyfjaeftirlitsins, FDA, um markaðsleyfi í Bandaríkjunum. Nú bendir allt til þess að líftækni-hliðstæða Alvotech við Humira, verðmætasta lyf í heimi, fái markaðsleyfi í Bandaríkjunum um mitt þetta ár og fyrir helgi var tilkynnt að FDA tæki fyrir umsókn Alvotech um markaðsleyfi fyrir líftækni-hliðstæðu við Stelara. Tekjur Johnson

og Johnson, framleiðanda Stelara, af lyfinu námu meira en 10 milljörðum Bandaríkjadala á síðustu 12 mánuðum. Niðurstöðu um markaðsleyfi er að vænta á síðari hluta ársins. Alvotech var skráð í Nasdaq-kauphöllina í New York í júní á þessu ári og nokkrum dögum síðar á First North-markað Nasdaq á Íslandi. Seint á síðasta ári var svo Alvotech tekið inn á aðallista Nasdaq á Íslandi. „Við finnum sannarlega fyrir miklum stuðningi fjárfesta og erum að sjálfsögðu ánægð með að finna þann meðbyr sem hefur verið á markaðnum,“ segir Röbert Wessman, forstjóri og stjórnarformaður Alvotech. „Við náðum mörgum mikilvægum áföngum á síðasta ári og í ár munum við halda áfram að láta verkin tala.“ ■



Fjármálaeftirlitið telur Íslandsbanka hafa brotið lög.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Viðurkenning á lögbroti

Fjármálaeftirlit Seðlabankans hefur heimild til að ljúka málum með sátt gegn því að málsaðili gangist við því að hafa brotið gegn ákvæðum laga eða ákvörðunum FME, upplýsi að fullu um brotið og semji um sektargreiðslu.

olafur@frettabladid.is
bth@frettabladid.is

Eins og fram kom í Fréttablaðinu í gær hefur Íslandsbanki tilkynnt til Kauphallarinnar að bankinn hafi fengið í hendur frummat fjármálaeftirlits Seðlabanka Íslands vegna athugunar á framkvæmd bankans á útbóði Bankasýslunnar á 22,5 prósentu hlut ríkisins í Íslandsbanka í mars í fyrra. Í matinu kemur fram að FME telji að bankinn kunni að hafa brotið gegn ákvæðum laga og reglna sem gilda um bankann og starfsemi hans og er sattaferli hafið. Að Íslandsbanki taki nú þátt í sáttameðferð með FME er nánast viðurkenning á að lög hafi verið brotin. Sáttameðferð felur í sér að báðir aðilar séu sammála um sök, að sögn Helgu Völu Helgadóttur, lögmanns og þingmanns Samfylkingarinnar.

Helga Vala setur fyrirvara við að einu upplýsingarnar sem séu haldbærar í málinu sé að finna í tilkynningu frá Íslandsbanka sem lögum samkvæmt hafi þurft að tilkynna Kauphöllinni um málið. Of snemmt sé að spá fyrir silkimeðferð bankamannanna eins og borgarfulltrúi Sósíalista hélt fram að væri í uppsiglingu í gær. Ekki sé enn útilokað að einhver hluti málsins verði kærdur til lögreglu. Helga Vala segir málið ekki flokkspólitískt heldur varði það almannahagsmuni. „Svona fúsk við stóra og mikilvæga gjörninga hefur mikil áhrif. Það hefur komið fram að starfsmenn bankans voru á meðal kaupenda og þeir létu fólk í sínu nánasta umhverfi vita af fyrirhugaðri sölu. Það hefur líka komið fram að þarna voru einstaklingar innan kaupenda-hópsins sem ekki uppfylltu skilyrði sem lagt var upp með,“ segir Helga Vala. „Þetta er mjög alvarlegt, langtímafagfjárfestar, almenningur, grandvarir eigendur, þurfa nú að sæta því að bankinn þurfi að borga mjög háa sekt vegna lögbrota. Með því að valda þessu tjóni sem bitnar



Birna Einarssdóttir, bankastjóri Íslandsbanka, neitar að tjá sig um málið á meðan það er í sattaferli.

Svona fúsk við stóra og mikilvæga gjörninga hefur mikil áhrif.



Helga Vala Helgadóttir, þingmaður Samfylkingarinnar

á eigendum þessa banka þá bitnar það einnig á hagsmunum okkar allra, þetta skapar ekki bara orðsporsáhættu fyrir íslenska fjármálakerfið heldur getur þetta mál líka haft áhrif á vexti og fjármál heimilanna í landinu öllu.“ Upplýsingafulltrúi Seðlabankans vísaði til þagnarskylduákvæðis laga um Seðlabanka Íslands um að Seðlabankinn gæti ekki veitt upplýsingar um málið umfram það að staðfesta að fjármálaeftirlit bankans hefði haft til athugunar tiltekna þætti varðandi sölu ríkisins á eignarhlut í Íslandsbanka síðastliðið vor og að sú athugun stæði enn yfir.

FME hefur heimild til að leggja stjórnvaldssektir á hvern þann sem brýtur gegn lögum og reglu, óháð því hvort lögbrot eru framin af ásetningi eða gáleysi. Fjárhæð sekta ræðst meðal annars af alvarleika og tímalengd brots, samstarfsvilja hins brotlega og hvort um ítrekað brot sé að ræða. Eins getur fjárhagsstaða og ábyrgð hins brotlega haft áhrif á fjárhæðina. FME getur einnig lokið máli með sátt. Sé það gert í upphafi athugunar máls getur sektin numið allt að helmingi þess sem ætla má að stjórnvaldssekt gæti numið. Sé sátt gerð á síðari stigum getur fjárhæðin numið allt að 70 prósentum af ætlaðri stjórnvaldssekt. FME metur á hvaða stigi mál er við gerð sáttar. Ætla má að þetta mál sé ekki á upphafsstigi enda hefur rannsókn FME staðið yfir um nokkurt skeið. Sé brot meiriháttar kærir FME málið til lögreglu. Gefi brot til efni til að draga í efa hæfni framkvæmdastjóra og stjórnarmanna eftirlitsskylds aðila til að standa fyrir traustum og heilbrigðum rekstri, endurskoðar FME hæfi þeirra og getur það leitt til starfsloka. Íslandsbanki neitaði í gær að upplýsa hvenær bankanum barst frummat FME. Fréttablaðið reyndi einnig að ná í forstjóra Íslenskra verðbréfa og Fossa markaða, sem voru umsjónaraðilar útboðsins ásamt Íslandsbanka en þeir svöruðu ekki skilaboðum áður en blaðið fór í prentun. ■



Kaup, sala og samruni fyrirtækja.

- Verðmat
- Ráðgjöf og undirbúningur fyrir sölumeðferð
- Milliganga um fjármögnun
- Samningagerð



kontakt@kontakt.is | 414 1200 | www.kontakt.is

Starfsmönnum Disney gert að mæta aftur á vinnustað

helgisteinar@frettabladid.is

Bob Iger, forstjóri Disney, hefur sagt að starfsfólk fyrirtækisins sem vinnur nú að heiman muni þurfa að mæta til vinnu fjóra daga vikunnar frá og með byrjun mars.

Í kjölfar heimsfaraldursins byrjaði stór hluti starfsmanna Disney að sinna störfum sínum bæði heima fyrir og á vinnustað. Iger segir hins vegar að lykillinn fyrir skapandi fyrirtæki eins og Disney sé að eiga samskipti við viðskiptavinum í eigin persónu.

Tilkynningin kemur aðeins tveimur mánuðum eftir að Bob Iger tók aftur við sem forstjóri Disney af Bob Chapek.

„Það kemur ekkert í staðinn fyrir



Í kjölfar heimsfaraldursins byrjaði stór hluti starfsmanna Disney að sinna störfum sínum bæði heima fyrir og á vinnustað.

þá reynslu sem við öðlumst með því að tengjast, fylgjast með og skapa upplifun í gegnum nærveru við viðskiptavinum okkar. Það gefur okkur einnig tækifæri til að vaxa og læra af leiðtogum og leiðbeinendum fyrirtækisins,” skrifði Iger í minnisblaði til starfsmanna sinna.

Disney er þar með eitt af mörgum fyrirtækjum sem snúið hafa við þeirri stefnu sinni að leyfa starfsfólki að vinna að heiman.

Fyrirtæki á borð við Twitter, Snap, Tesla og Uber hafa einnig gert svipaðar breytingar á sínum skrifstofum. Tæknirisinn Apple hefur þar að auki sagt sínu starfsfólki að það muni þurfa að mæta til vinnu að minnsta kosti þrjá daga vikunnar. ■



Bob Iger tók skyndilega aftur við sem forstjóri Disney á síðasta ári.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



Neytandi sem kaupir vöru á netinu hefur alltaf fjórtán daga skilafrest eftir að hafa fengið vöruna afhenta.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Viðskiptavinir hafa meiri rétt gagnvart netverslun

Ábendingar hafa borist Neytendasamtökunum um að fólk sé að skila vörum sem keyptar voru á fullu verði fyrir jöl í skiptum fyrir inneignarnótu fyrir sömu vöru á tilbodsverði. Engin lög eru til á Íslandi um skilarétt á ógallaðri vöru. Neytendastofa bendir einnig fólki á skilarétt þess við fjarsölu.

helgisteinar@frettabladid.is

Eftir jöl og nýár er algengt að fólk skili jólagjöfum án þess að gera sér fulla grein fyrir því hver skilaréttur þess er. Mismunandi skilaréttur er við lýði eftir því hvort varan var keypt á sölustað eða á netinu.

Breki Karlsson, formaður Neytendasamtakanna, segir að sér hafi borist ábendingar um að fólk sé að skila vörum sem keyptar voru á fullu verði fyrir jöl en fái síðan inneignarnótu fyrir sömu vöru á tilbodsverði.

Hann segir að ekki séu til nein lög um skilarétt á ógallaðri vöru en telur að hafi vara verið keypt á fullu verði þá eigi fólk að fá fullt verð í inneignarnótu. Að sama skapi ætti verslun að geta óskað eftir því að nótan gildi ekki fyrr en eftir að útsölnunni lýkur.

Neytendasamtökin hafa gefið það út að fólk eigi að fá skilafrest til 15. janúar. Skilafresturinn í verslunum gildir oftast fram yfir fyrstu daga í janúar en Breki bendir á að margar útsölur byrji jafnvel fyrir það.



Gjafabréf á hótél hafa til dæmis alls konar takmarkanir sem fólk gerir sér ekki grein fyrir.



Breki Karlsson, formaður Neytendasamtakanna

unum gildir oftast fram yfir fyrstu daga í janúar en Breki bendir á að margar útsölur byrji jafnvel fyrir það.

Að mati samtakanna ætti fólk að geta ráðið hvort það fær vöru á útsöluverði eða bíði fram yfir útsölu og fái nótuna með fullu verði. Breki bætir við að engar reglur séu heldur til staðar þegar kemur að gjafabréfum eða inneignarnótum.

„Við sjáum þetta sérstaklega í

þjónustugeiranum þar sem gjafabréf eru mikið notuð. Gjafabréf á hótél hafa til dæmis alls konar takmarkanir sem fólk gerir sér ekki grein fyrir. Ef það eru einhverjar takmarkanir þá verða þær að koma fram á bréfinu sjálfu,” segir Breki.

Matthildur Sveinsdóttir, lögfræðingur hjá Neytendastofu, tekur í sama streng og segir að allar takmarkanir verða að koma skýrt fram á vörum sem keyptar eru.

„Það geta talist villandi viðskiptahættir að veita neytendum ekki upplýsingar um eitthvað sem er líklegt til að hafa áhrif á ákvörðun þeirra um að eiga viðskipti,” segir Matthildur.

Hún bætir við að þó svo að enginn lögbundinn skilaréttur sé til staðar á sölustað þá hafi neytandi, sem kaupir vöru í fjarsölu og hefur hvorki séð vöruna né kynnst eiginleikum hennar, alltaf rétt til að hætta við kaupin án nokkurra skýringa innan 14 daga frá því hann fær vöruna afhenta. Í þessum tilvikum á neytandi rétt á að fá endurgreiðslu og ber honum að skila vörunni eigi síðar en 14 dögum eftir að tilkynningin hefur verið send út.

Hér er mjög mikilvægt fyrir seljendur að standa við skyldur sínar því ef þessar upplýsingar eru ekki veittar til viðskiptavina framlengist fresturinn úr 14 dögum í 12 mánuði. ■

Fólk er viðkvæmara fyrir miðaverði

helgisteinar@frettabladid.is

Ísleifur Þórhallsson, framkvæmdastjóri Senu Live, segist finna fyrir því að erfiðara sé að halda viðburði en áður fyrr. Hann segir markaðinn fyrir sýningarhald hafa breyst og að viðburðahaldarar þurfi einfaldlega að aðlaga sig breyttum aðstæðum.

„Það er eins og það þurfi eitthvað meira til að fá fólk til að kaupa miða. Fólk virðist vera að kaupa miðana sína seinna og er þar að auki orðið viðkvæmara fyrir miðaverðinu.“

Hann segir að þegar Covid byrjaði hafi verið mikil óvissa um allan heim um það hvernig framtíð viðburða myndi vera og þá sérstaklega hvort viðskiptavinir myndu skila miðum sínum eða ekki.

„Meirihluti hélt miðunum sínum og fór bara á seinni sýningar, sem var mjög jákvætt. Það gaf öllum von um að við myndum koma sterk til baka eftir Covid,” segir Ísleifur og bætir við að fyrri helming seinasta árs hafa komið sprengja í viðburðahaldi sem mun líklega ekki sjást aftur.

„Þá voru allir tónleikar, allar uppistandssýningar, öll afmæli, allar árs-



Við eru kannski bara að upplifa eftirköst af seinustu þremur árum.



Ísleifur Þórhallsson, framkvæmdastjóri Senu Live

hátíðir og það gæti líka vel verið að fólk sé að jafna sig eftir þá sprengju. Við erum kannski bara að upplifa eftirköst af seinustu þremur árum og eigum enn eftir að sjá jafnvægi,” segir Ísleifur. ■



Stjórnvöld í Hong Kong bönnuðu allan innflutning á hömstrum á síðasta ári.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Innflutningur hamstra leyfður á ný

helgisteinar@frettabladid.is

Yfirvöld í Hong Kong hafa tilkynnt að þau muni aflétta banni á innflutningi hamstra í lok mánaðarins. Bannið á innflutning hamstra var sett á í fyrra í kjölfar Covid-smita í gæludýrabúð og neyddust stjórnvöld til að svæfa rúmlega 2.000 nagdýr.

Landbúnaðar-, sjávarútvegs- og náttúruverndardeild Hong Kong sagði í samtali við fréttastofuna BBC að þrátt fyrir afléttingu á banninu yrðu hamstrarnir engu að síður skimaðir fyrir veirunni. Talsmaður deildarinnar sagði að einungis þau dýr sem reynast neikvæð fyrir

Covid-19 verði seld í gæludýrabúðum borgarinnar.

Stjórnvöld í Hong Kong bönnuðu allan innflutning á hömstrum á síðasta ári eftir að starfsmaður í Little Boss-gæludýrabúðinni greindist með Delta-afbrigðið. Í ljós kom að ellefu hamstrar sem höfðu verið fluttir inn frá Hollandi reyndust smitaðir af Covid-19.

Vanessa Barrs, prófessor í dýraheilbrigði við borgarháskólann í Hong Kong, sagði að ákvörðunin um að svæfa hamstrana hefði verið mjög sorgleg á sínum tíma, en búið var að staðfesta smittengsl milli hamstra og manna. ■

Að kaupa vöfflu



Garðar Örn
Úlfarsson
gar
@frettabladid.is

Íslendingar hafa flestir einhvern tíma átt í viðskiptum. Til dæmis þeir sem eru hrifnir af vöfflum. Ef maður ætlar að borða vöfflu sem aðrir hafa bakað þá getur stundum þurft að greiða fyrir það. Hljómar einfalt og sanngjarnt.

Komið getur fyrir að þeir, sem langar mikið í vöfflu sem aðrir hafa gert, verði fyrir dálitlum vonbrigðum af því að þessir aðrir vilja fá herra verð fyrir sínar vöfflu en sá sem síðast var keypt af. Þeir hætta jafnvel við allt saman.

Þetta fyrirbrigði er einkenni frjálsra viðskipta á frjálsum markaði. Það er ekki víst að vafflan sem kostaði til að mynda 397.545 krónur á einum stað í gær kosti það sama í dag, á öðrum stað í bænum.

Auðvitað er hægt að reyna að segja við þann sem er að selja vöffluna í dag að maður sé ekki tilbúinn að borga meira en maður greiddi hinum vöfflusalanum í gær. Það gæti virkað og nýjasti vöfflusalinn gæti lækkað verðið en þar er ekki á vísan að róa.

Annað dæmi um gangverk markaðsaflanna gæti verið um jarðakaup þar sem gjöful laxveiðiá liðast um fallegan dal í friðsælli sveit. Þar búa kannski þrettán bændur og hver á sína jörð. Mann nokkurn, köllum hann Erlend, langar að eignast allan dalinn, að minnsta kosti meirihlutann svo hann geti ráðið yfir laxveiðiánni og haft þar sína hentisemi.

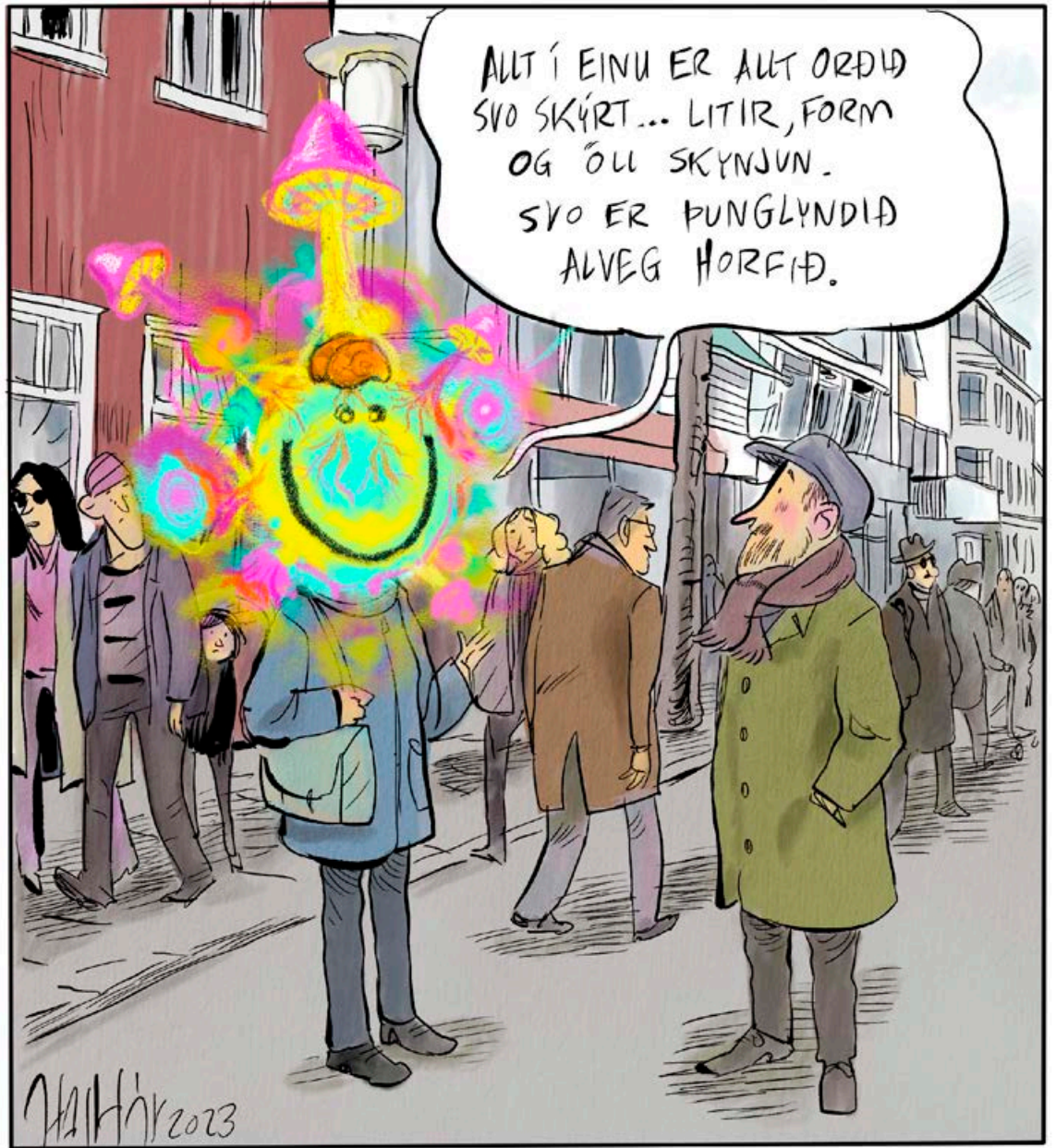
Þegar Erlendur hefur náð að kaupa sex af þessum laxveiðijörðum fara að renna tvær grimur á bændurna sem sjá í hendi sér að ef ein jörð til viðbótar kemst í hans eigu þá eru öll trompin komin á eina hendi.

Bændur gætu í þessari stöðu snúið bókum saman og sammælst um að enginn þeirra selji sína jörð svo þeir haldi allir sínum áhrifum í dalnum.

Það er mikið í húfi fyrir manninn með sex jarðirnar, hann Erlend, að eignast sjöundu jörðina. Hann gæti prófað að ganga milli bæja og bjóða hverjum bónda sama verð fyrir jörð hans og hann greiddi fyrir fyrstu jörðina sem hann keypti. En það er ólíklegt að það takist því bændurnir sem eftir standa meta eign sína á annan hátt en þeir sem áður seldu.

Ekki þýðir fyrir Erlend að stappa niður fótum og klaga bændur í þjóðina og segja allt verða voveiflegt ef þeir samþykki ekki að láta eign sína af hendi við sama verði og hinir fyrri. Þannig virka ekki frjáls viðskipti á frjálsum markaði. Þá er bara að semja. ■

Halldór



Frá degi til dags

olafur@frettabladid.is

Ljós í myrkrinu

Kuldatiðin sem hrjád hefur landsmenn alla frá því löngu fyrir jól virðist engan enda ætla að taka. Nú er spáð miklu kulda-kasti um næstu helgi og alla næstu viku, sennilega bara út janúar. Landsmenn eru margir orðnir hnípnir og kuldalegir að sjá með rauða nefbrodda og hor í nös. En, hefur nokkurn tímann verið meira kjörið tækifæri til að afþiða frystinn? Bara skella inni-haldinu í skaflinn á svölunum, taka úr sambandi og gefa sér góðan tíma í að láta græjuna þiðna vel og þrifa svo rækilega á eftir.

Ljós við enda ganganna

Elstu menn muna ekki aðra eins kuldatið og nú hrjáir landið bláa, enda hefur ekki verið kaldara í Reykjavík frá frosta-vetrinum mikla, 1918. Einhverjir fullyrða að eftir svona kaldan vetur geti ekki annað en komið frábært sumar. Landinn ætti þá að geta sleikt sólina í sumar-fríinu hér heima á Íslandi með öllum útlendingunum sem verða sennilega fleiri í sumar en nokkru sinni áður. Nú, ef sumarið klikkar aftur er ekkert annað til ráða en að gera það sem Íslendingar hafa gert í hálfa öld til að gera sér lífið bærilegt. Bóka bara pakkaferð til Majorka og liggja á hvitri strönd með öllum hinum Íslendingunum. ■

Öflugt íþróttastarf eftir heimsfaraldur



Ásmundur Einar
Daðason
mennta- og barna-
málaráðherra

Íþróttir eru gríðarlega mikilvægar þegar kemur að uppeldi barna og unglinga og forvarnargildi þeirra er margsannað. Íþróttafélög um allt land halda úti ómetanlegu starfi sem skilar sér margfalt til baka til samfélagsins. Þegar Covid-19 faraldurinn reis sem hæst stóð íþróttahreyfingin hins vegar frammi fyrir fordæmalausum aðstæðum sem höfðu veruleg áhrif á starf íþróttafélaga um allt land.

Af þessum sökum lagði ég fram tillögur þess efnis að ráðist yrði í aðgerðir til að koma til móts við íþrótt- og æskulýðsfélög landsins vegna þeirrar röskunar sem Covid-19 faraldurinn hefur valdið á starf þeirra.

Nú í byrjun árs er mennta- og barnamálaráðuneytið að ljúka greiðslum á síðustu styrkjum til íþróttahreyfingarinnar til að bæta upp það tekjutap sem hún varð fyrir vegna sóttvarnaaðgerða stjórnvalda. Loka-greiðslan nemur alls 450 milljónum króna. Sambærileg úthlutun að upphæð 450 milljónir króna átti sér stað vorið 2020 og önnur úthlutun að upphæð 300 milljónir króna í árslok sama ár. Þá fengu íþróttafélög rúmlega 1,6 milljarða króna í gegnum úrræði Vinnumálastofnunar. Að auki var 100 milljónum sérstaklega úthlutað á fjáráukalögum 2021 til íþrótt- og tómstundafélaga vegna viðburða sem fellu utan framangreindra styrkja og sérstakra verkefna sem talin voru brýn fyrir starfsemi viðkomandi félaga. Alls nemur stuðningurinn því tæpum þremur milljónum króna vitt og breitt innan hreyfingarinnar.

Markmiðið með stuðningnum var að gera íþróttafélögum kleift að brúa það gat sem myndaðist þegar allt starf féll niður vegna samkomutakmarkana og að tryggja að sem minnstar raskanir yrðu á íþróttaiðkun barna til lengri tíma lítið. Stjórnvöld þurftu að stiga fast til jarðar svo að starfsemi íþróttafélaga myndi ekki leggjast af og að viðspyrnan yrði sem best eftir faraldurinn. Það tókst. Við búum áfram við öflugt íþróttastarf sem þakka má elju starfsfólks og þeirra fjölmörgu sjálfbodaliða sem koma að starfi íþróttahreyfingarinnar á hverjum degi. Áfram Ísland. ■

Stjórnvöld þurftu að stiga fast til jarðar svo að starfsemi íþróttafélaga myndi ekki leggjast af.

**ÍÞRÓTTAVIKAN
MEÐ BENNA BÓ**

FÖSTUDAGA KL. 21.00



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

MIÐVIKUDAGUR 11. janúar 2023

KYNNINGARBLAÐ



Pótt margir karlar taki til hendinni heima fyrir þá eru þeir í minnihluta.

Margir karlar skynja ekki óþrif

elin@frettabladid.is

Samkvæmt nýrri breskri rannsókn skynja konur og karlar hlutina öðruvísi þegar kemur að heimilisþrifum. Vísindamenn benda á að pótt ekki hafi verið búið um rúmið, spegillinn sé blettóttur og leyfar af gömlu tannkremi á vaskinum virðist karlinn, sem er einn heima, ekki taka eftir þessu.

Rannsakendur hjá Cambridge-háskólanum á Englandi segja að karlar sjái þetta en skynji samt ekki að eitthvað þurfi að gera. Þeir bæta við að uppeldið eða samfélagið gæti verið orsök. Rannsóknin var gerð til að finna út hvers vegna jafnrétti er ekki meira á heimilum nútímafólks.

Ekkert breyttist í heimsfaraldri
Í grein sem birtist í Philosophy and Phenomenological Research er tekið dæmi. Það eru diskar í vaskinum en vandamálið er að þessi staðreynd hefur ekki sömu áhrif á karl og konu. Hún litur á þetta sem boð til aðgerða en hann finnur ekki hjá sér hvöt til að sinna verkefninu. Í tveggja ára heimsfaraldri þar sem hjón vorðu mestum tíma heima breyttist lítið.

Þau hafa bæði mótast af umhverfi sínu og uppeldi og skynjunin er því ekki sú sama. Hins vegar er hægt að breyta hvernig við skynjum umhverfið með meðvitundu átaki. Það þarf að hvetja karlmenn enn frekar til að standa gegn kynbundnum viðmiðum til dæmis með lengra fæðingarorlofi feðra. ■



Adda Soffía segir hár sitt aldrei hafa verið jafn sitt og þykkt eins og eftir að hún fór að taka inn Age Rewind frá Feel Iceland.

MYND/ÍRIS DÖGG EINARSDÓTTIR

Fann sína hillu í háloftunum

Adda Soffía Ingvarsdóttir, snyrtifræðingur og flugfreyja, var aðeins tíu ára þegar hún fór að hreinsa húð sína kvölds og morgna. Hún notar eigin orku til að búa til enn meiri orku og þakkar Feel Iceland kollageni fyrir þykkt og fallett hár, sem og afbragðs liðheilsu. **2**

Alla daga
gegn kulda og sól



Apótek, Hagkaup og Fjarðarkaup
www.celsus.is

„Ég fann mína hillu í háloftunum og vil hvergi annars staðar vinna en í flugvél. Flugvélin hentar mér reyndar svo vel að ég ákvað að læra að fljúga. Það hefur verið draumurinn minn til langs tíma en ég hafði lengi vel ekki trú á því að ég gæti orðið flugmaður. En svo lét ég bara vaða og stefni á að ljúka atvinnuflugmannsnáminu sem allra fyrst.“

Þetta segir Adda Soffía Ingvars-dóttir, snyrtifræðingur og flugfreyja hjá Icelandair.

„Flugfreyjulífið er ekki beinlínis ævintýralíft þótt maður sé á ferð og flugi um allan heim, en það er alveg fáránlega skemmtileg vinna og vinnustaður. Ég veit það er klisja að segja að enginn dagur sé eins, en þannig er það nú samt í fluginu. Maður er aldrei með sama fólkinu og sér ekki fyrir hvað getur komið upp á. Maður verður hins vegar víðsýnni og lærir að dæma ekki aðra heldur taka öllu fólki eins og það er,“ segir Adda Soffía.

Það hentar henni ekki að sitja niðurnegld við skrifborð í átta tíma á dag.

„Í fluginu vinn ég sirka fimmtán daga í mánuði og þá er maður á fullu allan tímann. Vinnunni fylgir auðvitað óreglulegur svefn og það tekur líkamlega á að vera í flugvél í marga klukkutíma, auk þess sem það getur verið líkamlega erfitt að lyfta hlutum og standa á fótunum tímunum saman. Því skiptir miklu að hugsa vel um sig og í hverju einasta stoppi reyni ég að hreyfa mig, fara í líkamsræktarsal á hótelinu eða út að hlaupa.“

Fer aldrei förðuð í háttinn

Adda Soffía er fædd og uppalin á Akureyri en flutti suður á mölina þegar hún hóf nám í snyrtifræði við Fjölbrautaskólann í Breiðholti þar sem hún dúxaði í sinni deild.

„Ég lærði snyrtifræði vegna óbilandi áhuga míns á húðinni. Ég var mjög bráðþroska og fékk snemma bólur en tók það föstum tókum og held ég hafi hreinsað húðina mína kvölds og morgna frá því ég var tíu ára. Ég get eflaust talið á fingrum annarrar handar þau skipti sem ég hef farið í háttinn með málninguna framan í mér. Ég hef því alltaf gefið mér tíma til að hreinsa húðina, sama hversu þreytt ég hef verið,“ segir Adda Soffía.

Hún vann sem sminka í þrettán ár, bæði sjálfstætt og í Make Up Store og segir snyrtifræðinámið hafa nýst sér vel í verkefnum lífsins.

„Meðal annars vann ég um tveggja ára skeið sem „beauty director“ hjá tímaritinu Glamour sem var eitt það lærdómsríkasta og skemmtilegasta tímabil sem ég hef átt. Þar kynntist ég fullt af fólki og fékk að nýta nám mitt og sérþekkingu á því sem mér þykir svo einkar áhugavert, húðinni og húðumhirðu. Ég er enn afar dugleg að segja fólki að flækja ekki daglega húðumhirðu með of mörgum húðvörum heldur byrja á einföldum hreinsi og rakakremi, því það er eins með húðina og mataræðið eða ræktina, að ef það verður of flókið er hætta á að maður haldi það ekki út.“



Adda Soffía er dugleg að stunda hlaup og CrossFit, og nú með enn liðugri hné vegna Joint Rewind frá Feel Iceland.

MYND/ADSEND

duftið og ávinningurinn er sá sami,“ greinir Adda Soffía frá.

Hún tekur daglega inn kollagen hylkin Joint Rewind og Age Rewind frá Feel Iceland.

„Ég tek inn Joint Rewind fyrir liðheilsuna. Ég hleyp mikið og hef stundað CrossFit í sex ár en er að upplagi frekar léleg í hnjónum. Eftir að ég fór að taka inn Joint Rewind fann ég fljótt mikinn mun til hins betra en í því eru efni sem geta styrkt brjóskið og mig grunar að það geri gæfuninn fyrir góða hnéheilsu mína í dag. Ég prófaði að gera tilraun á sjálfri mér til að sannreyna hvort kollagenið hefði virkilega svona mikil áhrif og hætti þá að taka inn kollagenið í nokkrar vikur, eða þar til ég vaknaði einn morguninn og ætlaði varla að geta rétt úr fótunum. Ég ákvað því strax að halda áfram með Joint Rewind því munurinn er drastískur. Ekki einungis verða liðirnir mýkri og liðugri heldur varnar kollagenið því líka að maður fái strengi. Ég sé því ekkert annað geta komið í staðinn fyrir Feel Iceland kollagen fyrir mín stíðu liðamót og er alsæl með árangurinn. Ég mæli hiklaust með Joint Rewind fyrir þau sem

Kollagen frá Feel Iceland er hrein, íslensk náttúruafurð og fæst bæði sem duft og í hentugum hylkjum.

Kollagen í hentugum hylkjum

Það var hjá tiskutímaritinu Glamour sem Adda Soffía komst á snóðir um Feel Iceland kollagen.

„Það var árið 2016 og síðan hef ég notað kollagenið nær öslitið. Ég nota kollagenduftið við og við í grauta eða búst en ég er mikill talsmaður kollagen-hylkjanna því ég ferðast svo mikið í fluginu og finnst þá þægilegast að hafa handhæg hylkin meðferðis. Þau gera enda alveg sama gagn og kollagen-

Ég er mikill talsmaður Feel Iceland kollagen-hylkjanna því ég ferðast svo mikið í fluginu og finnst þá þægilegt að hafa handhæg hylkin meðferðis. Þau gera enda alveg sama gagn og duftið og ávinningurinn er sá sami.

eru slæm í liðum og veigra sér við að taka inn kollagenduft og finnst það vesen,“ segir Adda Soffía.

Hárið vex og vex með kollageni

Hún tekur inn Age Rewind frá Feel Iceland fyrir húðina.

„Ég bæði finn og sé að það gerir mér gott. Kollagen er nauðsynlegt fyrir húð, hár og neglur. Það kemur í veg fyrir ótímabæra öldrun og eykur teygjanleika, mýkt, raka og ljóma húðarinnar. Hárvöxturinn tók líka mikinn kipp og hárið á mér vex og vex og vex. Ég fékk töluvert hárlos þegar ég var með dóttur mína á brjósti og slíkt getur tekið langan tíma að lagast, en ég fann fljótt hvernig hárið styrktist

Ég fékk töluvert hárlos þegar ég var með dóttur mína á brjósti og slíkt getur tekið langan tíma að lagast, en ég fann fljótt hvernig hárið styrktist eftir að ég fór að taka inn kollagen frá Feel Iceland.

eftir að ég fór að taka inn kollagenið. Hárið á mér hefur aldrei verið jafn sitt og nú og er auk þess orðið mjög þykkt, en það þakka ég kollageninu í Age Rewind,“ segir Adda Soffía.

Hún er heilluð af því að Feel Iceland kollagen sé hrein og heilnæm náttúruafurð, unnin úr íslensku þorskroði.

„Fyrir fjörutíu, fimmtíu árum borðuðu Íslendingar meiri fisk, innmat og kjöt á beini, en í dag kemur kollagen sem bætiefni í staðinn fyrir það hjá nútímafólki sem fær ekki nóg af kollageni úr fæðunni.“

Kollagenið hressir og bætir

Adda er sjaldgæft nafn en Adda Soffía var skirð í höfuðið á ömmu sinni sem féll frá 2021.

„Amma hét Kristín Ragnhildur og var alltaf kölluð Adda. Hún bjó vestur á Snæfjallaströnd við Ísafjarðardjúp og kallaði sko ekki allt ömmu sína. Oft var eina leiðin til að komast að bænum með bát og þegar afi var langdvölum burtu vegna vinnu sinnar var amma ein heima með búskapinn og sjö börn. En hún var ekkert að kvarta heldur gerði það sem gera þurfti. Hún var mikill töffari og mér mikil fyrirmynd. Ég hugsa að ég eigi margt fleira sameiginlegt með ömmu en nafnið,“ segir Adda Soffía sem eins og amma hennar gerir ekki stór-mál úr því smávægilega.

„Ég hef tamið mér að dvelja ekki við vandamál heldur finna frekar lausnir. Ég hef alltaf farið mínar eigin leiðir og bjargað mér. Ég reyni að gera sem mest til að láta mér liða vel og hugsa vel um líkamann því maður fær víst bara eitt stykki. Ég lifi að vísu óreglulegu lífi, vakna á ýmsum tímum og er mikið í flugvél en þá er gott að hafa rútínu í óskipulaginu, eins og kollagenið frá Feel Iceland og að stunda reglulega heilsurækt,“ segir Adda Soffía sem gefur sér alltaf tíma til að hreyfa sig, þótt ekki sé nema korter til að svitna og koma kerfinu í gang.

„Það er mín útrás og hleðsla. Ég nota orku til að búa til orku. Þannig finnst mér ég virka best. Það er mín leið til að tækla áreiti og annríki hvunn dagsins, þá verð ég skýrari í kollinum og liður hvað best, bæði andlega og líkamlega. Maður þarf að vera „fit to fly“ til að tækla daginn í fluginu og við erum öllu vön í 40 þúsund fetunum. Eða eins og ég segi við nýliðana: Það eru ekki allir að fara í skemmtiferð og maður veit aldrei í hverju maður lendir. Þá er gott að vera vel nærður og taka inn góð bætiefni, eins og kollagenið frá Feel Iceland sem flýtir fyrir endurheimt, hressir og bætir.“ ■

Feel Iceland vörurnar fást meðal annars í Lyfju, Heilsuhúsinu, Lyfjum og heilsu, Hagkaup, Fjarðarkaupum, Apótekarunum, Friðhöfninni og Nettó. Einnig í vefversluninni feeliceland.com. Nánar um Feel Iceland kollagen á feeliceland.com

Bílablaðið

11. JANÚAR 2023

Framtíðin fönguð á CES

CES-tæknisýningin var fyrst haldin 1967 og þar hafa margar tækni-nýjungar, sem við köllum nú sjálf-sagðar, verið frumsýndar. Bíla-framleiðendur hafa á síðustu árum frumsýnt þar nýjungar í rafbílum og aldrei eins margar og núna.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

BMW i Vision Dee tilraunabíllinn vakti athygli á CES-sýningunni fyrir framrúðuskjá sinn. **2**



Afeela er framleiðslubíll sem kom út úr samstarfi Sony og Honda. **2**



Nýr Nissan X-Trail verður kynntur í næsta mánuði og var þess vegna reynsluekið. **6**

**Castrol** **EDGE**

Hámarks afköst og sterkari undir álagi



Castrol Edge er frábær kostur fyrir ökumenn sem vilja bestu mögulegu blöndu af vörn og afköstum. Sterk olíufilma dregur úr núningi og sliti og er sérhönnuð til að standast betur álag og háan hita.



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

olís

Sony Honda Mobility kynnir Afeela sem fer í framleiðslu árið 2026

njall@frettabladid.is

Tæknifyrirtækið Sony, í samstarfi við bílaframleiðandann Honda, frumsýndi frumgerð Afeela-rafbílsins á CES-sýningunni en hann mun fara í framleiðslu árið 2026. Það var forstjóri Sony Honda Mobility fyrirtækisins, Yasuhide Mizuno, sem frumsýndi bílinn við hátíðlega athöfn og útskýrði um leið að bíllinn væri ný tenging á milli fólks og flutninga.

Afeela er nafn frumgerðar bílsins en ekki hefur verið gefið upp hvað hann mun heita þegar hann kemur í framleiðslu. Um fjögurra dyra hlaðbak er að ræða með ávölum línunum, myndavélum í stað

spegla og engum hurðarhandföngum. Billinn er 4.895 mm langur og 1.900 mm breiður sem eru svipuð hlutföll og í Hyunda Ioniq 6. Að framan verður tvöföld klafaffjöðrun en fjölarma að aftan. Framleiðslubíllinn mun nota staf-ræna Snapdragon-undirvagninn frá Qualcomm sem notað getur gervigreind. Alls eru 45 myndavélar og skynjarar sem sjá um að meta umhverfi bílsins og gefa honum möguleika á að nota þriðja stigs sjálfkeyrslubúnað í framleiðslugerðinni. Hægt verður að panta fyrstu bílana á fyrri hluta ársins 2025 en fyrstu bílarnir verða afhentir snemma árs 2026. ■



Stærð nýs C-HR er nánast sú sama og áður en mesta breytingin er á C-bita sem nær aftar en áður. MYND/TOYOTA

Toyota kynnir Prologue sem nýjan C-HR

njall@frettabladid.is

Toyota hefur frumsýnt Prologue-tilraunabílinn sem tilvísun í hvernig nýr C-HR muni líta út, en sá bíll er væntanlegur á seinni hluta ársins. Samkvæmt þeim upplýsingum sem fylgja bílnum verður um tvinnbíl að ræða sem mun leysa Toyota Prius af hólmi á vissum mörkuðum, þótt ekki verði það reyndin hér.

Þetta er í annað skipti sem Toyota notar Prologue-nafnið en í fyrra skiptið var það í Aygo X Prologue, sem var nánast alveg eins og bíllinn sem fylgdi í kjölfarið. Eins og sjá má líkist bíllinn mikið þeim einkaleyfismyndum sem við birtum af bílnum fyrir skömmu. Bíllinn mun nota sama TNGA-undirvagn og fyrri kynslóð

Fyrra skiptið sem Toyota kynnti bíl með Prologue-nafninu var í Aygo X Prologue sem var nánast eins í endanlegri útgáfu sinni.

og fá fimmtu kynslóð tvinnkerfis Toyota og nú verða boðinn í fyrsta skipti sem tengiltvinnbíl. Líklegt er talið að um sömu tveggja lítra vél og 191 hestafis aflrás verði að ræða og í nýjum Prius. Í honum er drægi rafhlöðunnar tæpir 100 km. Ekki verður um 100% rafdrifna útgáfu að ræða í nýjum C-HR þar sem að Toyota áætla að kynna nýjan bZ-rafbíl sem er aðeins stærri en C-HR. ■



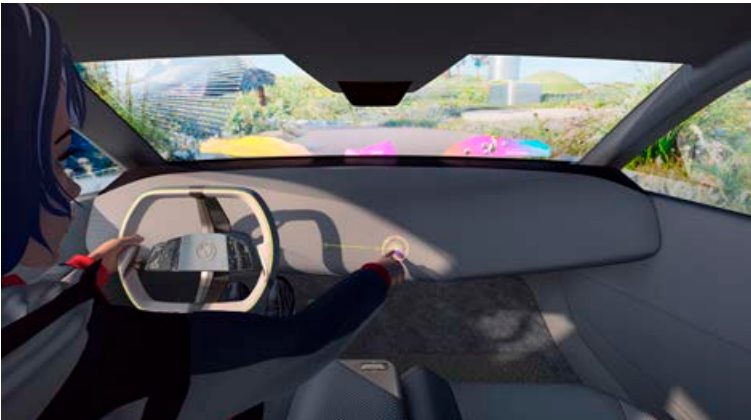
Valið var að nota einfalt útlit hlaðbaksins til að kynna bílinn svo það tæki ekki athyglina frá tæknibúnaðinum. MYNDIR/BMW

BMW sýnir tæknitrölíð í Vision Dee í Las Vegas

CES-tæknisýningin í Las Vegas er smám saman að breytast í bílasýningu og meðal bílaframleiðenda þar var BMW með í Vision Dee tilraunabílinn. Bíllinn er tilraunaverkefni og nokkurs konar framtíðarsýn BMW en sýnir um leið hvaða leiðir framleiðandinn er að fara í tækni og hönnun.

njall@frettabladid.is

Dee stendur fyrir Digital Emotional Experience og er hugsunin að skapa sterkari tengsl notenda við bíla sína. Einfaldleikinn er allsráðandi í útliti en notandinn getur valið um fimm stig snertinæms stjórn-búnaðar sem blandar þá stafrænni upplifun við raunveruleikann. Það er aðallega gert með stórum framrúðuskjá og á fyrstu tveimur stigunum er lítið af upplýsingum. Á þriðja stigi koma upplýsingar frá símkerfi eða hljómtækjum en á fjórða stigi eru komnir möguleikar eins og leiðsögukerfi sem blandar saman tölvumynd og raunveruleikanum. Á fimmta stigi er bíllinn stopp og þá dökkna rúðurnar á meðan notandinn nýtur upplifunar eins og sjónvarpsefnis frá streymisveitu eða þess háttar.



Að innan er eins arms-stýrishjól miðpunkturinn enda birtast allar upp-lýsingar á framrúðunni.

Stóri framrúðuskjárinn sem meðal annars getur sýnt leiðsögukerfi í raunmynd gæti farið að sjást í framleiðslubílum strax árið 2025 að sögn BMW.

Sumt sem er kynnt í þessum bíl er á leiðinni frá BMW á næstu árum, eins og Neue Klasse-undirvagninn, en að sögn forstjóra BMW, Oliver Zipse, er BMW að hanna 3-línu og jeppling sem byggja á atriðum sem sjá má í Vision Dee. Stóri framrúðuskjárinn gæti einnig farið að sjást í BMW-bílum frá 2025 ásamt útliti fram- og afturljósabílsins að sögn BMW. Ljósabúnaður bílsins er búinn teiknimyndahugbúnaði svo að bíllinn getur sýnt svipbrigði og þannig „talað“ við aðra ökumenn. ■

Volkswagen kynnir nafnið ID.7 í staðinn fyrir ID.Areo

njall@frettabladid.is

Volkswagen hefur tekið næsta skref í þróunarsögu VW ID.Areo tilraunabílsins og kynnt hann sem ID.7 á Consumer Electronics-sýningunni í Las Vegas. Þessi raf-tækjasýning hefur á undaförnum árum stækkað nokkuð og hafa nokkrir bílaframleiðendur notað tækifærið til að kynna nýja rafbíla sína þar. Volkswagen ID.7 er ætlað að keppa beint við bíla eins og Tesla Model 3 en ID.7 verður frumsýndur í heild sinni síðar á árinu. Volkswagen kynnti á sýning-

unni mörg tækniatriði bílsins sem vekja nokkra athygli. Fyrir það fyrsta er drægi upp á allt að 700 km. Að sögn tæknimanna Volkswagen er það hægt með einstaklega góðri loftmótstöðu bílsins, en ekki er gefið upp hvort hann noti stærstu rafhlöðu merkisins eða ekki. Í öðru lagi mun hann koma með sama 15 tommu upplýsingaskjá og næsta útgáfa ID.3 sem meðal annars inniheldur baklýstar ljósarendur til að stjórna hljóðstyrk eða miðstöð og bæta á notkunareiginleika. Volkswagen ID.7 er 4.940 mm á



Nýr 15 tommu upplýsingaskjár er hluti af nýrri hönnun mælaborðsins.

lengd, 1.860 mm á breidd og 1.530 mm á hæð svo að hann er aðeins stærri en Tesla Model 3. Hjólhaf ID.7 er einnig stærra eða 2.970 mm. ■



Volkswagen ID.7 var kynntur með lítils háttar felubúningi á ytra byrði sínu sem skipt getur um lit með fjarstýringu. MYND/VW GROUP

Hyundai

TUCSON

Plug-in Hybrid



Plug-in Hybrid



Vél



Rafmótor



Rafgeymir



Hleðsla

Rafmögnuð hönnun. Frábær bíll verður enn betri.

Byltingin heldur áfram. Tæknilega fullkominn Hyundai Tucson Plug-in Hybrid setur ný viðmið í hagkvæmni, þægindum og glæsilegri hönnun. Tucson er hlaðinn spennandi tækni og sjaldan hefur boðist jafn vel búinn og glæsilegur borgarjeppi á jafn hagstæðu verði. Komdu, skoðaðu og reynsluaktu.

Hyundai Tucson PHEV. Verð frá: 7.290.000 kr.

FLEX leiguverð frá: 186.790 kr. á mánuði.

Innifalið í leigu: bifreiðagjöld, tryggingar, þjónustuskóðanir, viðhald, dekk og dekkþjónusta.

www.hyundai.is.



Hyundai | Kaupúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

7 ÁRA
Ábyrgð
Framtíðin er örugg

8 ÁRA
Rafhlöðu
ábyrgðartrygging

Hyundai býður eina víðtækustu ábyrgð sem til er. Ábyrgð á öllum nýjum Hyundai bílum er sjö ár/150.000 km akstur, hvort sem kemur á undan. Átta ár/160.000 km ábyrgð er á rafhlöðum. Staðbundnir skilmálar gilda. Kaupandi greiðir fyrir reglulegt þjónustueftirlit hjá viðurkenndum aðilum. Kynntu þér allt um ábyrgðina á hyundai.is.

Nýjustu myndir af GLC Coupe

njall@frettabladid.is

Eftir frumsýningu Mercedes á GLC-jepplingnum í fyrra er nú röðin komin að GLC Coupe. Von er á bílnum síðar á árinu en Auto Express birti nýjustu njósnamyndir af bílnum á dögnum með mjög litlum dulbúningi. Billinn fer í sölu seint á þessu ári og mun keppa við BMW X4 til að mynda.

Að framan má sjá að notast verður við sama framenda og á GLC að mestu leyti. Notast er við sama tvískipta grillið með þriggja arma stjörnum á við og dreif. Þessu til viðbótar verður hann með Digital Light-ljósabúnaðinum sem getur skipt um form ljóskeilunnar. GLC Coupe kemur á sama MRA2-undirvagni og C-línan og þess vegna er innréttingin að mestu leyti sú sama. Fyrir miðju er 11,9 tommu snertiskjár með MBUX-kerfi. Fyrir framan ökumann er



Mercedes-Benz GLC Coupe er enn straumlinulagaðri en áður með mikið afturhallandi afturenda.



Ætlað er að framleiðsluútgáfa Ram rafmagnspallbilsins komi á markað 2024.

Ram með rafdrifinn pallbíl á CES

njall@frettabladid.is

Eins og aðrir framleiðendur pallbíla er Ram pallbílamerkið með rafdrifinn pallbíl á þrjónunum, en Ram notaði einmitt CES sýninguna í Las Vegas til að frumsýna tilraunaútgáfu bílsins sem væntanlegur er á næsta ári. Um tiltölulega fullbúinn bíl er að ræða og auðvelt að ímynda sér að hann fari ekki langt frá því sem sýnt var í Las Vegas.

Útlit bílsins er langt frá því sem við höfum áður séð í kassalaga Ram pallbílum. Allar línur eru ávalari og díóðuljós sem ná yfir alla fram-

hliðina og þá einnig merki bílsins, eru mjög áberandi. Hliðarhurðir sem opnast í sitt hvora áttina gætu jafnvel náð á framleiðslustigið. Inn í bílnum eru tvær sætaraðir með tveimur sætum hvor, en hægt er að fjarlægja aftursætin og einnig miðjustokkinn. Hægt er að lengja í pallinum og opna inn í farþegarýmið svo að hægt er að flytja hluti sem eru allt að 5,5 metrar að lengd. Inn í bílnum er tvískiptur miðjuskjár en aðeins er framrúðuskjár fyrir ökumanninn. Billinn verður smíðaður á skalanlegum STLA-undirvagni Stellantis sem býður upp á 800 volta rafkerfi. ■

Fyrstu njósnamyndir af BMW iX2

njall@frettabladid.is

Von er á annarri kynslóð BMW X2 á næstunni og Auto Express-vefmiðillinn sýndi á dögnum fyrstu myndir af rafútgáfu sama bíls. Billinn mun nota sama undirvagn og BMW X1 og því mun margt vera svipað í tæknibúnaði þessara bíla.

Það sem vekur athygli er breytt útlit X2 og þá sérstaklega að aftanverðu, en hliðarlínu hans svipar meira til bíla eins og X4 coupe. Að framan svipar rafbílnum mikið til iX1 með sömu gerð af framljósum

og svipuðu formi á grilli. Afturglugginn hallar aðeins litillega og þótt afturljósinn séu vandlega falin sjást þau nógu mikið til að líkast ljósunum á X1. Undirvagninn er UKL2 eins og iX1 sem þýðir að billinn fær líkast til sömu 64,7 kWst rafhlöðu með 308 hestafla rafmóturum og 494 Nm tog. BMW iX1 er 5,7 sekúndur í hundraðið en aðeins þyngri iX2, ætti samt að vera innan við sex sekúndur þangað. Drægi iX1 er 440 km en þegar betra loftflæði nýs iX2 er haft í huga má jafnvel búast við betri tölum þar. ■



Felgurnar undir bílnum eru prófunarfelgur en búast má við stærri felgum á næstu kynslóð X2.

MYND/AUTO EXPRESS

Peugeot Inception frumsýndur á CES



Flatarmál glers í yfirbyggingu Inception er 7,25 fermetrar en hluti þess er yfir afturljósunum.

MYNDIR/STELLANTIS

Peugeot, eins og margir aðrir bílaframleiðendur, notaði CES-tækni-sýninguna í Las Vegas til að frumsýna nýjasta tilraunabil merkisins. Peugeot Inception er stór og sportlegur fólksbíl sem er byggður á stóra STLA-undirvagninum, en sá undirvagn er skalanlegur og verður undir Peugeot-bílum fram-tíðarinnar.

njall@frettabladid.is

Billinn er fimm metrar á lengd og milli hjóla hans er 100 kWst rafhlaða með allt að 800 km drægi. Tveir rafmótorar eru í bílnum hvor á sínum öxli svo að hann er fjórhjóladrifinn. Samtals eru þeir 670 hestöfl og því getur billinn farið í hundraðið á undir þremur sekúndum. Rafkerfi bílsins er 800 volt sem er í fyrsta skipti sem Peugeot byggir þannig bíl. Útlit bílsins er með enn meiri áherslum á þrískipt aðalljós en áður og hvassar línur hans munu fara að sjást í framleiðslubílum Peugeot strax á þessum áratug.

Eins og búast mátti við frá Peugeot er innanrými hans sér á parti.



Hypersquare-innanrýmið er algerlega ný hönnun og er ferkantað stýri og hringlaga skjár eins og einhver öfugmæli.

Með 100 kWst rafhlöðu fær billinn allt að 800 km drægi en tveir rafmótorar gefa bílnum samtals 670 hestöfl.

Innanrýmið kallast Hypersquare og er með ferköntuðu stýri og er stafrænn stjórnþúnaður á öllum fjórum hornum þess. Peugeot áætlað að kynna fyrstu framleiðslubílana með Hypersquare-innanrýminu strax árið 2026. Þar sem stýrið er tölvustýrt er engin stýrisás og því var hægt að hanna innanrýmið upp á nýtt.

Fyrir aftan stýrið er sérstakur hringlaga skjár sem sýnir helstu upplýsingar, en billinn er líka með fjórða stígs sjálfkeyrslubúnaði. Þegar það er gert hverfur skjárin offan í mælaborðið. ■

Qualcomm smíðar bíl til tæknikynningar

njall@frettabladid.is

Ameríski tæknirisinn Qualcomm hefur smíðað tilraunabíl til að kynna næstu kynslóð tæknibúnaðar síns og frumsýndir gripinn á CES-tækni-sýningunni í Las Vegas. Meðal þess sem kynnt var í nýja bílnum er næsta kynslóð gervigreindar og raddstýringarbúnaður.

Billinn hefur ekki fengið nafn enda aðeins nokkurs konar kynningarbás fyrir hinn nýja Snapdragon stafræna undirvagn. Að sögn Qualcomm sýnir hann notkunarmöguleika næstu kynslóðar ökumanna. Billinn er kúpu-laga með hurðum sem opnast sitt í hvora áttina og risastórum upplýsingaskjá sem nær yfir alla breidd bílsins. Gervigreindin getur lesið andlit farþeganna og stillt hluti eins og sæti, miðstöð og upplýsingakerfi eftir þeirra þörfum. Með sérstökum hljómbúnaði er bílnum skipt í hljóðsvæði fyrir hvern notanda. Notkun snertiskjás er minnkuð með nýjum raddstýringarbúnaði. Risaskjárin kemur frá taivanska fyrirtækinu AUO og er 55 tommur enda á milli. Auk þess eru tveir stórir skjár í aftursætum þar sem hægt er að spila leiki og horfa á efni frá streymisveitum. Meðal annarra samstarfsaðila eru fyrirtæki eins og Amazon Music, Bose, Zoom og Vector Unit leikjaframleiðandinn. ■



Fjögur mismunandi svæði í bílnum eru fyrir hvern notanda hans.

MYNDIR/QUALCOMM



Skjárin fyrir framsæti er 55 tommur á breidd og gegnum hann má til dæmis fá myndsímtöl.

DENSO

DENSO

VARAHLUTIR



KERTI



GLÓÐARKERTI



STARTARAR



ALTERNATORAR

Bílanaust

**FYRIR FÓLK
Á FERÐinni**

STÓRVERSLUN
BÍLDHÖFÐA 12
110 REYKJAVÍK
S. 535 9000

STÓRVERSLUN
BÆJARHRAUNI 12
220 HAFNARFIRÐI
S. 555 4800

Hafnargata 52
260 Reykjanesbæ
S. 421 7510

Hrísmýri 7
800 Selfossi
S. 482 4200

Furuvöllum 15
600 Akureyri
S. 535 9085

Sólvangi 5
700 Egilsstöðum
S. 471 1244

www.bilanaust.is



Njáll
Gunnlaugsson
njall
@frettabladid.is

Reynsluakstur

Nissan S-Trail ePOWER

KOSTIR

- Vel búin grunnútgáfa
- Pláss í miðjusætaröð

GALLAR

- Verð
- Fótapláss í öftustu sætaröð

Grunnverð: 8.790.000 kr.
Hestöfl: 213
Tog: 250 Nm
Eyðsla bl. ak.: 6,1 l/100 km

CO2: 139 g/100 km
L/B/H: 4.680/1.840/1.725 mm
Hjólhaf: 2.705 mm
Veghæð: 190 mm

Eigin þyngd: 1.992 kg
Dráttargeta: 1.650 kg
Farangursrými: 560 lítrar



Nýr Nissan X-Trail kemur sterkur inn á markað fyrir sjö sæta jepplinga með e-Power-rafdrifinu. MYNDIR/TRYGGLVI ÞORMÓÐSSON

Rafmagnaður sjö sæta bensínbíll

Einn af vinsælli jepplingum landsins síðastliðna tvo áratugi er Nissan X-Trail sem kemur nú í nýrri útfærslu með rafdrifi á öxlum en bensínvél fyrir rafhlöðuna.

Mikið vatn hefur nú runnið til sjávar síðan X-Trail var kynntur hérlandis snemma árs 2002 hjá Ingvari Helgasyni á Sævarhöfðanum. Billinn er áfram til sölu þar þótt umbodið heiti nú BL en áætlað er að kynna bílinn í febrúar. Fréttablaðið hafði bílinn til reynsluaksturs í byrjun janúar líkt og þegar blaðamaður reynsluók fyrstu kynslóð bílsins fyrir DV-bíla fyrir 21 ári síðan. Eins og þá voru alvöru vetraraðstæður til prófunar og reyndi því vel á torfærueiginleika bílsins.

Óhætt er að segja að nýr X-Trail hafi stækkað nokkuð frá fyrri kynslóð svo ekki sé talað um fyrstu kynslóð, en nýr X-Trail er nú sjö manna bíll. Um stærsta jeppling merkisins er að ræða sem áður seldi sjö sæta bíla eins og Patrol. Það er því ekki mikið hægt að kvarta yfir plássleysi í bílnum fyrir fremstu fimm farþegana, jafnvel þrátt fyrir stóran og breiðan miðjustökk. Sætin eru mátulega stór og þægileg og auðvelt að opna hurðir þannig að allt aðgengi þar er fyrsta flokks. Rýmið í miðju-sætaröðinni er með besta móti og

Í akstri í talsverðum snjó kom billinn þægilega á óvart fyrir að ráða vel við þungan snjó.

er bæði fótaráymi og höfuðrými allgott þó að glerþak taki aðeins frá höfuðrými fyrir þá hávöxnu. Það er kannski ekki alveg sama sagan þegar kemur að aðgengi í öftustu sætaröðina og ekki er mikið af pláss þar heldur, en það var nú viðbúið enda billinn í raun byggður á sama grunni og nýr Qashqai. Þess vegna er um sömu innréttingu og mælaborð að ræða í bílnum, og fá betur búnar útgáfur 12,3 tommu upplýsingaskjá. Einnig er stór skjár í mælaborði ásamt framrúðuskjá í dýrari útfærslum.

Líkt og í Nissan Qashqai er billinn fyrst kynntur í E-Power-útfærslu þar sem að billinn er í raun rafdrifinn en með 1,5 lítra bensínvél sem sér um að halda rafhlöðunni fullhlaðinni. Vélin er oftast í gangi og slekkur aðeins á sér þegar stöðvað er og þegar billinn reynir lítið á sig. Þannig er billinn frekar hljóðlátur í flestum almennum akstri en vélin lætur þó aðeins heyra í sér þegar billinn er undir álagi. Í akstri í talsverðum snjó kom billinn þægilega á óvart



Nýja mælaborðið er þægilegt í notkun og munar um nýjan 12,3 tommu skjá.



Hægt er að velja á milli fimm mismunandi akstursstillinga og þar á meðal snjóstillingar.

fyrir að ráða vel við þungan snjó enda hægt að velja um mismunandi akstursstillingar eins og til dæmis snjóstillingu, sem nýtir þá betur fjórhjóladrifið. Í heildina er gott að keyra bílinn, hann er almennt hljóðlátur, léttur í stýri án þess að það sé ónákvæmt og liggur vel án teljandi boddíveltur.

En hvað fær maður fyrir peninginn í Nissan X-Trail? Við prófuðum fjórhjóladrifinn e-Power-bíl í vel búinni Tekna-útfærslu en sá bill kostar 10.990.000 kr. Vert er að minnast á að Acenta-útgáfan er einnig mjög vel búin en kostar milljón minna, og ef framhjóladrifið dugar er verðið komið niður í 8.790.000 kr. Talsvert framboð er á sjö sæta bílum í þessum flokki hérlandis en helsti keppinautur hans í verði er eflaust Peugeot 5008, en dýrasta útgáfa hans kostar svipað og ódýrasta útgáfa X-Trail. Einnig er hægt að fá VW Tiguan í sjö sæta útgáfu en sá bill er ekki á verðlista hjá Heklu. Hægt er að fá stærri sjö sæta Toyota Highlander frá 11.890.000 kr. og Hyundai Santa Fe frá 10.290.000 kr. Loks er Kia Sorento frá 10.590.777 kr. svo að segja má að X-Trail sé nær þessum stærri bílum í verði. ■



Með bilstjóra-sætið í öftustu stöðu er samt gott pláss fyrir fætur.

Við skiljum reksturinn þinn

þess vegna komum við til þín



Fáðu faglega ráðgjöf

Hafðu samband í dag og sjáðu hvað við getum gert fyrir fyrirtækið þitt

Starfsfólk okkar veitir með ánægju þínu fyrirtæki ráðgjöf og þjónustu varðandi:

Rétta notkun á eldsneyti og smurefnum.

Gerð smurkorta fyrir bifreiðar, tæki og vélasamstæður.

Útvegar búnað og tæki sem nauðsynleg eru við afgangið og notkun á eldsneyti og smurefnum.

Sími 444 3000 / sala@skeljungur.is

Skeljungur ehf. | Sími 444-3000 | Skútuvogur 1 | 104 Reykjavík | skeljungur@skeljungur.is



Skeljungur
Traustur félagi!



Ekki er gert ráð fyrir miklum útlits-breytingum á Defender þegar hann kemur á markað. MYND/AVARVARII

Defender kemur rafdrifinn 2025

njall@frettabladid.is

Þrátt fyrir að Defender-jeppinn hafi komið á markað fyrir aðeins tveimur árum síðan er ekki langt í að rafdrifin útgáfa hans muni líta dagsins ljós. Áætlað er að Defender fái andlitslyftingu árið 2025 og þá komi rafdrifnar útgáfur hans líka í öllum stærðarútfærslum. Það þýðir að kaupendur geti fengið fyrstu bílana afhenta árið 2026.

Að öllum líkindum má gera ráð fyrir nýjum undirvagni þar sem horfið verður frá D7-undirvagninum og þess í stað komi MLA Flex-undirvagninn. Sá undirvagn getur bæði notast við 100% rafdrif eða brunahreyfla og er nú undir nýjustu gerðum Range Rover-jeppanna. Búast má við rafútgáfum Range Rover og Range Rover Sport árið 2024. Land Rover hefur ekki verið fyrir róttækar breytingar á útliti að undanfögnu og því má búast við að Defender haldi útliti sínu að mestu. Samkvæmt þessari tölvugerðu teikningu frá Avarvarii má sjá að líklegasta breytingin er á framenda bílsins eins og við var að búast.

Auðvitað verða einhverjar breytingar á innanrými og tæknibúnaði en þar sem almenn ánægja er með innanrými núverandi útgáfu er ekki von á miklum breytingum þar heldur. Þeir sem hafa áhyggjur af því hvort Defender verði minni jeppi geta verið rólegir því að rafdrif gefur meiri möguleika á að stýra átaki og bæta þannig torfærueiginleika. Einnig má búast við meiri veghæð vegna slétts undirvagns. Búast má við að rafhlaðan verði um 100 kWst og að drægi bílsins verði um 500 km. ■



Byrjað verður á hleðslustöðvum í Bandaríkjunum en Evrópa og Kína fylgja í kjölfarið.

Mercedes með net hleðslustöðva

njall@frettabladid.is

Mercedes hefur tilkynnt að 10.000 nýjar hleðslustöðvar verði settar upp áður en áratugurinn er á enda sem hluti af nýju hleðslustöðva-kerfi framleiðandans.

Fyrstu 400 stöðvarnar með 2.500 hleðsluportum alls, verða settar upp í Bandaríkjunum og er áætlað að uppsetningu þeirra ljúki fyrir árið 2027. Þá verður bráðum farið að setja upp stöðvar í Evrópu og í Kína, en hver stöð mun hafa á bilinu 4-30 hleðsluport.

Þessar hleðslustöðvar verða öflugar og ráða við allt að 350 kW hleðslugetu og munu notendur geta pantað sér tíma í hleðslu. Engar áætlanir eru um uppsetningu stöðva hérlandis eins og er. ■

Styttist í andlitslyftingu G-línu

njall@frettabladid.is

Þegar Mercedes-Benz G-lína kom á markað árið 2018 hafði billinn lítið breyst í um 40 ár. Nú er von á andlitslyftingu bílsins á þessu ári og náðst hafa njósnamyndir af bílnum í væntanlegu útliti með lítils háttar dulbúningi.

Billinn mun koma í sama búningi þegar kemur að málmhlutum en breytingar verða á stuðara sem fær

V8-bensínvélin fær að halda sér í G63-útgáfunni.

ný loftinntök. Billinn á myndinni er AMG G63 og er grillið á honum einnig breytt. Meiri breytinga er að vænta innandyrna en G-línan er nú eini billinn án MBUX-afþreyingar-kerfisins en til stendur að bæta úr



Litlar breytingar verða á útliti fyrir utan framenda. MYND/AUTO EXPRESS

því núna. Hvort það þýðir algera endurhönnun á mælaborði bílsins á þó eftir að koma í ljós. Búast má við sömu vélum og áður og samkvæmt myndum AutoExpress er tvöfalt pústkerfið einnig sjáanlegt sem þýðir að V8-vélin fær að halda sér. Rafdrifin útgáfa er væntanleg árið 2024 og mun einfaldlega heita EQG en tilraunaútgáfa hans var frumsýnd á Bílasýningunni í München árið 2021. ■



www.krokur.net
522 4600

Taktu Krók á leiðarenda

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

Krókur býður m.a. uppá:
• Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum



KRÓKUR
á þinni leið

Vesturhraun 5 210 Garðabær

Engir liðverkir í kuldanum

Rakel María Hjaltadóttir er förðunarfræðingur hjá Stöð 2, ultra-hlaupari og þjálfari. Hún stundar mikla hreyfingu, einkum hlaup utanvegjar og fjallahlaup. Rakel byrjaði að taka inn BUILD-YOUR-JOINTS í september og líkar vel.

„Ég byrjaði að taka BUILD-YOUR-JOINTS eftir að ég kynntist Good routine vítamínunum. Ég hleyp oft um 70–100 kílómetra á viku og því er mjög mikið álag á liðamótin og líkamann. BUILD-YOUR-JOINTS höfðaði því sérstaklega til mín og mér fannst spennandi að prófa,“ segir Rakel. „Hreyfing er stór partur af lífi mínu, ég get eiginlega aldrei verið kyrr og þess vegna er mikilvægt fyrir mig að huga að liðunum.“

Rakel hefur aðallega verið í ultra-hlaupum sem eru vegalengdir yfir 45 kílómetrum. „Ég er einnig að þjálfa hlaup og lyftingar ásamt því að stunda lyftingar af fullum krafti. Mér finnst styrktaræfingar vera mikilvægar til að halda líkamanum góðum fyrir öll hlaupin. Þar að auki geng ég mikið á fjöll og elska alla útiveru og ævin-týramennsku,“ segir hún.

„Ég hef verið að glíma við verki í hné. Eftir að ég hljóp mitt fyrsta 100 kílómetra hlaup í júní 2020 fór ég að finna fyrir álagsmeiðslum og verkjum í hné. Ég hef getað haldið því þokkalega í skefjum með góðum styrktaræfingum og teygjum en ég finn reglulega fyrir því þegar æfingaálagið er mikið.

Ég finn líka oft fyrir liðverkjum í frostinu. Ég vil helst hreyfa mig sem mest úti og hleyp úti allan ársins hring en það hefur verið erfitt fyrir mig yfir köldustu mánuðina því þá fæ ég frekar verki í hné,“ segir Rakel sem hafði lesið sér til um vörumerkið og segist hafa haft töluverðar væntingar til BUILD-YOUR-JOINTS.

„Ég vissi að þetta væru vandaðar og góðar vörur. Áður hafði ég tekið inn alls konar fæðubótarefni og vítamín fyrir liðina frá hinum og þessum merkjum en aldrei fundið jafn fljótt fyrir mun og þegar ég byrjaði að taka BUILD-YOUR-JOINTS. Ég finn mikinn mun og mér liður frábærlega vel,“ segir hún. „Í öllu kuldakastinu í desemb-



Rakel María Hjaltadóttir hefur verið að taka inn fæðubótarefnið Build Your Joints með góðum árangri. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ég hef verið að glíma við verki í hné. Eftir að ég hljóp mitt fyrsta 100 kílómetra hlaup í júní 2020 fór ég að finna fyrir álagsmeiðslum og verkjum í hné.

er hljóp ég rúma 300 kílómetra úti og hef ekki fundið fyrir neinum liðverkjum sem er eiginlega alveg ótrúlegt. Ég hef einnig verið að einblína svolítið á teygjur og liðleika undanfarna mánuði og er farin að finna mikinn mun á liðleika í líkamanum sem er ótrúlega góð tilfinning,“ bætir Rakel við.

Mikil hlaup skapa álag á líkamann og Rakel segir að hún finni minna fyrir þreytu og stifleika í liðum eftir að hún byrjaði að taka BUILD-YOUR-JOINTS. „Það er líka svo gott að það er bæði kollagen og D3-vítamín í þessu og maður þarf bara að taka eitt hylki á dag sem er einfalt að muna.“

BUILD-YOUR-JOINTS er verðlaunavara sem hönnuð er fyrir uppbyggingu brjósks og heilsu liða. Blandan inniheldur einstakt og einkaleyfisvarið form af kollageni UC-II® í því formi sem finnst í liðum ásamt öðrum virkum innihaldsefnum. Mælt er með BUILD-YOUR-JOINTS fyrir fólk sem leitast við að auka þægindi, hreyfanleika og liðleika og viðhalda eðlilegri bólgusvörun. ■

Good routine fæðubótarefnin fást í Hagkaup, Lyfjum & heilsu, Apótekaranum, Krónunni og á vefverslun www.goodroutine.is.

Hröð ganga er góð fyrir heilsuna



Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is

Stutt en hröð ganga á hverjum degi getur dregið úr áhættu á hjarta- og æðasjúkdómum um allt að 49 prósent. Aðeins þriggja mínútna hröð hreyfing sem eykur hjartsláttinn skiptir máli.

Nýlega birtist grein í tímaritinu Nature Medicine um niðurstöðu rannsóknar sem sýnir hversu lítið þarf að hreyfa sig til að það skipti verulegu máli fyrir heilsuna. Þriggja mínútna hröð ganga eykur hjartslátt sem er gott fyrir líkamann. Ekki þarf endilega að fara í líkamsræktartæki, hröð ganga utan- eða innanhúss skiptir máli. Sömuleiðis að ganga upp stiga í stað þess að taka lyftu eða labba hratt út í búð.

Þetta er fyrsta rannsóknin sem sýnir að hröð hreyfing í mjög stuttan tíma getur dregið úr hættu á sjúkdómum og þar með ótímabærum dauða. Þetta segir Cecilie Thøgersen-Ntoumani, prófessor í hreyfingu og heilsu við háskólann í Suður-Danmörku. „Niðurstaðan kom mér á óvart, ég hélt að það þyrfti lengri tíma en þrjár til fjórar mínútur á dag til að ná árangri,“ segir hún.

Í rannsókninni notuðu vísindamennirnir gögn frá 25 þúsund manns sem hreyfðu sig ekki reglulega. Gögnin komu frá UK Biobank og allir þátttakendur voru Bretar að meðaltali um 62 ára. Þeir höfðu



Vísindamenn hafa komist að því að hröð ganga sem eykur hjartslátt er mjög góð fyrir heilsuna. Frekar ætti að fara tröppur en taka lyftu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

armband á úlnliði eða lærum sem skráði hreyfingar. Þetta gerði kleift að hægt var að skrá stutta hreyfingu. Öll hreyfing sem eykur hjartsláttinn er góð. Fylgst var með þátttakendum í sjö ár. Niðurstöðurnar sýndu að þeir sem hreyfðu sig minnkuðu mikið hættuna á að fá ýmsa sjúkdóma.

„Rannsóknin sýnir glæsilega niðurstöðu og þetta eru mjög góð gögn sem eru fengin yfir langan tíma,“ segir Lars Nybo, prófessor við íþrótt- og næringarfræðideild Kaupmannahafnarháskóla. Hann vill þó fá ítarlegri rannsókn með slembivali þar sem hópur sem valinn er af handahófi hlaupi upp stiga fjórum sinnum á dag og síðan annar viðmiðunarhópur sem gerir það ekki. „Rannsóknin fellur þó vel að fyrri rannsóknum. Það er

Það er alltaf til bóta að hreyfa sig en því miður eru ansi margir sem finnst það leiðinlegt. Þá er kannski einfaldara að fara í stuttan göngutúr með hundinn eða leika við börnin í stað þess að fara í ræktina.

alltaf til bóta að hreyfa sig en því miður eru ansi margir sem finnst það leiðinlegt. Þá er kannski einfaldara að fara í stuttan göngutúr með hundinn eða leika við börnin í stað þess að fara í ræktina. Það gæti verið hægt að fá hreyfinguna án þess að hún sé skipulögð,“ segir hann.

Það er einmitt sá hópur sem hreyfir sig lítið sem Cecilie Thøgersen-Ntoumani segir að rannsóknin geti haft þýðingu fyrir. „Hefðbundnar leiðbeiningar segja að fólk eigi að hreyfa sig í 150–300 mínútur á viku. Fyrir suma er það ekki raunhæft. Hún hvetur fólk til að hlaupa smávegis, búa til snjókarl eða eitthvað fljótlegt sem eykur hjartslátt. Allt sem fólk ætti að gera sér til heilsubótar daglega er að ganga aðeins hraðar. ■

Þjónusta

Málarar

MÁLARAR
Tökum að okkur alla almenna málningavinnu, við erum faglærðir með mikla reynslu og sanngjarnir í verðum.
s. 782 4540 loggilurmalari@gmail.com

Búslóðaflutningar

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

Nudd

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

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

Heilsa

Heilsuvörur




Húsnæði

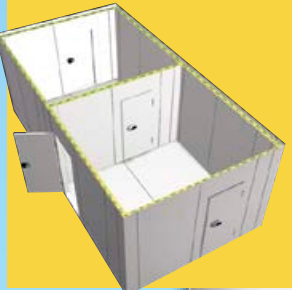
Geymsluhúsnæði

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

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

**VERSUNARTÆKNI**
www.verslun.is

**geiri**
www.geirihf.is





Kæli og frystiklefar
settir saman úr einingum - stækkanlegir



Hurð á lömum með læsingu

Rennihurð með læsingu

PVC strimlagardína mismunandi litir

MAXI LÍNAN FRÁ JKS
Einingar eru fánlegar úr 6,8,10 og 14 cm þykku frauði, mjög sterkt yfirborð sem þolir vel allan núning. Mismunandi þýkar einingar verja mismunandi tegundir matvæla. Einingarnar eru festar saman með öflugum krókfestingum. - Öndun í gólfíð er með sérstakri „T“ öndun til þessa að jafna loftstreymi í klefanum. Þéttlisti á hurð er mýkri og einangrar betur.

**VERSUNARTÆKNI**
www.verslun.is

**geiri**
www.geirihf.is

STÓRELDHÚS
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPFITTINGS
www.verslun.is


www.verslun.is

Tættik 5762 #

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





Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita **að þér?**

Markvissa nálgun í heilbrigðiskerfinu



Borgerður Katrín Gunnarsdóttir
formaður Viðreisnar

Staða heilbrigðismála hefur verið í hálfgerðu uppnámi í mörg ár. Þetta er öfugsnúið að því leyti að breið samstaða er um að reka öfluga heilbrigðisþjónustu í landinu en ekki samstaða um hvernig.

Fyrir fjórum árum samþykkti Alþingi heilbrigðisáætlun til ársins 2030. Þingmenn Viðreisnar sátu hjá við atkvæðagreiðsluna. Fyrst og fremst vegna þess að okkur þótti ekki nægjanlega mikið tillit tekið til hugmynda okkar um eðlilegt samspil opinbera kerfisins, velferðasamtaka, sjálfstætt starfandi heilbrigðisstétta og stofnana.

Þessi áherslumunur breytir því ekki að um stefnuna og markmiðin var breið pólitísk samstaða á Alþingi. Út frá því verður að vinna.

Afhverju uppnám?

En hvers vegna er heilbrigðiskerfið þá í uppnámi? Skýringin er sú að pólitíski hluti áætlunargerðarinnar var skilinn eftir. Það er ekki nóg að setja fögur orð á blað, þeim þarf að fylgja eftir með gjörðum og fjármagni.

Í fyrsta lagi þarf að forgangsraða markmiðum og setja þau í tíma-setta röð. Í öðru lagi þarf að tengja forgangsráðunina við fjármálaáætlun. Í þriðja lagi þarf að ákveða hversu stóra hlutdeild heilbrigðisþjónustan fái í heildarútgjöldum

Meðan allir flokkar lofa að uppfylla öll markmið en án tíma-settrar forgangsráðunar og ákvarðana um fjáröflun er hætt við að framkvæmdin sitji á hakanum og staðan einfaldlega versni.

þjóðarbúsins. Og í fjórða lagi þarf að ákveða hvernig á að afla fjár til að stækka sneiðina.

Enginn vafi er á því að um þessi atriði er meiri ágreiningur en þau faglegu markmið sem þegar hafa verið samþykkt. Sérfræðingar heilbrigðisstétta kunna best að meta faglegu markmiðin. Hlustum á þá. En Alþingi verður sjálft að leysa pólitíska hluta verkefnisins. Meðan allir flokkar lofa að uppfylla öll markmið en án tíma-settrar forgangsráðunar og ákvarðana um fjáröflun er hætt við að framkvæmdin sitji á hakanum og staðan einfaldlega versni.

Þurfum breiða samstöðu

Það er með þetta í huga sem ég hef í hyggju að leggja fram þingsályktunartillögu þar sem heilbrigðisráð-



herra yrði falið að hafa forystu um að ná sem breiðastri samstöðu milli þingflokka um þessi pólitísku viðfangsefni heilbrigðisáætlunarinnar.

Við í Viðreisn leggjum meiri áherslu á að skapa aukið svigrúm fyrir heilbrigðisþjónustuna með kerfisbreytingum en almennum skattahækkunum. Við teljum að samhliða því að taka þurfi á skipulagi innan heilbrigðiskerfisins þurfi það meira fjármagn.

Við höfum einnig bent á leiðir til að fjármagna kerfið, t.d. með því að lækka vaxtabyrði ríkissjóðs. Vaxta-

gjöldin eru þriðji stærsti útgjalda-liður ríkisins. Betur væri að hluti þess fjármagns færi inn í heilbrigðisþjónustuna. Einnig má vekja athygli á því að þessa dagana er Seðlabankinn að beita hluta af gjaldeyrisvaraforðanum, sem er að jafnaði um 850-1.000 milljarðar, til að verja íslensku krónuna. Skynsamara væri að nýta það fjármagn til eflingar heilbrigðisþjónustunnar og annarra innviða. En það gerist ekki án kerfisbreytinga. Viðreisn var líka eini flokkurinn á þingi sem greiddi atkvæði gegn aukinni lánsfjarheimild fyrir ríkið

upp á tugi milljarða enda vitum við að slíkt mun bara koma niður á velferðinni síðar.

Eftir stendur að pólitíkin þarf að taka ákvarðanir um tíma-setta og fjármagnaða heilbrigðisáætlun til 2030. Með væntanlegri þingsályktunartillögu okkar viljum hins vegar sýna að við erum fús til samtals og málamiðlana með markvissri og nýrri nálgun af þessu tagi.

Að hjakka áfram í sömu hjólför-unum er ekki í boði. Hvorki fyrir heilbrigðisstarfsfólk né almenning í landinu. ■

STARF

Leggðu okkur og umhverfinu lið!

Við á deild loftslags og grænna lausna hjá Landsvirkjun leitum að öflugum teymisfélaga til að taka þátt í undirbúningi og framkvæmdum nýrra virkjana. Við berum virðingu fyrir náttúru landsins og ásýnd þess og leggjum áherslu á að þekkja og draga úr umhverfisáhrifum starfseminnar.

Helstu verkefni:

- Mat á umhverfisáhættu, skipulagning ráðstafana og markmiðasetning um umhverfismál
- Gerð og framfylgd umhverfisáætlana
- Leyfis- og skipulagsmál og eftirfylgni krafa sem snúa að áhrifum á umhverfi og verndun þess
- Samtöl við hagaðila um umhverfismál

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði verk- og tæknifræði, umhverfisfræði eða náttúruvísinda
- Þekking á umhverfismálum og áhugi á náttúru Íslands
- Þekking á framkvæmdaverkefnum og opinberri stjórnsýslu er kostur
- Lipurð í mannlegum samskiptum
- Skipulagsfærni, sjálfstæði og frumkvæði

Umsóknarfrestur er til og með 17. janúar 2023

Sótt er um starfið hjá Hagvangi
www.hagvangur.is

Landsvirkjun er orkufyrirtæki í eigu íslensku þjóðarinnar og vinnur rafmagn úr endurnýjanlegum orkugjöfum, vatnsafl, jarðvarma og vindi. Hjá fyrirtækinu starfa rúmlega 300 manns, víða um land. Fyrirtækið hefur metnaðarfulla jafnréttis- og mannauðsstefnu, hugar að velliðan starfsfólks og leggur áherslu á að viðhalda orkumikilli fyrirtækjamenningu.

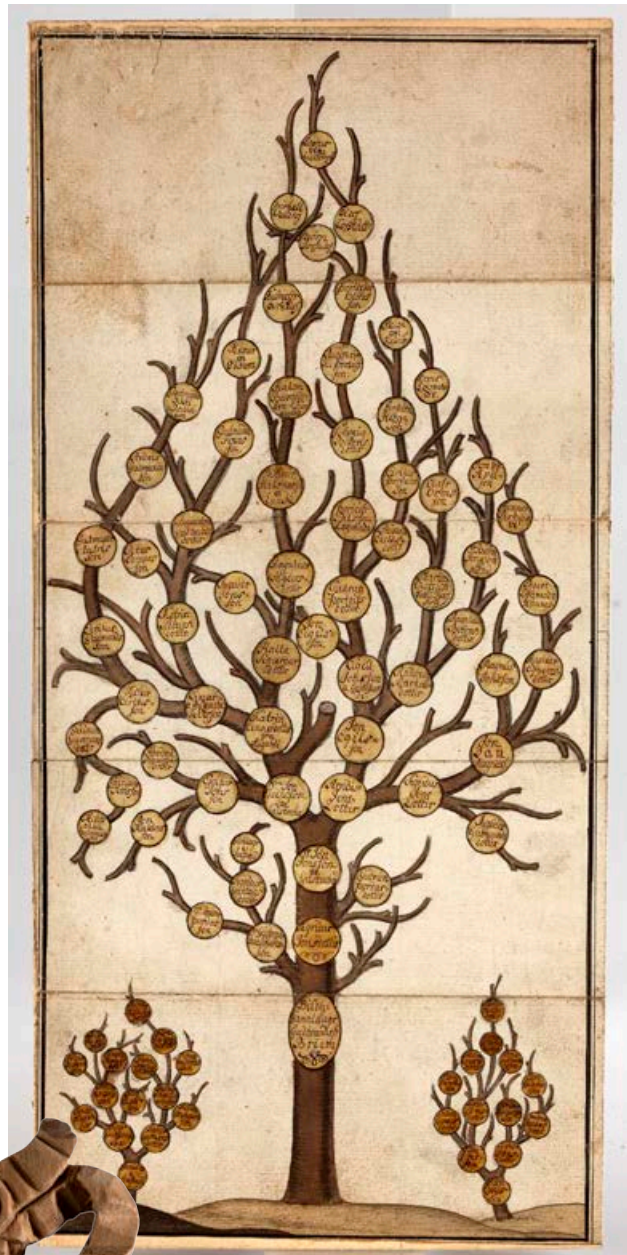


Merkisatburðir

1569 Theódóra verður keisaraynja af Býsansríki.
1693 Eldgos hefst í Etnu á Sikiley.
1897 Leikfélag Reykjavíkur var stofnað.
1918 **Bjarndýr** kemur á land í Núpasveit austan Öxarfjarðar. Fleiri birnir fylgdu eftir sama vetur.
1935 Amelia Earhart flýgur einmenningsflug frá Hawaii til Kaliforníu, fyrst kvenna.
1960 Tjad lýsir yfir sjálfstæði.
1971 Bandaríska söngkonan **Mary J. Blige** fædd.
1972 Austur-Pakistan verður að Bangladess.
1992 Sjónvarpsþáttur Spaugstofunnar, 92 á stöðinni, hefur göngu sína á RÚV.
2011 Hundruð látast í flóðum og aurskriðum í Rio de Janeiro.



Gunnlaugur þótti mikill prinsippmaður, reglusamur en strangur.



Ettartré Gunnlaugs dregið upp af honum sjálfum á blað. MYND/ÞJÓÐMINJASAFN ÍSLANDS

Handlaginn ættfaðir

Á laugardag fer fram málþing um Gunnlaug Guðbrandsson Briem sýslumann, 250 árum frá fæðingu hans.

arnartomas@frettabladid.is

Næsta föstudag verða liðin 250 ár frá fæðingu Gunnlaugs Guðbrandssonar Briem sýslumanns. Ævi Gunnlaugs er um margt merkileg en hann var meðal annars fyrsti maðurinn til að taka upp ættarnafnið Briem. Í tilefni af þessum tímamótum stendur Félag um átjándu aldar fræði fyrir málþingi í Þjóðarbókhöllu á laugardaginn þar sem ævi og störf Gunnlaugs og ættmenna hans verða tekin fyrir í fjórum erindum.

Gunnlaugur var fæddur að Brjánslæk í Barðastrandarsýslu þann 13. janúar 1773. Foreldrar hans voru Guðbrandur Sigurðsson prestur og kona hans Sigríður Jónsdóttir. Guðbrandur lést þegar Gunnlaugur var aðeins sex ára gamall og var prestssonurinn þá sendur í föstur í Sauðlauksdal.

Fimmtán ára gamall fór Gunnlaugur í nám til Danmerkur og útskrifaðist frá Listaháskólanum í Kaupmannahöfn árið 1795. Þar á eftir hóf hann nám í lögfræði og útskrifaðist tveimur árum síðar. Hann sneri aftur til Íslands sumarið 1799 og gerðist þar aðstoðarmaður Jóns Jakobssonar, sýslumanns í Eyjafjarðarsýslu. Gunnlaugur gekk að eiga Valgerði Árnadóttur, en eitt af erindum á málþinginu fjallar einmitt um hana.

Árið 1805 var Gunnlaugur skipaður sýslumaður í Eyjafirði og sinnti hann starfinu til æviloka. Honum var lýst sem reglusömum embættismanni, ströngum dómara og góðum lögfræðingi þótt lögfræðinám hans hafi verið í styttra lagi. Þótt litlum sögum hafi farið af listiðkun Gunnlaugs eftir að hann sneri heim til Íslands sitja eftir hann þó nokkrir gripir sem varðveittir eru í Þjóðminjasafni Íslands og má sjá á vefsýningu safnsins á sarpur.is.

Stælar í Kaupmannahöfn

En hvernig kom þá ættarnafnið Briem til?

„Hann er fæddur á Brjánslæk, sem var einnig kallaður Brjámslækur, og þaðan dregur hann líklega nafnið. Ég sé ekki betur en að hann hafi tekið upp á þessu sjálfur í Kaupmannahöfn,“ svarar Már Jónsson sagnfræðingur. „Hann skrifar



Spjald úr fingerðum laufviði útskorið af Gunnlaugi, mögulega sem skjaldarmerki fyrir hann og afkomendur hans.

stutt æviágrip á latínu þegar hann sækir um starf þar sem hann kallar þetta Priamus og visar þar í gríska goðafræði. Þetta eru eiginlega bara einhverjir stælar í honum, en þarna í Kaupmannahöfn vildu menn hafa ættarnöfn því Danir skildu ekkert þessi íslensku föðurnöfn.“

Jarðamatsnefndin

Már flytur erindi á málþinginu þar sem störf Gunnlaugs í jarðamatsnefndinni 1800–1806 verða tekin fyrir. Í kjölfarið á róttækum breytingum af hálfu Dana eftir móðuharðindin var ákveðið að endurskoða fasteignamat á landinu.

„Þetta átti að vera róttæk endurskoðun þar sem Gunnlaugur og þrír aðrir menn voru sendir um allt landið að kalla saman bændur, og sem áttu að gefa út skýrslu þar sem gerð yrði grein fyrir hversu mikill búskapur gæti verið á landinu, dúntekja og svo framvegis,“ útskýrir Már. „Þetta var svo tekið saman

Hann er fæddur á Brjánslæk, sem var einnig kallaður Brjámslækur, og þaðan dregur hann líklega nafnið. Ég sé ekki betur en að hann hafi tekið upp á þessu sjálfur í Kaupmannahöfn.

Már Jónsson, sagnfræðingur

í einhverja tölu og niðurstaðan átti að vera hið nýja jarðamat.“

Verk nefndarinnar var stórt í sniðum en alls þurfti að taka út mat á 5.400 jörðum. Gert var ráð fyrir að verkið tæki um sex ár, sem það gerði.

„Þarna er auðvitað um gríðarlega hagsmuni að ræða og mikil tortryggni og þvermóðska sem þeir mættu,“ segir Már. „Gunnlaugur og félagar hans í nefndinni sektuðu fjölda bænda sem gáfu ekki réttar upplýsingar eða sýndu einhvers konar múður. Þetta hefur verið heilmikið taugastríð á meðan þetta gekk yfir.“

Jarðamatsnefndin lauk verki sínu og í dag má finna bækur hennar í Þjóðskjalasafninu, snyrtilega og ítarlega vel frágengnar.

„Að Gunnlaugur hafi verið skipaður í þetta verk sýnir að mönnum hafi eitt hvað þótt í hann spunnið þarna í Kaupmannahöfn,“ segir Már. ■



Okkar ástkæri

Steingrímur Waltersson

lést að morgni 4. janúar á Krabbameinsdeild Landspítalans. Útför verður auglýst síðar.

Elin Rósa Finnbogadóttir
Kristbjörg Steingrímsdóttir **Haraldur Ólafsson**
Finnbogi Steingrímsson
Walter Hjartarson **Kristbjörg Steingrímsdóttir**
Gunnhild Ólafsdóttir
og systkini hins látna



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Anna Sigríður Jónsdóttir

félagsráðgjafi,

sem lést á heimili sínu í Sóleyjaríma á gamlársdag verður jarðsungen frá Grafarvogskirkju föstudaginn 13. janúar klukkan 13.00.

Aðstandendur



Elsku yndislega mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

Björg Bjarnadóttir

Sigtúni 11, Patreksfirði,

lést á Heilbrigðisstofnun Vestfjarða Patreksfirði fimmtudaginn 5. janúar. Útför hennar fer fram frá Patreksfjarðarkirkju laugardaginn 14. janúar kl. 14.00. Streymt verður frá athöfninni á www.youtube.com/@patreksfjardarkirkja

Sigríður Valdis Karlsdóttir
Ásgeir Andri Karlsson
Ólafía Kristín Karlsdóttir
Jónas Dalberg Karlsson
Bjarnfríður Elin Karlsdóttir
Sóley Guðjóna Karlsdóttir
Páll Hauksson
Hrefna Sigurðardóttir
Rögnvaldur Bjarnason
Ásrún Kristjánsdóttir
Örn Eiríksson
Þorsteinn Björnsson
ömmubörn og langömmubörn

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



ÚTSALA
10-70%

FJÖRÐUR

Dagskrá

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin
- 19.00 Markaðurinn
- 19.30 Útkall
- Útkall er sjónvarpsút-gáfan af sívinsælum og samnefndum bókaflökki Óttars Sveinssonar.
- 20.00 Bióbærinn
- 20.30 Fréttavaktin
- 21.00 Markaðurinn

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi
- 13.10 Kastljós
- 13.35 Útsvar
- 14.45 Söngvaskáld
- 15.35 Nautnir norðursins
- 16.05 Út og suður
- 16.30 Heilabrot
- 17.00 Leynardómar húðarinnar
- 17.30 Andrar á flandri
- 18.00 KrakkaRÚV
- 18.01 Hæ Sámur
- 18.08 Lundaklettur
- 18.15 Örvar og Rebekka
- 18.27 Ólivia
- 18.38 Haddi og Bibbi
- 18.40 Krakkafréttir
- 18.45 Lag dagsins
- 18.52 Vikinglottó
- 19.00 Fréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.30 Veður
- 19.35 Kastljós
- 20.05 Ný veröld

Dönsk heimildarþáttaröð um fimm manna fjölskyldu sem flytur í frumskóga Níkaragva. Fjölskyldufaðirinn Glenn býst við að innan fimm ára verði heimshrun og þá verði fólk að geta ræktað eigin mat og séð sér fyrir rafmagni og vatni. Hann vill að börnin þrjú læri að takast á við lífið á nýjum forsendum en þau eiga erfitt með að yfirgefa öruggan hversdagsleikann heima í Danmörku.

21.00 Kafbáturinn
Önnur þáttaröð þýsku spennuþáttanna um kafbátaáhöfn þýska hersins í seinni heimsstyrjöldinni. Áhöfnin þarf að takast á við innilokunarkennd og þrúgan-
andi aðstæður neðansjárvar þar sem hættur leynast víða og njósnarar eru við hvert fót-mál.

- 22.00 Tiufréttir
- 22.15 Veður
- 22.20 Þiðir draumar
- 23.15 Saman að eilífu
- 23.45 Leitin að heimsmeti

Sjónvarp Símans

- 12.00 Dr. Phil
- 12.15 Black-ish
- 12.40 The Late Late Show with James Corden
- 13.25 The Block
- 16.00 American Housewife
- 17.40 Dr. Phil
- 18.25 The Late Late Show with James Corden
- 19.10 The Block
- 20.00 The Neighborhood
- 21.00 New Amsterdam
- Læknadrama sem gerist á elsta ríkisspítalanum í New York. Nýr yfirlæknir hikar ekki við að brjóta reglur til að bæta þjónustuna við sjúklinga.
- 21.50 Women of the Movement
- 22.40 Good Trouble
- 23.25 The Late Late Show with James Corden

Stöð 2

- 08.00 Heimsókn
- 08.15 Grand Designs
- 09.05 Bold and the Beautiful
- 09.25 Race Across the World
- 10.25 The Greatest Dancer
- 12.25 The Carrie Diaries
- 13.05 Um land allt
- 13.40 Rax Augnablik
- 13.45 The Goldbergs
- 14.05 The Dog House
- 14.55 The Cabins
- 15.40 Temptation Island USA
- 16.35 NCIS
- 17.15 Bold and the Beautiful
- 17.40 The Carrie Diaries
- 18.25 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.50 Sportpakinn
- 18.55 Ísland í dag
- 19.10 Heimsókn

Sindri Sindrason heim-sækir sannkallaða fagur-kera sem opna heimili sín fyrir áhorfendum. Heimilin eru jafn ólík og þau eru mörg en eiga það þó sameiginlegt að vera sett saman af alúð og smekklegheitum. Sindri hefur líka einstakt lag á að ná fram því besta í við-mælendum sínum.

- 19.35 The Good Doctor
- 20.20 Our House
- 21.05 Showtrial
- 22.05 Unforgettable
- 22.50 Rutherford Falls
- 23.15 The Sandhamn Murders
- 00.45 Anne Boleyn
- 01.30 Grand Designs
- 02.15 The Dog House
- 03.05 The Cabins
- 03.50 Temptation Island USA

Gerður í Blush í viðtali í Markaðnum

Gerður Arinbjarnardóttir, stofn-andi og eigandi unaðstækja-búðarinnar Blush, er gestur í Markaðnum á Hringbraut í kvöld, en vöxtur fyrirtækisins hefur verið mikill á undanförnum árum, svo eftir hefur verið tekið. Þá verður einnig rætt við Jens Þórðarson í þættinum, en hann fer fyrir fyrirtækinu GeoSalmo sem vakið hefur athygli fyrir landeldi á laxi. ■



Krossgáta

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

- LÁRÉTT**
1 formun
5 gára
6 neytti
8 garmur
10 ryk
11 draup
12 búið
13 lofttegund
15 undirferli
17 álpast

- LÓÐRÉTT**
1 ávöxtur
2 ómögulegur
3 handfesta
4 ýtarlega
7 dyntur
9 slím
12 endafjöl
14 aftra
16 bráðræði

LÁRÉTT: 1 móturn, 5 yfa, 6 át, 8 ræksni, 10 ar, 11 lak, 12 gert, 13 mýrabær, 2 ófær, 3 tak, 4 nána, 7 tiktúra, 9 slenja, 12 garfi, 14 tef, 16 an.

Sudoku

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

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

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

Pondus



Eftir Frode Øverli



Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

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 fína staðsetningu.

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

Arndís Lóa Magnúsdóttir skrifar um stúlku sem lendir í heilaskaða í ljóðabókinni Skurn. Henni finnst áhuga-vert að blanda saman stað-reyndum og skáldskap í skrifum sínum.

tsh@frettabladid.is

Ljóðskáldið Arndís Lóa Magnúsdóttir hefur sent frá sér sína aðra ljóðabók sem ber heitið Skurn. Bókinni hefur verið lýst sem ljóð-sögu á mörkum skáldsögu og ljóða en spurð um hvernig hún myndi sjálf lýsa bókinni segir Arndís:

„Já, bókinni hefur verið lýst sem ljóðsögu af því að hún er mitt á milli ljóðabókar og skáldsögu. Sjálf kys ég kannski frekar að líta á hana sem ljóðræna og svolítið skrítna stutta skáldsögu.“

Ég heyrði einhvers staðar að bókinn hefði upphaflega átt að vera skáld-saga, hvernig og af hverju umbreyttist hún í ljóðabók?

„Mig langaði til að fara aðeins meira út í tilraunir með formið heldur en í ljóðabókinni minni, Taugaboð á háspennulínu, sem kom út fyrir tveimur árum. Ég er ung og enn að prófa mig áfram og læra og mig langaði til að skrifa bók sem væri á mörkum hins hefðbundna forms skáldsögu og gæti jafnvel fallið í fleiri en eina kategoríu. Að endingu fannst mér knappara form henta bókinni betur. Þetta er svolítið erfitt efni, tilfinningalega séð, því tvíburasystir sögu-manns lendir í slysi og hlýtur heilaskaða og mér fannst efnið komast betur til skila í færri orðum. Mér finnst sjálfri oft það áhugaverðasta í skáld-skap felast í hinu ósagða.“

Staðreyndir og gervivísindi

Skurn segir frá tvíburasysturum og er sögumaðurinn stelpa sem segir sögu systur sinnar sem lendir í alvarlegu slysi og hlýtur heilaskaða.

Förstu í einhverja rannsóknar-vinnu þegar þú varst að skrifa bók-ina?

„Ég get ekki beinlínis sagt að ég hafi eytt miklum tíma í rannsóknar-vinnu en þó einhverjum. Maður vill auðvitað vera trúr viðfangsefni sínu og fjalla um það af virðingu. Ég las mér svolítið til um heilann og áhrif höfuðkúpubrots áður en ég fór að stað með skrifin. En þótt sumt virki vísindalegt eða læknisfræðilegt er það oft uppspuni og í raun bara mitt ímyndunarafli. Mér fannst áhuga-vert að blanda saman staðreyndum



Arndís Lóa Magnúsdóttir starfar bæði sem skáld og þýðandi.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Innblásin af tungumálinu

og einhverju sem ég bjó til, sem sagt að búa til eins konar „gervivísindi“

Svaf ekki í þrjá mánuði

Í einum kafla Skurnar þar sem fjallað er um snertingu horfir sögu-hetjan á tvíburasystur sína í gegnum gler á gjörgæslu, þá minnst Arndís á tvær vísindakonur sem aldrei hafa verið til og eru hreinn tilbúningur.

„Önnu Bombus sem sögð er hafa annast fólk eftir kjarnorkuslys og ekki mátti snerta það vegna geisla-virkni og stjarnfræðinginn Lunu Auer sem segir að það erfiðasta við

”

Mér fannst áhugavert að blanda saman staðreyndum og einhverju sem ég bjó til, sem sagt að búa til eins konar „gervivísindi“

geimferðir hafi verið snertingar-leysið, að geta ekki faðmað aðra manneskju. Í öðrum kafla þar sem ég tala um svefnleysi söguhetju minnst ég á að svefnleysi hafi hrjád ýmsar frægar manneskjur, eins og Thomas Edison og Isaac Newton. Ég þekki líka svefnleysi af eigin raun því þegar ég var í MH upplifði ég óútskýrt svefnleysi þegar ég svaf ekki í þrjá mánuði. Það má kannski líta á það sem eins konar heimildavinnu að nýta sér þá reynslu sem innblástur til að skrifa þessa bók,“ segir hún.

Þetta hlýtur að hafa haft mikil

”

Þegar ég var í MH upplifði ég óútskýrt svefnleysi þegar ég svaf ekki í þrjá mánuði.

áhrif á þig, fékkstu einhvern tíma skýringu á svefnleysinu?

„Já, þetta hafði töluverð áhrif á mig og á fjölskylduna og ég var eiginlega utanskóla eitt misseri í MH. Það fannst í raun aldrei nein hald-bær skýring á þessu önnur en sú að þetta hefði verið eitthvað taugalíf-eðlisfræðilegt sem er á læknamáli næsti bær við eitthvað guðlegt. Mig hefur alltaf langað til að gera eitthvað við þessa lífsreynslu en ekki fundið henni farveg fyrir en í Skurn.“

Skáld og þýðandi

Arndís starfar einnig sem þýðandi og í fyrra kom út þýðing hennar á skáldsögunni Ru eftir Kim Thuy. Þá fjalla sum ljóða hennar í Skurn um merkingu og inntak orða.

Veitir tungumálið sjálft þér innblástur fyrir skrifin?

„Já, ég held að það sé óhjákvæmi-legt þegar maður starfar bæði sem þýðandi og skáld annað en að fá gífurlegan innblástur frá tungumálinu sjálfu. Þegar maður strandar á orði í þýðingu fer maður ósjálfrátt að hugsa hvers vegna sambærilegt orð sé ekki til í hinu málinu. Maður fær einnig mikinn innblástur bara við það að þýða. Það er nefnilega mjög skapandi ferli að koma sögu til skila yfir á eigið móðurmál. Sem þýðanda finnst mér ég líka eiga örlitla hlutdeild í verkinu sjálfu.“

Spurð um hvað sé næst á döfinni hjá henni segist Arndís vera komin með einhverjar hugmyndir en kveðst ekki vita hvaða form þau skrif muni taka.

„Ég held að ég sé að fikra mig hægt og rólega upp í að skrifa lengri prósa. En ég hef ekki hugmynd um í hvaða formi það verður. Eins og ég sagði þá byrjaði ég að skrifa Skurn með allt annað form í huga en raunin varð svo. Nú er ég hins vegar að þýða dálítið heimspekilega barnabók. Það er öðruvísi að þýða fyrir börn en fullorðna, það er eins og maður finni til meiri ábyrgðar-kenndar, bæði gagnvart tungumálinu og lesandanum. Tungumálið þarf að vera einfalt og skýrt en samt verður maður að gæta þess að van-meta ekki börn og náttúrulega alls ekki að tala niður til þeirra.“ ■

Leyndarmál Lafði Gúgúlú

BÆKUR

Drepsvart hraun

Lilja Sigurðardóttir

Útgefandi: JPV

Fjöldi síðna: 297

Brynhildur Björnsdóttir

Lilja Sigurðardóttir hefur fyrir löngu skipað sér á bekk með Arnaldi og Yrsu sem einstaklega góður glæpa-sagnahöfundur. Hún er þó ólík þeim að því leyti að bækur hennar hafa léttara yfirbragð og sverja sig ekki svo glatt inn í norrænu dimmuna sem á ensku kallast Nordic noir. Bækur hennar ganga frekar út á skemmtilegar fléttur, spennu og áhugaverðar persónur en samfélagslegar krufningar og minna þannig frekar á Agóthu Christie en sænska rithöfundarið Sjöwahl og

Wahlöö sem má telja foreldra fyrr-nefndrar dimmu.

Rígheldur allt til enda

Í þessari fjórðu bók um fjármagns-spæjarann og líkamsræktarjaxlinn Áróru og prúða lögreglumanninn Daníel er hvergi slegið af lifandi og léttari frásagnargleði, skemmtilegum fléttum og plottsnúningum. Áróru kynntumst við fyrst í bókinni Helköld sól þegar hún kemur til Íslands eftir margra ára dvöl á Englandi til að leita systur sinnar sem er horfin. Þessi leit er eins konar leiðarstef gegnum bækurnar fjórar og því dregur til tíðinda í þessari bók þegar þriggja ára stúlka segist vera systirin endurfædd og virðist búa yfir upp-lýsingum sem koma skriði á málíð.

Á meðan á Daníel í sálarstriði því leigjandi hans og vinur, hin geð-þekka dragdrottning Lafði Gúgúlú,

segir allt í einu upp leigunni og hverfur eins og dögg fyrir sólu. Í kjölfarið koma ógnvekjandi aðilar og krefjast upplýsinga um lafðina með dólgslegum hætti. Þessir þræð-ir flækjast síðan sundur og saman um víðan völl áður en greiðist úr þeim í lokin í spennandi og grípandi sögu sem rígheldur allt til enda.

Daðrar við James Bond

Stundum trompar frásagnargleðin raunveruleikatenginguna eins og þegar maður á flóttu undan ógn-vænlegum óvinum eygir þann kost vænstan að fara þrengslin á hest-baki til að komast á Selfoss, tiltölu-lega óvanur útreiðum og litt kunnur hestinum, eða hversu auðvelt Áróra á með að tengja sig inn á tölvur hjá jafnvel vernduðustu kerfum, en það er bara svo skemmtilega sagt frá og sagan í svo léttum dúr að það skiptir

engu máli, ljær frásögninni í mesta lagi örlit-inn James Bond blæ sem er ekki leitt að líkjast. Þá er endur-holdgunarhluti sögunnar einn-ig nokkuð fjar-stæðukenndur en líka áhuga-verður og fer söguheiminum vel.

Skemmtileg-asti snúningurinn í sögunni er kynningin á baksögu dragdrottningarinnar djörfu Lafði Gúgúlú sem sannarlega kemur á óvart á mörgum plönum og daðrar við vís-indaskáldskap á tímabili. Hinsegin persónur hafa alltaf leikið stórt



hlutverk í bókum Lilju og margfalt líf lafði Gúgúlú sem fram að þessu hefur verið grínaktug aukaper-sóna í bókaflöknum er mjög skemmtilega útfært.

Eins og áður sagði eru komnar út fjórar bækur um Áróru og leit hennar að systur sinni. Þó mörg kurl komi til grafar í þessari bók er ekki alveg loku fyrir það skotið að ein bók í við-bót leynist í frjóu og leik-glöðu hugskoti Lilju Sig-urðardóttur, aðdáendum þeirra beggja til ómældrar gleði. ■

NIÐURSTAÐA: Skemmtileg og leikandi glæpasaga sem daðrar bæði við vísindaskáldskap og James Bond.

Sérfræðingurinn



Guðný Ósk
Laxdal
sérfræðingur

„Þetta er alveg
svakalegt,“ segir
Guðný Ósk, sér-
fræðingur í
bresku konungs-
fjölskyldunni
sem heldur úti

Instagram-síðunni RoyalIceland.

„Það eru margir að spyrja sig af hverju Harry er að þessu og hann hefur útskýrt það í viðtölunum sem hann hefur farið í hingað til. Að hann hefur fengið nóg af því að, samkvæmt honum, konungsfjölskyldan leki alltaf upplýsingum í fjölmiðla þegar hann og Meghan reyna að sættast. Og núna undanfarið, síðan jarðarför Elisabetar var, hafa vist engin samskipti verið á milli þeirra.

Hann segist vera að spila sama leik og þau gera nema með þeirri undantekningu að hann er ekki að fela sig á bak við fjölmiðla eða konunglega fréttaritara. Hann er bara að segja þetta allt sjálfur og þetta kemur úr hans munni. Það er ekki hægt að efast um eða pæla hvort eitthvað sé satt eða ekki, þar sem hann er að segja allan sannleikann. Bæði það góða og slæma, en það er mikið af sögum í bókinni sem láta Harry ekki líta vel út.

”

Það er vissulega önnur hlið á þessu öllu saman, hlið sem konungsfjölskyldan neitar að tjá sig um.

Hann segir að hann vilji sættast og fá að eiga samræður við fjölskyldu sína, en hann vill eiga þau samskipti við fjölskylduna sína, ekki konungsríkið.

Þetta er ein hlið á málinu og er upplifun hans á ja, öllu. En það er vissulega önnur hlið á þessu öllu saman, hlið sem konungsfjölskyldan neitar að tjá sig um. Það er ekki til dæmi um að konungsfjölskyldan svari svona sögum eða bókum, að hún fari að leiðrétta eitthvað. Það hefur verið næstum algjör þögn frá konungsfjölskyldunni meðan þetta hefur verið í gangi og margir bera virðingu fyrir því. Að þau ætli ekki að fara í þennan leik við Harry.

Harry er að kalla eftir miklum breytingum sem konungsfjölskyldan virðist neita að taka þátt í. Úr verður fjölskyldudrama sem allur heimurinn er dreginn inn í. ■

Íslenskir royalistar segja Harry Bretaprins tvísaga í nýútkominni bók

Albert Eiríksson, þekktasti royalisti landsins, segist draga í efa þær fullyrðingar sem fram koma í nýútkominni bók Bretaprinsins Harrys. Hann veltir því fyrir sér hvort fjölskyldan þurfi að svara fyrir sig og segist ekki ætla að lesa bókina.

odduraevar@frettabladid.is

Einn þekktasti royalisti landsins, Albert Eiríksson, segist draga í efa þær fullyrðingar sem Harry Bretaprins setur fram í bók sinni sem kom út í gær og nefnist Varaskeifan (e. Spare).

„Það er gott að taka það fram að ég hef hvorki séð þættina á Netflix né lesið bókina, þannig að ég hef jafnmiklar upplýsingar og hver annar. En miðað við það sem maður heyrir þá finnur maður til með honum. Hann á erfitt. Það er eitthvað að plaga hann sem hann getur illa gengið frá.“

Albert segir Harry virðast tvísaga í ýmsu þar sem hann hafi meðal annars dregið til baka fullyrðingar um kynþáttafordóma í konungsfjölskyldunni sem hann setti fram í viðtali við Oprah Winfrey árið 2021.

„Nú er hann farinn að draga í land með það. Það virðist vera að með útgáfu bókarinnar hafi hann málað sig út í horn. Mun meira en hann hefur áður gert því hann fær ekki samúð þjóðarinnar eins og hann hefur eflaust haldið að hann fengi,“ segir Albert.

„Þó að hann sé hjartnæmur þegar hann skrifar um móðurmissinn þá einhvern veginn er það svo léttvægt miðað við alla aðra skothríð í bókinni sem beinist að fjölskyldu hans. Við megum ekki gleyma því að þetta er hans nánasta fjölskylda, amma hans var drottning og pabbi hans er kóngur.“

Albert segir að svo virðist vera sem Katrín Middleton trufla Harry sérlega mikið. „Það er ekki óvart að bókinn komi út daginn eftir afmælisdag hennar, hann vill varpa skugga á hana.“

Hann segir að ekki megi gleyma því að Harry sé hingað til einn til frásagnar um þessa atburði og nefnir þar meðal annars árás sem Harry segist hafa orðið fyrir af hálfu bróður síns í eldhúsi í höllinni.

„Það eru nú ekki nýjar fréttir að systkini takist á um eitthvað eða séu ósatt. En það má heldur ekki gleyma því að



Albert er einn þekktasti royalisti landsins. Hann segist vorkenna Harry en segir hann tvísaga. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

”

Miðað við það sem maður heyrir þá finnur maður til með honum.

hann er einn um söguna og ekki bara þessa sögu, heldur allar hinar sögurnar líka. Það heyrir ekkert frá höllinni, hvorki bróðir hans né pabbi hans hafa tjáð sig.“

Konungsfjölskyldan hefur hingað til ekki sagt neitt um bókina eða fullyrðingar Harrys. Albert segir aðspurður að það sé eftir bókinni.

„En maður veltir fyrir sér á nýrri öld hvort þau geti þagað endalaust. Hvort þeim sé stætt á að þaga mikið lengur, því fólk vill auðvitað fá upplýsingar. En ég held að Harry sé búinn að draga þetta niður á mjög lágt plan og það getur orðið til þess að þau svari ekki.“

Albert segir aðspurður að þetta sé ekki stærsta krísa sem fjölskyldan hafi staðið frammi fyrir. „Það var nú ansi mikil krísa þegar upp komst um framhjáald Karls og Kamillu. En hann stóð það af sér og Kamilla stóð það náttúrulega afskaplega vel af sér, því hún er eins og klettur og hefur aldrei verið eins vinsæl og núna.

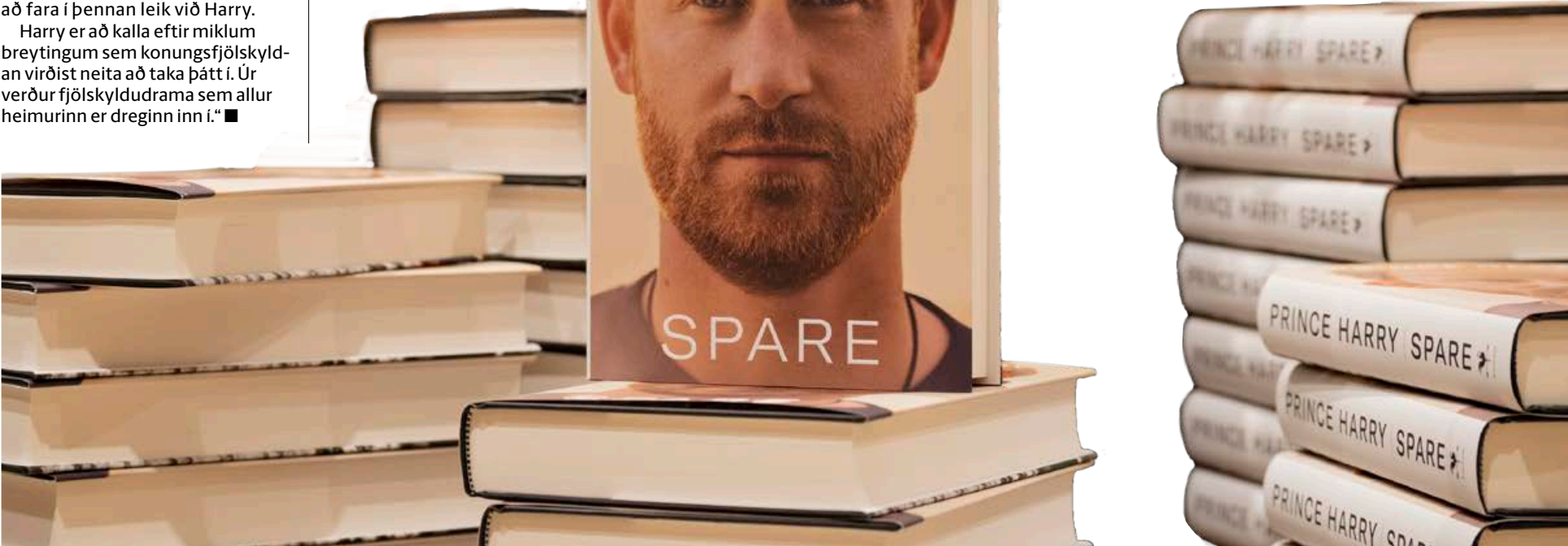
Kannski fer það líka í taugarnar á Harry af því að hún er bara orðin drottning.“

Albert segist eiga erfitt með að trúa því sem Harry segir, að Kamilla hafi lekið fréttum um þau hjónin í bresk götublöð.

„Ég dreg orð hans verulega í efa, hvort sem það er um Kamillu eða eitthvað annað. Eins þetta með stríðið í Afganistan, það eru afskaplega litlar líkur á því að maður af þessari ætt sé settur í fremstu viginu og sé settur í það að skjóta óvini. Hann er bara af of verðmætri fjölskyldu til þess,“ segir Albert en Harry fullyrðir að hann hafi drepð 25 Talibana í Afganistan.

Albert segist eiga erfitt með að sjá sættir í kortunum. „En það sem mun gerast núna í maí er að Karl verður krýndur formlega. Hann getur í raun ekki annað en boðið syni sínum að vera með. En það er búið að gefa það út að það verði ekki hlutverk fyrir hann.“

Albert segist ekki ætla að lesa bókina. „Ég reyni að forðast þetta eins og ég get. Maður skilur ekki, af því að þau hafa gefið það út að þau vilji vera í friði, af hverju eru þau þá ekki bara í friði í Bandaríkjunum? Þetta er svolítið taktlaust, miðað við það sem þau segja annan daginn og haga sér öðruvísi næsta dag.“ ■





Kynntu þér dreifingu Fréttablaðsins



QR Flýtilausnir

Dreifikerfi



Stafrænar útgáfur



Opnaðu myndavélina í snjalltækinu þínu og skannaðu QR kóðana

Hvað er að fréttar?

Þú finnur allar nýjustu fréttir

dagsins á frettabladid.is.

Innlendar og erlendar fréttir,

léttar fréttir, íþróttaréttir,

viðskiptaréttir, skoðanapistla,

spottið og auðvitað blað

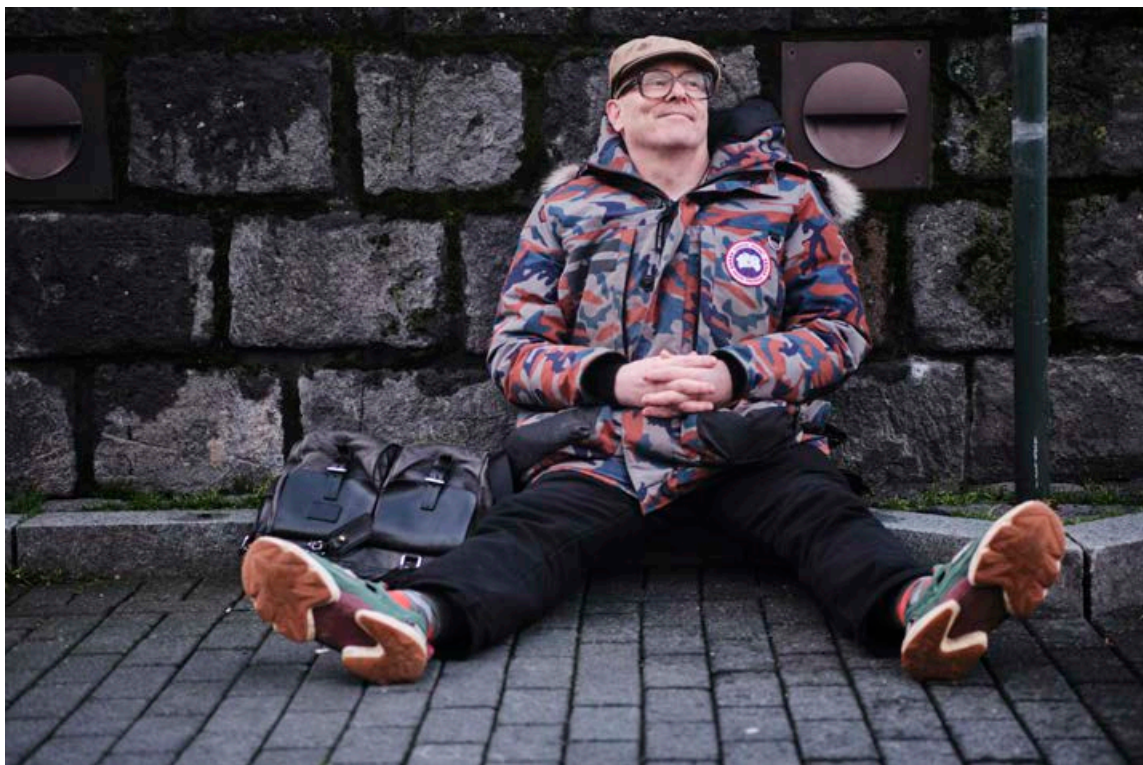
dagsins ásamt eldri blöðum.



Skannaðu kóðann



frettabladid.is



Jón Gnarr hefur lengi verið með hugmyndina að hlaðvarpinu Gnarristan í kollinum

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Jón Gnarr hyggst leggja land undir fót í Gnarristan

Jón Gnarr undirbýr nú stofnun Gnarristan. Það er ekki land heldur hlaðvarp þar sem grínistinn hyggst ræða eigin hugðarefni við alls kyns fólk í samstarfi við Baldur Ragnarsson og félagi í Hljóðkirkjunni.

odduraevar@frettabladid.is

„Þetta er voða mikið svona nörða hjá mér,“ segir grínistinn góðkunnir Jón Gnarr um undirbúning sinn að eigin hlaðvarpi sem mun bera heitið Gnarristan. Hann var einmitt í þann mund að fara að hitta fyrsta viðmælendann þegar Fréttablaðið náði af honum tali.

Gnarristan verður framleitt í samstarfi við Hljóðkirkjuna, hlaðvarpsstöð í eigu Skálmaldarbræðranna Baldurs og Snæbjörns Ragnarssona. Þeir hafa meðal annars gert einn vinsælasta hlaðvarpsþátt landsins, Drauga fortíðar, en það var einmitt í þeim þætti sem boltinn fór að rúlla hjá Jóni.

„Ég hafði verið með þetta lengi í maganum og svo kynntist ég Baldri þegar hann og Flosi Þorgeirsson fengu mig í Drauga fortíðar til að ræða Jóhannes Birkiland og þá svona fór ég eitthvað að ámalga þetta við hann Baldur og þetta er afleiðing þess.“

Jón viðurkennir að hugmyndin hafi í raun smellpassað inn í heim Hljóðkirkjunnar. Í Draugum fortíðar kryfja þeir Baldur og Flosi eitt málefni úr fortíðinni í hverjum þætti og Jón ætlar að feta svipaða braut. „Baldur ætlar að aðstoða mig við þetta og mig langar til þess að fjalla um ýmis hugðarefni mín í hverjum þætti,“ segir Jón.

„Stefnan er að taka fyrir eitt málefni í hverjum þætti og hafa ákveðið þema. Nálgast það svo út frá ólíkum hlöðum,“ segir Jón sem bætir því við spurður að þetta verði líklega ekki mjög umdeild málefni.

„Þetta verður voða mikið innan vísinda, tækni og sögu. Mig langar



Jón Gnarr þekkir hvern krók og kima í Gnarristan.

Baldur Ragnarsson verður Jóni til halds og trausts.



Ég hef til dæmis verið að lesa safn af írskum álfasögum sem er eitt af þessu sem ég hef verið að skoða.

Jón Gnarr

að fá til mín góða gesti til að ræða um alls kyns sér-tæk mál,“ segir Jón sem segist hafa hugsað þetta lengi.

„Ég er svo oft að lesa eitthvað sem mér finnst vera áhugavert en er svo kannski ekkert sérstaklega aðgengilegt. Ég hef til dæmis verið að lesa safn af írskum álfasögum sem er eitt af þessu sem ég hef verið að skoða.“

Jón segir klárt að þetta verði eitt af viðfangsefnum Gnarristan. „Ég fullyrði það að mig langar einhvern timann til þess að gera þátt um álfa og álfatrú. Þá gæti ég til dæmis talað við einhvern þjóðfræðing sem hefur kynnt sér álfasögur. Þetta er meðal annars stefnan.“

Hann bætir því við að þetta verði um allt á milli himins og jarðar. „Ég hef áhuga á svo miklu þannig að þetta verður eitt og annað. Sumir þættirnir gætu jafnvel fjallað um



RÖMPUM UPP SUÐURFELL

Í samstarfi við **Römpum upp Ísland** og **Sjálfsbjörg** hefur Orkan rampað upp 3 dælur í Suðurfelli ásamt aðgengi að og inn í verslunum.

Suðurfell er **fyrsta aðgengilega bensínstöð** landsins fyrir hreyfihamlaða. Með þessum aðgerðum er verið að bæta aðgengi fyrir hreyfihamlaða að þeirri þjónustu sem er til staðar á Orkustöðinni.



Bakþankar

Önnu Sigrúnar Baldursdóttir

Vegan

Það er Veganúar og það er skemmtilegt. Það er skemmtilegt vegna þess að fæðufjölbreytileiki er mikilvægur og eykur úrvalið fyrir okkur öll. Líka þau sem vilja hrossabjúgu eða slátur í annað hvert mál. Það er þá hægt að prófa falafel í hitt. Það er mikilvægt að við séum umburðarlynd gagnvart fæðuvæðum hvert annars. Sjálf er ég að mestu grænmetisæta en það kemur fyrir að ég borði fisk. Í fjölskyldunni er svo ein á vegferðinni í vegan og restin af fjölskyldunni borðar bara það sem er í matinn. Það kemur ljómandi vel út og allir bara vel haldnir (og rúmlega það).

Ástæður þessa fæðuvals eru ýmsar; þeir sem eru vegan horfa til siðferðilegra þátta, áhrifa iðnaðarbúskapar á menn en jafnvel enn frekar dýrin. Sömu þættir skipta grænmetisætur máli og einnig þá sem eru að draga úr neyslu dýraafurða. Fólk horfist í augu við eigin áhrif á umhverfið.

Í stóru myndinni er ljóst að breytingar munu eiga sér stað í fæðuvæðum jarðarbúa, enda ekki síður mikilvægar en ferðavenjur fyrir þá sem vilja minnka kolefnisfótsporid sitt. Það er morgunljóst að á næstu árum og áratugum mun hlutfall fæðu sem ekki kemur úr dýraríkinu minnka mjög hratt og það er vel.

Í einni upphaldsauglýsingunni minni er í aðalhlutverki karl á ferð á (dísil)jeppanum sínum og fær af því fréttir að í kvöldmatinn verði pasta. Hann spyr því hvort ekki verði „matur með'essu“. Þetta fannst mér ægilega fyndið fyrst, enn þykir mér þetta skondið en ég veit að auglýsingin verður bráðum hjákátleg. ■

pappír

umhverfið

prentun

LITRÓF

UMHVERFISVÆN PRENTUN

Vatnagördum 14 · 104 Reykjavík

litrof@litrof.is · 563 6000 · litrof.is

Ellen B.

Mayenburgpríleikurinn I

★★★★

Þ.T. Mbl

„heimsviðburður“

SJ. Fbl.

„leikhópurinn virkilega sterkur“

EHG. RÚV

„æsandir kvöldstund“

Þ.T. Mbl.

SJÖ ÆVINTÝRI UM SKÖMM

TYRFINGUR TYRFINGSSON

6 Grímuverðlaun

VERTU ÚLFUR

7 Grímuverðlaun

Þjóðleik húsið

Tryggðu þér miða!

leikhusid.is