



Stuðningurinn úr stúkunn í gær var enn á ný ótrúlegur þegar Strákarnir okkar unnu Suður-Kóreu 38-25 á HM í handbolta. Frammistaða Suður-Kóreu var ekki merkileg og aldrei spurning um hvar sigurinn myndi lenda. Íslenska liðið var betra á öllum sviðum leiksins, jafnt innan vallar sem utan. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Bæklingur brýnni umhverfisstefnu

REYKJAVÍK Þrátt fyrir yfirlýstan vilja Reykjavíkurborgar til að sporna gegn fjölpósti lét borgin í haust prenta og dreifa á heimili 64 síðna bæklingi um íbúðauppbyggingu.

Í svari borgarritara við fyrirspurn Fréttablaðsins um málið segir að efni kynningarbæklingins hafi verið mikilvægar en að minnka úrgang með því að afþakka fjölpóst. „Mikilvægi húsnæðismála og hvernig við byggjum lífsgæðaborg og upplýsingagjöf því tengd trompar flest annað,“ segir Þorsteinn Gunnarsson borgarritari í svari til blaðsins. **SJÁ SÍÐU 6**



Þorsteinn Gunnarsson, borgarritari

Mengunarmet í upphafi árs

Loftmengun af völdum útblásturs bíla hefur aldrei mælst meiri á þessari öld, en aðeins tók fyrstu fimmtán daga þessa árs til að fara yfir leyfilegt magn á heilu ári. Ekkert eftirlit er með mengunarbúnaði í bílum.

ser@frettabladid.is

UMHVERFISMÁL Loftmengunargildi í Reykjavík hafa 40 sinnum farið yfir 200 stig á þessu ári og hefur það ekki gerst áður á þessari öld.

Samkvæmt reglugerð Umhverfisstofnunar mega gildin ekki fara nema 18 sinnum á heilu ári yfir 200 stig, en langflesta daga ársins, þegar vind hreyfir, eru gildin undir 20. Samkvæmt þessu er ljóst að það tók aðeins örfáa daga í ársbyrjun að brjóta reglurnar um ársviðmið.

„Þetta er örugglega met á þessari öld. Mengunin hefur verið í meira en 40 klukkustundir yfir leyfilegum mörkum á fyrstu fimmtán dögum

”

Þetta er örugglega met á þessari öld.



Þorsteinn Jóhannsson, sérfræðingur í loftgæðum

ársins,“ segir Þorsteinn Jóhannsson, sérfræðingur í loftgæðum hjá Umhverfisstofnun.

Hann segir froststillurnar í upphafi árs valda þessari miklu mengun í borginni og nálægum bæjum. Rokið vanti og rigninguna – og í því efni geti menn horft björtum augum til næstu helgar þegar blautan vindinn tekur aftur að leggja yfir landið.

Því sé heldur ekki að leyna að óviða í Evrópu sé jafn marga bíla að finna á hvern íbúa og á borgarsvæðinu, en dísilbílar, sem mengi langmest allra bíla, séu enn þá mjög algengir á götum, jafnt fólksbílar sem og litlir og stórir flutningabílar. Úr þeim, rétt eins og bensínbílum, berist gastegundin nitrídíósíð sem sé óæskileg fyrir lungun.

Þá sé ekkert eftirlit haft með mengunarvarnarbúnaði í bifreiðum sem eyða jarðefnaeldsneyti, en sá búnaður sé undanþeginn árlegri skylduskoðun. Þar af leiðandi sé ekkert vitað hvað þessi búnaður gagnist mikið í íslenskum bílum.

Talið er, samkvæmt evrópsku reiknilíkani, að á milli 60 og 70 Íslendingar látist af völdum öndunarfærasjúkdóma, sem rekja má beint til loftmengunar, á hverju ári. Þar veldur mestu útblástur bíla, en á Íslandi bætist svo við mikil mengun af völdum svifryks, ekki síst á þessum árstíma þegar nagladekkjanotkun er hvað mest. ■

LÍFIÐ26

Stakk stegg inn á sig við Tjörnina



FRÉTTIR | 2

Alvarlegra Covid-afbrigði í kortunum



ÍÞRÓTTIR | 16



Höll sem standist allar væntingar



Rafmagnaður

e-tron 55

Hekla www.audi.is

Eigum bíla lausa til afhendingar strax!



Playpota bíður eftir að finnast í blaði dagsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mikill áhugi á gjafaleik Play

gar@frettabladid.is

LEIKUR Nýr gjafaleikur Play og Fréttablaðsins sem hófst í blaðinu á laugardaginn hefur fengið frá-bærar undirtektir lesenda. Næstu fjórar vikur eiga lesendur kost á að vinna fjögur eitt hundrað þúsund króna gjafabréf frá Play, eitt í hverri viku. Eina sem þarf að gera er að finna þotu frá Play sem falin er einhvers staðar í hverju tölublaði Fréttablaðsins, skrá sig til leiks og segja á hvað síðu þotan er. Mestu möguleikana á vinningi eiga vitanlega þeir sem finna þotuna á hverjum degi og eiga þannig öll svör vikunnar í pottinum þegar dregið verður úr réttum lausnum. Minnt er á að þeir sem ekki komast í prentað eintak af Fréttablaðinu geta flett því á vefblaðsins, frettabladid.is, og þannig fundið Playpotuna sem gæti orðið lykill að ferðalagi út í heim. Sjá síðu 17. ■

Gamlir vinir kankast á



Það var létt yfir umhverfiserindrekunum John Kerry og Ólafi Ragnari Grímssyni í gær þegar þeir hittust í Abu Dhabi. Engu er líkara en að Kerry sé reiðubúinn að berjast við Ólaf – allavega gefa honum gott högg í öxlina. Þeir félagar eru á Heimspingi hreinnar orku þar í landi en ráðstefnan tekur þrjá daga. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Starfshópur vildi annan starfshóp

benediktboas@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA Starfshópur á vegum dómsmála-, heilbrigðis- og umhverfis- og auðlindaráðherra sem átti að skoða mengun vegna flugelda vildi skipa annan starfshóp til að vinna tillögur um fjármögnun björgunar-sveita. Jón Gunnarsson dómsmálaráðherra hefur tekið ákvörðun um að skipa ekki annan starfshóp um málið. Treystir að starfshópurinn sem var skipaður í janúar árið 2020 geti skilaði tillögum um hvernig draga megir úr neikvæðum áhrifum á lýðheilsu og loftgæði vegna mengunar af völdum flugelda og vinna tillögur um fjármögnun björgunar-sveita. Þetta kemur fram í svari Jóns við fyrirspurn frá Andrésí Inga Jóns-



Sala skotelda er langstærsti hluti fjáröflunar björgunarsveita á Íslandi.

syni um aðgerðir vegna mengunar af völdum skotelda. Að mati Jóns er mikilvægt að samráð eigi sér stað áður en teknar eru ákvarðanir sem gætu haft áhrif á getu björgunarsveitanna til að sinna sínum verkefnum. Í framhaldi af því verður tekin afstaða til þeirra tillagna sem lagðar voru fram og ákvörðun um næstu skref. ■

Segir enn vera möguleika á alvarlegri afbrigði Covid

Guðrún Aspelund sóttvarnalæknir segir ekki mikið áhyggjuefni að XBB.1.5 hafi greinst hér á landi. Afbrigðið valdi ekki meiri veikindum en önnur sem í gangi eru en það sé þó afar smitandi. Ekki sé hægt að útiloka alvarlegri afbrigði síðar.

birnadrofn@frettabladid.is

COVID-19 Nýtt undirafbrigði Omíkrón-afbrigðis kórónuveirunnar hefur greinst hér á Íslandi og um alla Evrópu. Afbrigðið ber heitið XBB.1.5. og er samkvæmt sóttvarnastofnun Evrópu eitt það mest smitandi hingað til. Guðrún Aspelund sóttvarnalæknir segir ekki ástæðu til að vera með sérstakar áhyggjur eða aðgerðir vegna þess. „Þetta afbrigði hefur ekki breitt mikið úr sér í Evrópu. Fólk hefur áhyggjur af því að þetta komi sér meira undan ofnæmiskerfinu, sé mjög smitandi, en við höfum ekki orðið vör við meiri veikindi út af þessu afbrigði,“ segir Guðrún. Hún hvetur þó öll, og þá sérstaklega þau sem náð hafa 60 ára aldri, til að fá bólusetningu. „Fólk getur fylgst með sínum bólusetningum inni á Heilsuveru og við hvetjum sérstaklega þau sem eru orðin 60 ára og eldri til að fara í sprautu þegar fjórir mánuðir eru liðnir frá síðustu sprautu á undan,“ segir Guðrún. Hún hvetur fólk einnig til þess að fara í PCR-próf ef það hefur fengið jákvætt heimapróf eða ef grunur er um Covid-smit. „Þannig fáum við hugmynd um útbreiðsluna hér og fáum sýni til að raðgreina,“ segir Guðrún en með raðgreiningu er hægt að fylgjast með þeim afbrigðum sem greinast hér.



Sóttvarnalæknir hvetur fólk til að fara í bólusetningu, sérlega þau sem eru orðin 60 ára. Staða bólusetninga er á innri vef Heilsuveru. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON



Guðrún Aspelund, sóttvarnalæknir

Spurð að því hvort enn sé möguleiki á því að nýtt stökkbreytt afbrigði, sem myndi kalla á hertar sóttvarnaraðgerðir, geti skotið upp kollinum segir Guðrún svo vera. „Okkur finnst enn ástæða til að fylgjast með þessu og alþjóðlegum stofnunum finnst það líka, sá möguleiki er alveg til staðar,“ segir hún. „Við erum auðvitað að vona að afbrigði sem ekki veldur miklum eða meiri veikindum verði það sem

tekur yfir en hitt er alveg mögulegt,“ bætir hún við. XBB.1.5. greindist fyrst í norð-austurluta Bandaríkjanna og hefur breiðst hratt út þar. Þann 11. janúar síðastliðinn hafði afbrigðið greinst í 38 löndum í heiminum, langflest tilfelli voru í Bandaríkjunum, yfir 80 prósent þeirra. Ef grunur leikur á smiti eða ef einstaklingar eru með einkenni er hægt að skrá sig í sýnatöku á Heilsuveru eða með því að hringja í heilsugæsluna. Á Íslandi notar heilsugæslan PCR-eða hraðpróf til að greina Covid og á vefnum covid.is er tekið fram að sjálfspróf sem hægt er að kaupa í búðum séu almennt ekki talin áreiðanleg, jákvæða niðurstöðu úr þeim þurfi að staðfesta hjá heilsugæslu. ■



VINSÆL

TOYOTA COROLLA HATCHBACK



Verð frá 5.550.000 kr. KINTO ONE langtímaleiga
Verð frá: 129.000 kr. á mánuði



TOYOTA TRYGGINGAR
vátryggt af TM



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
480 8000



UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

Billinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

Grindvíkingar horfðu á landsleikinn í rafmagnsleysi

arnartomas@frettabladid.is

GRINDAVÍK Rafmagnslaust var á öllum Suðurnesjum um eftirmiðdaginn í gær og stóð það yfir í um tvo tíma. Suðurnesjalína 1, eina tenging svæðisins við flutningskerfi Landsnets, leysti út. Línan var komin aftur í gang upp úr hálf sex en víða voru hús enn án heits vatns þegar Fréttablaðið fór í prentun. Einar Jón Pálsson, forseti bæjarstjórnar Suðurnesjabæjar, lýsti áhyggjum sínum yfir fjarskiptavandálum sem fylgdu ástandinu.

Breyta ekki lögum um CBD-olíu

kristinnhaukur@frettabladid.is

NEYTENDUR Svandís Svavarsdóttir matvælaráðherra mun ekki leggja fram frumvarp um breytingu laga til að leyfa framleiðslu og markaðssetningu á CBD-olíu að svo stöddu. Starfshópur sem hún skipaði vill biðað eftir að Matvælaöryggisstofnun Evrópu, EFSA, staðfesti öryggi oliunnar en það hefur hún ekki gert.



Svandís Svavarsdóttir, matvælaráðherra

Þetta kemur fram í svari Svanðisar til Halldóru Mogensen, þingmanns Pírata, sem mikið hefur barist fyrir lögleiðingu CBD. Segir að EFSA hafi 19 umsóknir vegna CBD-olíu til meðferðar og enn skorti töluvert upp á að hægt sé að meta öryggi.



Rannsóknir á dýrum sýna verulegar eiturvekanir í æxlunarfærum.

„Meðal þess sem ekki liggur fyrir eru áhrif CBD á lifur, meltingarveg, innkirtlakerfi og taugakerfi í mönnum,“ segir í svarinu. „Þá sýna rannsóknir á dýrum verulegar eiturvekanir á æxlunarfæri.“ ■

„Ég talaði við Símann en gat ekki fengið svör þar,“ segir Einar Jón sem óskaði svara sem forseti bæjarstjórnar upp á öryggi í framtíðinni. „Ég á ekki von á öðru en að ég heyri frá þeim með það, og ef ekki fylgi ég því eftir.“ Einar Jón segir málið vekja upp spurningar varðandi öryggi „Við erum háð GSM símanum og engu öðru. Það er ekkert til sem heitir öryggiskerfi, ekkert skilgreint öryggiskerfi. Að sjálfsögðu ætti eitt símafyrirtæki í það minnsta að vera með öryggiskerfi sem dygði lengur



Ég tel að við munum standa þennan vetur þó þetta gæti orðið krefjandi.

Hrefna Hallgrímsdóttir, forstöðumaður hitaveitu hjá Veitum



Bogi Adolfsen, formaður Þorbjarnar

og myndi þá vera á reiki milli síma-kerfa.“ Tímasetningin á rafmagnsleysinu var ekki sú besta fyrir áhugafólk um

íþróttir en það skall á skömmu fyrir landsleik Íslands gegn Suður-Kóreu í handbolta. Björgunarsveitin Þorbjörn í Grindavík, sem hleypt hafði varaafli á húsnæði sitt, opnaði dyr sínar og bauð Grindvíkingum að horfa á leikinn á risaskjá. „Þetta var svolítið þungt þar sem það voru margir að nota 4G og svona,“ segir Bogi Adolfsen, formaður Þorbjarnar, en sveitin bauð gestum upp á kaffi og að hlada símana sína á meðan leiknum stóð. „Það mættu svona þrjátíu manns og stemningin var bara góð.“ ■

Hvíla þarf lághitasvæðin til að hægt sé að eiga fyrir heitu vatni næsta vetur

Þrátt fyrir mikinn kulda búast hitaveitur á suðvesturhorninu við því að standa af sér veturinn. Afköst næsta veturs ráðast af því hvernig gengur að hvíla lághitasvæðin.

kristinnhaukur@frettabladid.is

VEITUMÁL Tvær stóru hitaveiturnar á suðvesturhorninu telja sig geta staðið af sér veturinn þrátt fyrir óvenju mikla kuldatið. Um helgina fór frostið í tveggja stafa tölu og frostið heldur áfram inn í vikuna. Gengið hefur á vatnsborðið á lághitasvæðunum en vonir standa til að hægt verði að hvíla lághitasvæðin fyrir næsta vetur.

„Þetta langa kuldakast og álag er eiginlega fordæmalaust í áratugi. Þess vegna má ekkert út af bregða með bilanir og þannig lagað,“ segir Svanur Guðmundur Árnason, sviðsstjóri vatnssviðs hjá HS Veitum. En fyrirtækið sér um hitaveitu á Suðurnesjum auk þess að reka fjarvarma-veitu í Vestmannaeyjum.

Þó álagið hafi verið mikið síðan í byrjun desember séu engar sérstakrar aðgerðir eða skerðingar á döfinni hjá HS Veitum. Allt hafi gengið vel hingað til.

Veitur hafa hins vegar þurft að grípa til skerðinga í sundlaugum í vetur, aðallega vegna bilana. Samkvæmt Hrefnu Hallgrímsdóttur, forstöðumanns hitaveitu, eru engar fyrirbyggjandi eða langtímaaðgerðir í bígerð vegna áframhalds kuldatiðarinnar. Fyrirtækið fylgi hins vegar ákveðinni viðbragðsáætlun og mun grípa til skerðinga ef



Hitaveitur fylgjast vel með stöðunni hvern dag í kuldatiðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Ég tel að við munum standa þennan vetur þó þetta gæti orðið krefjandi.



Hrefna Hallgrímsdóttir, forstöðumaður hitaveitu hjá Veitum

svo ber undir. Veitur settu fram spá um mikið álag um helgina, eftirspurn upp á 20 þúsund rúmmetra á klukkustund.

„Það varð reyndar ekki jafn mikið úr frostinu og spáð var en þó mikið álag,“ segir Hrefna. Erfitt sé að sjá langt fram í tímann og aðeins sé hægt að treysta á áreiðanlegar veðurspár til þriggja daga.

Von er á stuttri en vel þeginni hlakutið í lok vikunnar. „Við myndum vilja að horfurnar væru fyrir lengri hitatið en spáð er. En þetta mun létt á,“ segir Hrefna.

Þó að hitaveitan hafi staðið langvarandi kuldatiðina af sér nokkuð vel hefur gengið á vatnsborðið á lághitasvæðunum.

Staðan sé þó mismunandi eftir svæðum og sum hafa enn þá umframrymd. „Ég tel að við munum standa þennan vetur þó þetta gæti orðið krefjandi,“ segir Hrefna. Þó að kuldakastið nú virðist vera aðskilið frá því í desember hefur í raun verið samfelld langvarandi kuldatið.

„Þá reynir þeim mun meira á að við náum að hvíla lághitasvæðin okkar vel fyrir næsta vetur.“

Suðurnesjamenn eru líka með hugann við kuldatiðina. „Við gerum ekkert annað en að fylgjast með þessu,“ segir Svanur. Boltinn sé hins vegar ekki aðeins hjá veitufyrirtækjunum. Almennir getur hjálpað. „Við hvetjum fólk til að fara vel með varmann,“ segir hann. ■

Íslenskt hvalkjöt boðið í sjálfsölum

kristinnhaukur@frettabladid.is

SJÁVARÚTVEGUR Japanska hvalveiðifyrirtækið Kyodo Senpaku mun opna fjórar sjálfsafgreiðslubúðir með hvalkjöt. Þar munu Japanir geta keypt íslenskt hvalkjöt sem samið hefur verið um kaup á.

Samkvæmt fyrirtækinu verða búðirnar opnaðar um miðjan febrúar. Flutt verða inn nærri 3 þúsund tonn af langreyðarkjöti frá Íslandi á hverju ári til sölu í búðunum, sem verða í Tókýó, Ósaka og Yokohama.

Kyodo Senpaku hefur þegar hafið prufusölu í sjálfsala á einum stað í Tókýó. Sá var opnaður í lok desember og er merktur „hvala búð.“ Þar er auk annars hægt að kaupa hrátt hvalkjöt sem er meðal annars notað í sushi. En einnig eldað og niðursodið hvalkjöt af ýmsu tagi.

Samkvæmt fréttasíðunni Asia News var hvalkjöt næst vinsælasta



Fyrsti sjálfsalastaðurinn með hvalkjöt hefur verið opnaður. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

kjötið í Japan árið 1962, á eftir svínakjöti, og seldust 233 þúsund tonn árlega. Nú er hins vegar neyslan aðeins 1 þúsund tonn og stjórnmöld vilja auka neysluna. Meðal annars með því að bjóða upp á hvalkjöt í skólum.

Að sögn Kozue Mihira, sölustjóra Kyodo Senpaku, hefur salan farið mjög vel af stað þrátt fyrir að vörurnar séu ekki verðlagðar lágt. Hafi salan farið fram úr væntingum og fyrirspurnir um hvar sé hægt að kaupa kjötið margar. ■

MARINE COLLAGEN

Kollagen er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans. Kollagen er að finna í öllum liðum, liðamótum, vöðvum, sinum og beinum mannslíkamans.



info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618

Arctic Star Marine Collagen inniheldur íslensk sæbjúgu, kollagen úr þorskroði og C vítamín.

C vítamín er þekkt fyrir:

- Stuðlar að eðlilegri myndun kollagens fyrir starfsemi brjósks, beina og húðar.
- Stuðlar að eðlilegri starfsemi tauga-kerfisins og ónæmiskerfisins.
- Stuðlar að því að verja frumur fyrir oxunarálagi og draga úr þreytu og lúða.
- Stuðlar að endurnýjun afoxaðs forms E-vítamíns og auka upptöku járn.
- Stuðlar að eðlilegum orkugæfum efnaskiptum.

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA,

Framleiðandi er Arctic Star ehf.

Allar nánari upplýsingar fast á

www.arcticstar.is

Arctic Star Marine Collagen

Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum,

Hagkaupum, Fjarðakaup og Heimkaup.is

*Þú finnur
þitt námskeið
á worldclass.is*



INFRA PILATES BARRE
JÓGA FYRIR STIRÐA
INFRARED FIT PILATES
SÚPERFORM

IN SHAPE
FLEXIBILITY
ABSOLUTE TRAINING
UNGLINGAHREYSTI



WORLDFIT
GRUNNNÁMSKEIÐ
MÖMMUR

UNGLINGAR
KRAKKAR
ÓLYMPÍSKAR LYFTINGAR



BOX GRUNNNÁMSKEIÐ
BOX KRAKKAR
BOX UNGLINGAR



KICKBOX 101
BJJ 101 ÁN GALLA

- Settu heilsuna í fyrsta sæti

Nærri þúsund manns af skrá í Reykjanesbæ og Kópavogi

kristinnhaukur@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA Breytingar á íbúa- fjölda sveitarfélaga eru mjög mismunandi eftir manntalið í nóvember þar sem kom í ljós að Íslendingar voru oftaldir um 10 þúsund manns. Í langflestum varð fækkun, þar af öllum fjölmennustu sveitarfélög- um landsins. Mismunurinn var skýrður á þá leið að fólk hefði flutt úr landi án þess að láta kóng né prest vita.

Einkum fólk af erlendum upp- runa, til dæmis frá Póllandi, sem hefði snúið aftur til heimalandsins þegar syrti í álinn atvinnulega séð í faraldrinum hérlandis. Af fjölmennustu sveitarfélög- unum varð ein mesta hlutfalls- lega breytingin í Reykjanesbæ. Þar fækkaði íbúum um 958 eða 4,9 prósent. Það er svipaður fjöldi og í Kópavogi en hlutfallið þar 2,6 pr- sent. Fækkunin í Reykjavík var 2.264 en hlutfallslega aðeins 1,7 sem er



Frá Ljósanótt í Reykjanesbæ.

MYND/REYKJANESBÆR

það lægsta á höfuðborgarsvæðinu. Hafnfirðingum, sem hefur fækkað á undanförunum árum, fækkar um 674 og eru nú aðeins 29.012 en í október árið 2019 fögnuðu þeir Hafnfirðingi númer 30 þúsund. Eins og gefur að skilja eru mestu skekkjurnar í fámennustu sveitar- félögunum. Fækkunin er mest í Skagabyggð, 20,7 prósent en þó aðeins fækkun um 19 sálir. Íbúum Skorradals- hrepps fjölgaði um 11, það er 16,7 prósent. ■



Það hefur verið nóg að gera á verkstæði Hopp í Reykjavík. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Kuldakastið bítur ekki á rafskútunotendur

kristinnpall@frettabladid.is

SAMGÖNGUR „Við vorum búin að minnka flotann okkar þegar við sáum í hvað stefndi, þó að við bygg- umst ekki alveg við þessari vetrar- hörku. Um leið og snjórinns skall á minnkuðum við rekstrarsvæðið okkar og einblindum á svæði þar sem eru upphitadar gangstéttir. Við það tókum við inn um tvö þúsund skútur og erum bara með þriðjung flotans á götunni í dag,“ segir Sæunn Ósk Unnsteinsdóttir, framkvæmda- stjóri rafskútuleigunnar Hopp í Reykjavík, aðspurð hvaða áhrif kuldakast undanfarinna vikna hafi á rekstur fyrirtækisins. „Þær eru enn þá ótrúlega mikið notaðar. Veðrið hefur ekki verið að stoppa notendur okkar sem klæða sig sennilega betur þessa dagana og það eru að meðaltali um þúsund ferðir á dag.“ Þegar mesta snjókoman var á höfuðborgarsvæðinu mátti sjá raf- skútur á víð og dreif í skóflum en búin er að lagfæra það. „Það kom tími þarna í desember þar sem við vorum að moka skút- urnar úr skóflum þar sem þær lentu undir í snjómokstri vetrarþjónust- unnar. Við erum með næturvakt sem fer á undan vetrarþjónustunni

”

Veðrið hefur ekki verið að stoppa not- endur okkar sem klæða sig sennilega betur þessa dagana.

Sæunn Ósk Unnsteinsdóttir, framkvæmdastjóri Hopp í Reykjavík

til að reyna að koma þeim úr vegi.“ Sæunn segir að frostharkan hafi ekki skemmt skúturnar. „Auðvitað hefur þetta áhrif eins og á öll farartæki en við erum sem betur fer með flott verkstæði sem hefur tekist að gera við hlutina undir eins. Þegar frostið er komið í mínus tuttugu stig lendum við í sambandsleysi en þetta hefur ekki verið alvarlegra en það.“ Fyrirtækið byrjaði með deilibíla- notkun í mars á síðasta ári og hefur fyrsta árið gengið vel. „Við sjáum mikla eftirsókn í deili- bílanotkun og stefnum á að vera með fimmtíu bíla í vor. Það er svaka- lega mikil eftirspurn eftir þeim.“ ■

Íbúðabæklingur trompaði yfirlýsta stefnu um fjölþóst

Þótt Reykjavíkurborg hvetji íbúa til að afþakka fjölþóst og stuðla þannig að minni notkun pappírs og soun auð- linda lét borgin prenta stóran bækling í 60 þúsund ein- tókum og sendi inn á heimili.

gar@frettabladid.is

UMHVERFISMÁL Þorsteinn Gunnar- son borgarritari segir efni kynning- arbæklings um uppbyggingu íbúða í borginni hafa verið mikilvægara en að minnka úrgang með því að afþakka fjölþóst. Þetta kemur fram í svari borgar- ritara við fyrirsöfn Fréttablaðsins til borgarinnar. Í fyrirsöfnuninni sem send var 8. nóvember síðast- liðinn og svar barst loks við í gær var rífað upp að þann 10. júlí árið 2020 kynnti Reykjavíkurborg á vefsíðu sinni límmiða sem dreift var til fólks með áletrun um að fjölþóstur væri afþakkaður. „Þannig getur fólk stuðlað að minni notkun auðlinda, vegna papp- írs, prentunar og dreifingar og vegna söfnunar og endurvinnslu á papp- írnum,“ sagði í kynningu. „Reykja- víkurborg vonar að íbúar geti nýtt sér miðana og í sameiningu sé hægt að minnka þann úrgang sem fellur til í borginni,“ sagði þar einnig. Þrátt fyrir þennan yfirlýsta vilja borgarinnar til að sporna gegn fjöl- þósti lét borgin í haust prenta og dreifa á heimili borgarbúa 64 síðna bæklingi um íbúðauppbyggingu. „Hvernig fer dreifing fjölþósts frá Reykjavíkurborg um uppbyggingu íbúða í borginni saman við þá við- leitni gegn fjölþósti sem kynnt var í júlí 2020?“ spurði Fréttablaðið af þessu tilefni. Í svari borgarritara er rakið að kynningarfundur um uppbygg- ingu íbúða í Reykjavík sé haldinn á hverju hausti. Þar sé staða mála kynnt; hvar sé verið að byggja nýjar íbúðir og hver eru framtíðarbygg- ingarsvæðin.



Í bæklingi borgarinnar frá í haust var farið vítt og breitt yfir framtíðar- sýn og fyrirhug- ada uppbygg- ingu á íbúðum í Reykjavík. MYND/SKJÁSKÖT

13,3 milljónir króna kost- aði að gera og dreifa bæklingi Reykjavíkur- borgar um uppbygg- ingu íbúða.



Þorsteinn Gunnarsson, borgarritari

geta þess að ritinu var ekki dreift til þeirra sem afþakka fjölþóst,“ tekur hann fram. Gerð og dreifing bæklingsins kostaði samkvæmt svari borgarrit- ara ríflega 13,3 milljónir króna. Þar af hafi vinna fyrirtækisins Athygli við öflun efnis og mynda og texta- skrif ásamt öðru kostað 4.950.000 krónur, hönnunarvinna og umbrot Ritforms 1.605.000 krónur, prentun Ísafoldar 4.403.900 krónur og dreif- ing Póstdreifingar kostað 2.363.340 krónur. ■

H&M og fleiri fataverslanir ekki hækkað greiðslur til birgja

kristinnhaukur@frettabladid.is

VIÐSKIPTI H&M, Primark og Next eru meðal fataverslana sem ekki hafa hækkað verð til birgja sinna í Bangladess eftir Covid-faraldur- inn. Samkvæmt breska blaðinu The Guardian saka mannréttinda- samtök verslanirnar um að nýta sér faraldurinn og kalla eftir strangara eftirliti hins opinbera. Í nýrri rannsókn í Bangladess, sem er eitt af fátækustu ríkjum heims, sem háskólinn í Aberdeen gerði kom fram að verslanirnar höfðu lækkað verð til birgja sinna í upphafi faraldursins og að í meiri-

»

Um tíundi hluti birgja í Bangladess fær greitt undir framleiðslu- kostnaði.

hluta tilfella hefði verðið ekki hækkað aftur, tveimur árum síðar. Þrátt fyrir miklar hækkanir í efnis- og framleiðslukostnaði. Um tíundi hluti birgjanna var að fá minna fyrir vörurnar hjá fataverslunum

en það kostaði að framleiða þær. Fiona Gooch, hjá mannréttinda- samtökunum Transform Trade, kallar eftir að hið opinbera vakti viðskiptahætti fataverslananna líkt og gert sé hjá stórum matvöru- keðjum í Bretlandi. Þegar birgjarn- ir fá ótryggar og lágar tekjur fyrir vörurnar geti þeir ekki boðið upp á mannsæmandi laun eða vinnuad- stæður fyrir starfsfólk sitt. Next höfðuð því að borga birgj- um það sama eða minna en fyrir faraldurinn. Primark sögðust hafa þurft að afturkalla pantanir vegna rekstrarerfiðleika og lokana. H&M neituðu að svara. ■



Frá opnun H&M á Hafnartorgi.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Í SKJÓLI FYRIR
VEÐRI OG VINDUM
BÍLALÚGURNAR ERU
SVO ÞÆGILEGAR



Bílaapótek

VESTURLANDSVEGI

Opið alla daga

9-22

HÆÐASMÁRA

Opið alla daga

10-23

SUÐURFELLI

Opið virka daga

8.30-20

Opið laugardaga

11-17

LYFJAVAL ER Á EFTIRTÖLDUM STÖÐUM

Bílaapótek Vesturlandsvegi • Bílaapótek Hæðasmára • Bílaapótek Suðurfelli • Glæsibæ • Urðarhvarfi • Mjódd • Apótek Suðurnesja

Mafiuleiðtogi handtekinn á Sikiley

helgisteinar@frettabladid.is

ITALÍA Matteo Messina Denaro, eftirsóttasti mafiuleiðtogi Ítalíu, var handtekinn í gær á Sikiley eftir að hafa verið á flóttu í 30 ár. Hann var staddur á einkarekinni meðferðarstofu í borginni Palermo vegna lyfjameðferðar við krabbameini þegar lögreglan handtók hann.

Meiri en 100 ítalskir hermenn tóku þátt í handtökuaðgerðinni gegn honum.

Matteo er sagður vera yfirmaður hinnar alræmdu Cosa Nostra mafíu og hefur meðal annars verið dæmdur fyrir morð á saksóknurum og sprengjuárásir í Milánó, Flórens og Róm. Hann var einnig dæmdur fyrir að ræna, pynta og myrða 11 ára dreng og stærði sig af því að öll förnarlömb hans myndu fylla heilan kirkjugarð.

Þrátt fyrir að hafa verið á flóttu síðan 1993 er talið að Matteo hafi haldið glæpastarfsemi sinni áfram og skipað undirmönnum sínum fyrir verkum úr felum.

Þar sem aðeins voru til fáar og gamlar ljósmyndir af mafiuleiðtoganum þurfti lögreglan að styðjast við stafræna tækni til að vinna líklega útgáfu af andliti Matteo eins og það gæti litið út um þessar mundir. ■



Matteo Messina Denaro hefur verið á flóttu síðan 1993. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



Matteo Messina Denaro var handtekinn þar sem hann var í krabbameinsmeðferð í borginni Palermo.



Geislavirk efni eru ekki vel séð á flugvöllum.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Handtekinn vegna úrans á Heathrow

arnartomas@frettabladid.is

BRETLAND Karlmaður á sjötugsaldri var handtekinn í Bretlandi eftir að agnir af geislavirka efni úrani fundust í pakkasendingu á Heathrow flugvelli.

Undir lok síðasta árs fann breska landamæraeftirlitið lítið magn af úraníum í sendingu af brotajárni á flugvöllinum.

Maðurinn var handtekinn á laugardag vegna málsins á grundvelli hryðjuverkalaga sem ná yfir að framleiða eða að hafa í vörslu sinni geislavirk efni. Honum hefur nú verið sleppt gegn tryggingu þar til í apríl.

Lögregluþyriföld í Bretlandi segja í yfirlýsingu að miðað við



Samkvæmt Sky News kom úranið til Bretlands með flugi frá Óman í Pakistan.

núverandi upplýsingar bendi ekkert til þess að málið tengist ógn við almenning.

Samkvæmt heimildum Sky News kom úranið til Bretlands með flugi frá Óman í Pakistan. ■



Konur í Kandahar þar sem leiðtogi Talibana í Afganistan heldur til og sendir frá sér tilskipanir.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Norska flóttmannahjálpin refsar fyrir svik Talibana

Ágreiningur er milli æðstu ráðamanna Talibana um rétt stúlkna og kvenna til náms og starfa. Harðlínumenn hafa yfirhöndina og á meðan greiða Norðmenn ekki út fimm milljarða króna neyðaraðstoð.

gar@frettabladid.is

NOREGUR „Það leikur enginn vafi á því að Talibanar hafa svikið öll möguleg loforð sem þeir gáfu í samningaviðræðunum í Doha og Islamabad og ekki síst í Osló í fyrra,“ hefur norska blaðið Verdens Gang eftir Jan Egeland hjá norsku Flóttmannahjálpinni.

Egeland er nú í Kabúl í Afganistan þar sem hann hefur að sögn VG átt fundi með leiðtogum Talibana og sakað þá um að hafa gengið bak orða sinna. Það sé ástæðan fyrir því að Norðmenn greiði ekki út áður ákveðna neyðaraðstoð upp á 350 milljónir norskra króna sem eru jafnvirði tæplega 5,1 milljarðs íslenskra króna.

„Ég var sjálfur í Kabúl í september 2021, rétt eftir að Talibanar tóku völdin,“ segir Egeland í símaviðtali við VG. „Mér var lofað að stúlkur fengju að ganga í skóla og að konur fengju að halda störfum sínum áfram.“

Hvort tveggja segir Egeland



Þeir viðurkenndu að loforð hafi ekki verið haldin. Þeir sögðu að öfgamenn hefðu náð yfirhöndinni.



Jan Egeland, norsku Flóttmannahjálpinni

Talibana hafa svikið. Skömmu fyrir jól hafi orðið ljóst að konur myndu missa bæði möguleikann á æðri menntun og á því að fá störf hjá hinu opinbera. Stúlkur fái aðeins að ganga í skóla upp í sjötta bekk, þá sé þeim vísað frá.

„Á fundunum sem ég hef átt með leiðtogum Talibanastjórnarinnar í Kabúl hef ég sagt sem svo: Ég taldi

að það væri til síðs í Íslam að halda orð sín. Þið hafið svikið þau,“ lýsir Egeland skilaboðum sínum til harðstjóranna í Afganistan.

„Þeir sem ég ræddi við fannst þetta óþægilegt. Þeir viðurkenndu að loforð hafi ekki verið haldin. Þeir sögðu að öfgamenn hefðu náð yfirhöndinni,“ svarar Egeland spurður í síma af blaðamanni VG um viðbrögð hinna háttsettu viðmælenda hans.

Að sögn Verdens Gang er það æðsti leiðtogi Talibana, Haibatullah Akhundzada, sem gaf út tilskipanirnar sem útiloka konurnar. Sagt hafi verið frá auknum ágreiningi milli Akhundzada, sem haldi til í hinni íhaldssömu borg Kandahar, og ráðandi Talibana í stjórninni í Kabúl. Hinir síðarnefndu vilji fá viðurkenningu alþjóðasamfélagsins með því að konur verði ekki algjörlega útilokaðar en Akhundzada hafi yfirhöndina.

„Við vonumst til að gefin verði út ný tilskipun sem geri stúlkum og konum kleift að snúa til náms og starfa,“ segir Egeland. Norska flóttmannahjálpin hafi stöðvað alla starfsemi sína í átján héruðum. Af 1.600 starfsmönnum séu 470 konur.

„Án þeirra getum við ekki unnið okkar starf því karlmennum er bannað að aðstoða okkunnugar konur,“ útskýrir Egeland stöðuna fyrir VG. ■

Útlendingar stinga af frá milljarða námslánum í Danmörku

gar@frettabladid.is

DANMÖRK Útlendir námsmenn í Danmörku hafa stungið af frá námslánum þar í landi og umfang hinna ógreidda námslána vex stöðugt. Þetta kemur fram á vefsíðu Danmarks Radio.

Þrátt fyrir að mismunandi ríkisstjórnir hafi reynt að leysa vandann er hann enn ekki leystur – þvert á móti eiginlega segir Danmarks Radio. Á aðeins þremur árum hafi vanskilin aukist úr jafnvirði 16,7



Að meðaltali skuldar hver hinna átján þúsund erlendu námsmanna jafnvirði 1,5 milljóna íslenskra króna.

milljarða íslenskra króna í 27,1 milljarð.

Um 18 þúsund útlendingar eru ábyrgir fyrir þessum skuldum segir DR og af þeim eru fimm þúsund farnir úr landi. Að meðaltali skuldar hver þessara átján þúsund erlendu námsmanna jafnvirði 1,5 milljóna íslenskra króna.

Til samanburðar voru 120 þúsund Danir ekki í skilum með sín námslán nú um áramótin. Skuld þeirra stóð þá samtals í jafnvirði tæplega 2.300 milljarða íslenskra króna. ■



Danskir stúdentar fagna námslokum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

ENN MEIRI VERÐLÆKKUN Á ÚTSÖLUNNI 50-70%

Pantaðu í netverslun www.curvy.is

Curvy



Relax toppur
1.995 kr
3.990 kr-



Aarya blazer
4.495 kr
8.990 kr-



Úlpa
5.495 kr
10.990 kr-



Jie peysa
4.495 kr
8.990 kr-



Golla
3.995 kr
7.990 kr-



Wrap kjóli
6.495 kr
12.990 kr-



Maddie buxur
4.995 kr
9.990 kr-



Ída gallabuxur
2.697 kr
8.990 kr-



Blazer jakki
5.995 kr
11.990 kr-



Kimono blússa
5.995 kr
11.990 kr-



Blúndu toppur
3.995 kr
7.990 kr-



Spangarlaus BH
2.397 kr
7.990 kr-

Innrásin í Úkraínu

Fjöldi látinna enn óljós

Minnst fjórutíu létu lífið og tugir særðust í flugskeytaárás Rússa á níu hæða íbúðarhús í úkraínsku borginni Dnipro í austurhluta landsins um helgina. Mikill fjöldi viðbragðsaðila hefur unnið á vettvangi við að bjarga fólki úr rústum hússins. Margra er enn saknað. Flug-skeytaárás Rússa um helgina var sögð beinast gegn orkuinnviðum landsins en eitt skeytið hafði íbúðarhúsið og tala myndirnar sínu máli.

helenaros@frettabladid.is



Slökkviliðsmenn flytja lík af vettvangi en minnst fjórutíu eru látnir.
FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Eyðileggingin er gríðarleg. Viðbragðsaðilar hafa staðið í ströngu við leit að fólki í rústunum. Tugir særðust í árásinni, þar á meðal minnst fjórtán börn.
FRÉTTABLAÐIÐ/
EPA



Leikföng, blóm og kerti voru lögð á bekk við íbúðarhúsið.
FRÉTTABLAÐIÐ/
EPA

Rauðar rósir voru lagðar á bekki við strætisvagna-bíðstöð.
FRÉTTABLAÐIÐ/
EPA



Slökkviliðsmenn bjarga konu undan rústunum en fjöldi látinna hefur enn ekki verið staðfestur.
FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Ung kona fylgist með björgunarstarfi á vettvangi.
FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



ÚTSALA
10-70%

FJÖRÐUR

Múgæsingur



Björk
Eidsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Hugvíkkandi efni og áhrif þeirra fengu ærið pláss í fjölmiðlaumfjöllun og almennt umræðu í liðinni viku í tengslum við ráðstefnu um málefnið. Á háværru umræðunni mátti bæði merkja gott markaðsstarf skipuleggjenda og knýjandi þörf á nýjum úrlausnum við geðrænum vanda á við þunglyndi og kvíða.

Ýmsar vísendingar eru um að þunglyndi fari vaxandi á heimsvísu og mat fjölþjóðleg rannsókn þunglyndi næstalgengustu ástæðu örorku á heimsvísu árið 2019. Það er því ekki að undra að bæði heilbrigðisstarfsfólk og almenning þyrsti í nýjar og betri lausnir.

Þegar skipuleggjandi ráðstefnunnar segir frá því í fjölmiðlum að hún stundi meistaranám í hugvíkkandi efnum, án þess að sú fullyrðing sé skoðuð í kjölinn, má þó gera því í skóna að spennan sé hreinlega orðin af mikil. Eins þegar svo íþróttahetja, sem kynnt er sem „strákurinn okkar“, hvetur spjallþáttstjórnanda til að prófa sveppatripp í einum vinsælasta sjónvarpsþætti RÚV, er full ástæða til að staldra aðeins við.

Nú liggur fyrir Alþingi þingsályktunartil laga um heimild til rannsókna og notkunar á efninu silósíbin í geðlækningaskyni. Í henni er heilbrigðisráðherra falið að leggja til nauðsynlegar breytingar á lögum svo heimila megi rannsóknir og tilraunir á efninu og lagt er til að Ísland verði leiðandi í slíkum rannsóknum á heimsvísu. Þegar rýnt er í umsagnir fagaðila er ekki annað að sjá en að forsvarsmenn tillögunnar hafi lítinn skilning á eðli slíkra rannsókna enda bendir Embætti landlæknis á að núgildandi löggjöf standi ekki í vegi fyrir slíkum rannsóknum.

Ef íslenskir vísindamenn sjá hag í að ráðast í rannsóknir á silósíbin eða öðrum hugvíkkandi efnum stendur lagaumhverfið ekki í vegi fyrir því. Aftur á móti er bent á það í fleiri en einni umsögn að fámenni og fjársveltir innviðir heilbrigðiskerfisins geri Ísland ekki að ákjósanlegum leiðtoga í slíkum rannsóknum.

Hvað ætli hafi drifið alþingismenn til að ætla þannig að ákveða fyrir hönd íslensks vísindafólks hvað er ákjósanlegt að rannsaka? Múgæsingur?

Staðreyndin er sú að eðlilegt ferli nýrra lyfja er að standast fjögurra fasa prófanir áður en þau fá markaðsleyfi. Þetta ættum við flest að hafa lært eftir heitar umræður um Covid-bóluefni sem sumum þótti þróast of hratt. Það sama gildir auðvitað um þessi lyf og mikilvægt er að umræðan sé á þeim nótum.

Eða er það jafnvel sama fólkíð sem gefur lítið fyrir vísindalegar rannsóknir á hugvíkkandi efnum – og neitaði að láta bólusetja sig af ötta við að bóluefnin væru ekki fullprófuð? ■

HALLDÓR



FRÁ DEGI TIL DAGS

ser@frettabladid.is

Áfengisskylda

Vegir hins opinbera eru órannsakanlegri en Guðs almáttugs, síðasta sönnun þess er allsherjarkrafa Ísavia suður með sjó um áfengisskyldu allra matarbúllanna í flugstöð Leifs heppna Eiríkssonar. Fyrir vikið er einn vinsælasti matarbarinn á staðnum, hinn safaríki Jói, að hrökklast út með alla sína hollustu, en forkólfar þessarar dáðu djúgerðar telja það engan veginn samrýmast heilnæmi staðarins að selja áfengi ofan í ávaxtblönduna. Ekki er með öllu vonlaust að hafa samúð með sölumönnum þessum, enda óskiljanlegt að ríkisfyrirtæki geri það að skilyrði að leigutakar hafi brjóstbirtuna til sölu.

Mathallirnar

Eftir að baðstöðum hefur verið komið fyrir í öllum byggðum bolum á Íslandi er komið að því að troða mathöllum í hvaða húsnaði sem er. Það losnar ekki fermetri svo að ekki sé þar kominn bás og kokkur fyrir innan. En sitt sýnist hverjum, enda er verðlagningin á matvörunni kannski ekki alveg í takti við það að kunninn þarf svo að segja að gera allt sjálfur. Sem minnir á flugið nú til dags, en þar er svo komið að miðakaupandinn þarf að gera allt sjálfur, nema að fljúga vélinni, sem er kannski næsta skref. ■

Lofað og svikið



Kolbrún
Baldursdóttir
oddviti Flokks
fólksins í
borgarstjórn

Í dag, 17. janúar, hefur borgarfulltrúi Flokks fólksins óskað eftir umræðu um manneklu í leikskólum á fundi borgarstjórnar. Mannekla í leikskólum er langvarandi vandamál í Reykjavík sem meirihlutinn hefur ekki getað leyst.

Eins og vandinn blasir nú við er vissulega engin ein töfralausn. Mörg hundruð börn bíða eftir pláss. Meirihlutinn lofaði plássum í leikskólum sem ekki höfðu verið byggðir eða fullkláraðir sem var áfall fyrir foreldra.

Ekki kann góðri lukku að stýra að lofa upp í ermína á sér og þurfa síðan svíkja lofordin. Það er ekki aðeins vandamál að það vanti pláss heldur berast títt fréttir af því að leikskólar sendi börn heim vikulega eða jafnvel oft í viku vegna manneklu. Það gengur heldur ekki til lengdar að foreldrar ungra barna hafi áhyggjur og að starfsfólk leikskólanna sé að bugast vegna mikils álags í starfi.

Hættan er að það skapist svipað ástand og er á bráðamóttöku Landspítalans en þar hefur margt starfsfólk sagt upp vegna mikils álags og slæmrar vinnuáðstöðu.

Borgin, sem er í hröðum vexti, stefnir á fjölgun leikskólaplássu um allt að 500 á næsta ári. Margir leikskólakennarar hafa flutt sig yfir til grunnskólanna þar sem þeim kann að finnast störfin þar meira aðlaðandi.

Í Reykjavík þarf að laða fólk til starfa í leikskólum meðal annars með bættem kjörum og starfsaðstöðum. Það kann að vera erfitt þar sem fjárhagur borgarinnar er á heljarþróm.

Flokkur fólksins hefur lagt fram nokkrar tillögur til úrbóta. Til að vinna okkur út úr stöðunni þarf hlaðborð lausna. Flokkur fólksins lagði fram tillögu um heimagreiðslur til foreldra meðan þeir bíða eftir leikskólapláss fyrir börn sín. Sú lausn er ódýrari fyrir sveitarfélagið en dýrt leikskólapláss ef miðað er við yngstu börnin.

Flokkur fólksins hefur einnig ítrekað lagt til að bjóða fólki upp á sveigjanleg starfslok. Í hópi eldri borgara er dýrmætur mannaúður, mannaúður sem við viljum njóta sem lengst. ■

Öflugur & náttúrulegur flensubani

Inniheldur hreint engifer & c-vítamín

Kröftug blanda sem kemur þér í gegnum veturinn með bros á vör



ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

Fimleikar fyrir alla, alla ævi, því að það er okkar allra hagar



Sólveig Jónsdóttir
framkvæmda-
stjóri Fimleika-
sambands Íslands

Undanfarin ár hefur landslag íslenskra fimleika breyst, eða réttara sagt umturnast. Nú er það svo að Fimleikasamband Íslands (FSÍ) er orðið eitt af stærstu sersamböndum landsins, þriðja hver stúlka 18 ára og yngri í landinu okkar er skráð í fimleika. Sérstaða Fimleikasambandsins felst einna helst í því að við erum eina sambandið þar sem konur draga vagninn. Á síðustu 15 árum hefur iðkendafjöldi í fimleikum tvöfaldast sem er metfjölgun innan íþróttahreyfingarinnar, þar sem iðkendur fóru úr rúmlega 7.000 í rúmlega 14.000. Öll fimleikahús á landinu eru yfirfull og biðlistar eru orðnir áskorun í langflestum félögum landsins. Á sama tíma hefur fjöldi stráka í fimleikum fjörfaldast sem hefur einnig verið eitt af stóru markmiðum sambandsins í þessari miklu vaxtarkúrfu, því jafnréttisbaráttan hefur jú sínar ýmsu birtingarmyndir. Sambandið hefur fjölgað viðburðum fyrir keppendur með sérþarfir og á síðasta ári fóru yfir 100 heldri borgarar í verkefni erlendis á vegum FSÍ.

Síðasta áratug hefur íslenskt fimleikafólk í áhaldafimleikum reglulega unnið sér keppnisrétt á HM og á Ólympíuleika, kvennaliðið



okkar í hópfimleikum hefur þrisvar sinnum orðið Evrópumeistari og u-18 liðið okkar tvisvar. Þetta er árangur sem stærrí nágrannabjóðir okkar myndu stæra sig af. Það sem ekki allir vita er að landsliðsfólk í fimleikum er ekki einungis tilbúið að leggja á sig allar þær klukkustundir sem þarf til að skara fram úr, heldur borgar það einnig með sér í landsliðsverkefni. Það æfir á föstudags- og laugardagskvöldum, þar sem að fimleikahús landsins eru smekktfull og landslið okkar eru upp á velvild félaganna komin til að fá æfingatíma. Fimleikasambandið er félögum gríðarlega þakklátt, en

nú erum við komin að þölmörkum. Þær 1.500 klukkustundir sem FSÍ nýtti í félögunum á síðasta ári, eru klukkustundir sem iðkendur félaganna hliðra til í sinni þjálfun fyrir landsliðsstarfið okkar og liggur það í augum uppi að slíkt er engin langtímalausn. Nú er hætt við að sú staða komi upp að landsliðið okkar verði heimilislaus ef ekki verður bætt úr, eins og önnur sersambönd hafa verið að benda á í sínu landsliðsstarfi.

Öflugur hópur hefur verið að störfum í kringum Fimleikasambandið á þessari vegferð, öflugir þjálfarar, dómarar, fagteymi, fag-

Fimleikar eru langstærsta innanhúss-íþróttagrein landsins.

sér einn þann besta grunn sem hægt er að tileinka sér á þeirri vegferð sem hreyfing alla ævi er. Heilsa eins er okkar allra hagar!

Það er erfitt að finna orð sem lýsa því stolti, þeirri aðáun á fólkinu okkar og þeirri gleði sem það hefur verið að fá að taka þátt í þeirri vegferð sem Fimleikasambandið hefur verið á. Vegferð sem mun skila sér í betra umhverfi fyrir fimleikafólk til framtíðar, því um leið og það gerist erum við líka að tryggja það að íslenska íþróttahreyfingin verði ríkari en ella.

Áhugaverðar staðreyndir um fimleika

Fimleikar eru langstærsta innanhúss-íþróttagrein landsins, fimleikar eru ekki minnihlutahópur heldur breiðfylking sem starfar um allt land. Sveitarfélögin hafa í auknum mæli verið að mæta þörfum þessa stóra hóps með byggingu fimleikaaðstöðu. Þegar fimleikahús hafa verið byggð þá hafa þau alltaf fyllst, en um leið gert skipulag íþróttastarfsins í bæjarfélaginu í heild sinni fjölbreyttara, auðveldara og aðgengilegra.

Þegar við skoðum konur sérstaklega í 5 stærstu innanhúss-íþróttunum sjáum við að um helmingur þeirra eru í fimleikum.

Svo er það framtíðin, rúmlega 40% þeirra sem stunda innanhússíþróttir koma úr fimleikum og því mikilvægt að við hugsum til framtíðar og gerum vegferð þeirra sem besta innan íþróttahreyfingarinnar. ■



Brookliyn borðstofuborð
220x98, stækkun 2x50 cm, reykt eik - hvítuð eik
Áður 199.000 **NÚ 149.000**



Statur 3ja sæta
Áður 159.000 **NÚ 119.000**



Obling 3ja sæta
Áður 129.000 **NÚ 103.000**



Hill hvíldarstóll með tauáklæði
Áður 176.000 **NÚ 123.000**



Adele
Áður 39.900
NÚ 23.900



Sierra
nokkrir litir
Áður 25.700
NÚ 19.200



Kato svart
Áður 29.900
NÚ 19.400



Alison
snúningss
Áður 33.900
NÚ 27.000



Ciro 3 litir
Áður 39.900
NÚ 29.900



Nottingham sófaborð
Áður 116.000 **NÚ 58.000**



H Ú S G A G N A V E R S L U N

Möl dýrmætari farmur en ferðafólk



Friðrik Rafnsson
formaður
Leiðsagnar - félags
leiðsögumanna

Rútubílstjórar er ein þeirra mikilvægu stétta sem vinna starf sitt í hljóði og yfirleitt af miklu öryggi og samviskusemi. Þeir bera ábyrgð á lífi og limum farþega, oft við aðstæður sem eru erfiðar og krefjandi eins og fram hefur komið í fréttum undanfarið. Ég þekki það sem leiðsögumaður að gott samstarf við bílstjóran er eitt mikilvægasta atriðið í hópferðum. Ef snurða hleypur á þann þráð og samskiptin eru stírdögum saman milli bílstjóra og leiðsögumanns getur það bitnað á saklausum farþegunum sem hingað eru komnir til að njóta landsins okkar. Þetta er sem betur fer afar sjaldgæft. Þvert á móti er reynsla mín og langflestira leiðsögumanna sú að samstarfleiðsögumanns og bílstjóra er gott og gefandi. Þeir mynda tveggja manna þjónustuteymi, enda er markmið okkar það sama, að þjóna farþegunum eins vel og við getum þannig að þeir snúi aftur til síns heima hæstánægðir og helst skælbrosandi.

Skýr verkaskipting

Rútubílstjórar eru eins og við öll afar mismunandi, allt frá þöglu týpunni sem ekki gefur mikið afsér yfir í hressu týpuna sem alltaf er í stuði og allt þar á milli. Allir (eða réttara sagt, öll, því konum fjölgar ört í hópi rútubílstjóra og ökuleiðsögumanna) eiga þeir það sameiginlegt að gera sér grein fyrir þeirri ábyrgð sem felst í að aka rútum sem taka allt upp í sjötíu farþega.

Flestir leiðsögumenn eru fjöltyngdir, faglærðir sérfræðingar. Margir hafa háskólanám að baki auk bóklegs og verklegs sérnáms í leiðsögn og bera þeir sérstakan skjöld með ártali því til sönnunar. Leiðsögumenn vinna við ýmsar tegundir leiðsagnar eða blanda



þeim saman eftir þörfum og eftirspurn: almenna leiðsögn, ökuleiðsögn, gönguleiðsögn, jöklaleiðsögn o.s.frv., alls á annan tug sérsviða. Þeir eru andlit fyrirtækisins sem þeir vinna fyrir, bera ábyrgð á framkvæmd ferðarinnar og að farþegarnir fái það sem þeir hafa greitt fyrir.

Starf okkar leiðsögumanna felst meðal annars í því að fræða erlendu farþegana okkar um land, þjóð, menningu og sögu og þar af leiðandi er hljóðneminn helsta vinnutæki okkar sem vinnum við leiðsögn í rútum. Til þess er ætlast af okkur leiðsögumönnum að við höfum svör við nánast öllu á reiðum höndum. Við reynum eftir bestu getu að standa undir þeim væntingum. Nú á tímum upplýsingatækni koma farþegarnir vel undirbúnir hingað og vita talsvert um það sem lesa má á vefnum og í handbókum. Þess vegna finnst þeim einkar gaman að vera með íslenska leiðsögumenn og bílstjóra, heimamenn sem geta svarað spurningum um það hvernig er að vera Íslendingur (eða íslenskur ríkisborgari) og búa í þessu undarlega landi.

Fróðleiksbrunnar

Ég hef oft notið þeirrar gæfu að vera með staðkunnuga bílstjóra, menn sem eru hédan og þaðan af landinu og geta lætt að manni ýmsum misgagnlegum en skemmtilegum fróðleik sem vekur forvitni farþeganna. Þess vegna hef ég stundum haldið því fram að góður leiðsögumaður eigi ekki einungis að kunna að segja vel og greinilega frá heldur verði hann ekki síður að kunna að hlusta. Hlusta á farþegana, bílstjóran og aðra sem geta orðið til þess að ferðin verður enn ánægjulegri en ella. Sá leiðsögumaður sem telur sig vita allt á að finna sér eitthvað annað að gera.

Griðarleg ábyrgð bílstjóra

Starf rútubílstjórans er mikilvægt, hann ber ábyrgð á farþegunum og farartækinu og á ekki að þurfa að hugsa um neitt annað meðan á ferðinni stendur. Þess vegna er afar vafasöm sú þróun sem því miður er farið að gæta í sívaxandi mæli. Hún er sú að senda bílstjóra í oft margra daga ferð við erfiðar aðstæður án faglærðs og vel þjálfads leiðsögumanns. Nýlegt dæmi: Bílstjóri var sendur í hringferð um landið



Skilaboðin frá atvinnurekendum eru sem sagt þessi: möl er dýrmætari farmur en fólk. Hvers lags verðmætat er þetta eiginlega?

án leiðsögumanns, en erlendur fylgdarmaður sem aldrei hafði áður komið til landsins átti að gegna því hlutverki. Það þýddi að bílstjórinn þurfti í senn að aka og miðla hópstjóranum af þekkingu sinni jafnóðum og var því í raun orðinn eins konar ökuleiðsögumaður án þess að fá greitt fyrir það sérstaklega. Ég grennslaðist fyrir um þetta mál hjá íslenska ferðaþjónustufyrirtækinu og fékk þau svör að þau vildu að sjálfsögðu helst hafa íslenskan, faglærðan leiðsögumann í öllum ferðum, en að erlendi viðskiptavinurinn teldi það óþarfa kostnað, nánast

munað. Og þar sem kúnninn ræður verður þetta stundum niðurstaðan. Okkur leiðsögumönnum finnst þetta afar miður, enda bitnar það sannarlega á gæðum þjónustunnar og öryggi ferðamannanna, eins og dæmin sanna.

Er möl dýrmætari en ferðafólk?

Það er gömul saga og ný að þær stéttir sem eru að sinna fólki og vinna með það þurfa stöðugt að berjast fyrir bættari kjörum. Dæmin eru mýmörg, en hér nægir að nefna hjúkrunarfræðinga og kennara. Annað dæmi: Rútubílstjóri sem hafði ekið ferðamönnum um landið þvert og endilangt um tíu ára skeið missti vinnuna þegar Covid-19 skall á og ferðaþjónustan hrundi skyndilega. Hann fékk strax vinnu við að keyra vörubíl, við malarflutninga í vegagerð eða eitthvað slíkt. Hann var auðvitað feginn að fá aðra vinnu strax og var lítið að spá í launin fyrr en hann fékk útborgað. Tímakaupið var þrjátíu prósentum (30%) hærra fyrir að aka möl en aka með farþega. Hann var auðvitað hæstánægður með það, en þegar ferðaþjónustan hrökk aftur í gang í fyrra fór hann aftur að aka rútú, enda mun skemmtilegra að aka fólki en möl. Skilaboðin frá atvinnurekendum eru sem sagt þessi: möl er dýrmætari farmur en fólk. Hvers lags verðmætat er þetta eiginlega?

Gæði og fagmennska hljóta að vera hagsmunamál allra sem starfa í ferðaþjónustunni, ekki græðgi og tækifærismennska eins og við í Leiðsögn höfum sorglega oft orðið vitni að. Eitt helsta vandamálið í fyrrasumar var skortur á faglærðum og reyndum leiðsögumönnum vegna þess að margir þeirra hurfu til annarra starfa vegna ótryggs ráðningar-sambands og lélegra launa og hika jafnvel við að gera það nú þegar stefnir í stórt ár í greininni. Var það (og er) vegna þess að við erum „bara“ að þjóna fólki sem hingað er komið til að njóta landsins okkar? Þetta þarf vitaskuld að laga til að við getum þjónað farþegum okkar sómasamlega. Við sem vinnum í ferðaþjónustunni verðum að vinna að því saman. Öllum, farþegum sem og ferðaþjónustunni allri, til heilla. ■

UST og umhverfisráðherra misvirða lögmál náttúrunnar



Ole Anton Bieltvedt
samfélagsrýnir og
dýraverndarsinni

Þessa dagana er UST (Umhverfisstofnun) að fjalla um og undirbúa tillögur um hreindýraveiðar til umhverfisráðherra, Guðlaugs Þórs Þórðarsonar. Hann ákveður svo, hverjar reglur um hreindýraveiðar skulu gilda 2023; hversu mörg dýr má drepa, tarfa og kýr, og á hvaða tíma. Það er auðvitað sá ljóður á þessu máli, að ráðherra sjálfur er hreindýraveiðimaður, en lengi má manninn reyna.

Fyrirkomulag veiða til þessa

Yfirleitt hefur fjórða hvert dýr verið drepit ár hvert. Þetta er auðvitað feikihátt hlutfall. Árvisst áfall og uppnám í hverri hrein fjölskyldu.

Fjölskyldur hreindýra halda líka saman, eins og fjölskyldur allra spendýra. Hjá þeim ríkir líka væntumþykja, sknúður og sorg.

Farið er að fella tarfa mest 1.-15. júlí. 1. ágúst mega svo veiðimenn fara að skjóta hreinkýr.

Þær eru allflestar með kálfa, sem

fæðast seinni hluta máí, jafnvel fram í júní, og eru þeir yngstu rétt 7-8 vikna, þegar farið er að drepa mæðurnar frá þeim.

Flestir skyni gæddir menn vita, að ekkert 8 vikna spendýr hefur náttúrulega burði til að standa á eigin fótum, eitt með sjálfu sér, enda eru hreinkýr mylkar til 5-7 mánaða aldurs kálfa, og fylgja þeir móður sinni fram á næsta vor, ef bæði lifa.

Hreindýr teljast fyrst fullvaxin 2 vetra.

Þennan tímaramma má kalla lögmál náttúrunnar sjálfar.

Tilmæli UST um að geldar kýr séu fyrst veiddar, eru bara tilraun til að sminka athæfið.

Staðhæfingar veiðimanna og fylgismanna þeirra

Í blaðaviðtali sagði formaður félags leiðsögumanna hreindýraveiðimanna, sem talist getur talsmaður Náttúrustofu Austurlands og veiðimanna líka, þetta: „Í rauninni höfum við ekkert í höndunum um það, að það (lengdur griðatími kálfa) breyti einhverju fyrir kálfana, af því að sú rannsókn er ekki til“.

Þessum staðhæfingum virðist UST og umhverfisráðherra trúa, þótt vísindalegar rannsóknir, sem þessir aðilar ættu að hafa greiðan aðgang að, sýni allt annað.



Flestir skyni gæddir menn vita, að ekkert átta vikna spendýr hefur náttúrulega burði til að standa á eigin fótum, eitt með sjálfu sér.

Þetta segja vísindin nefnilega

Það eru til margvíslega heimildir, vísindagreinar, sem sýna og sanna, hversu erfitt uppdráttar ungviði, sem misst hefur móður sína, á sér. Hér eru nokkrar slíkar:

„Kálfur, sem missir móður sína, hefur minni lífslíkur að vetri, þar sem hann nýtur ekki mjólkur né leiðsagnar hennar við beitina“ (Sjennberg and Slagsvold“ (1968)).

„Það hefur afgerandi þýðingu fyrir afkomumöguleika afkvæma stórra spendýra á norðurhveli jarðar og möguleika þeirra til að lifa af, hversu lengi og í miklum mæli þau njóta umhyggju og umönnunar foreldra“ (Stearns (1992)).

„Niðurstaðan var, að færri móðurlausir kálfar lifðu af en þeir, sem móður áttu (Joly (2000)).

„Munaðarleysingjum, sem eru lægstir í goggunarröðinni, er oft ýtt út í jaðar hópsins“ (Green et al. (1989)).

„Kostir náins sambands móður og afkvæmis, umfram mjólkurgjöf, felast í umönnun, vernd og kennslu móður á grunnvenjum, nýtingu beitilands, leiða til að lifa af og leita sér skjóls“ (Lent (1974)).

Hvað segir Fagræð um velferð dýra?

Fagræð um velferð dýra á að vera UST og umhverfisráðherra „... til ráðuneytis um stefnumótum og einstök álitæfni, er varða málefni á sviði velferðar dýra“ skv. lögum.

Haustið 2019 beindi Fagræðið þessum tilmælum til UST og umhverfisráðherra: „að kýr verði ekki skotnar frá kálfum yngri en þriggja mánaða...“.

Þetta hefði þýtt, að veiðitími kúa hefði ekki mátt hefjast fyrr en 1. september, í stað 1. ágúst. Hefði verið spor í rétta átt.

Á fundi með UST, Náttúrustofu Austurlands og umhverfisráðuneytinu í janúar 2020, bætti Fagræðið svo um betur, að betur athuguðu máli, og lagði fram skýr tilmæli um, að hreinkýr yrðu ekki drepnar frá kálfum sínum svo lengi, sem þær væru mylkar, mjólkandi, sem var auðvitað málefnaleg og mannúðleg

hugsun og tillaga og í samræmi við lögmál náttúrunnar.

Skv. henni hefði fyrst mátt veiða hreinkýr 1. nóvember, þegar kálfar væru 5 mánaða. Hefði staða þeirra gagnvart vetri og lífsbaráttunni þá auðvitað stórbatnað.

Hvað gerir ráðherra nú?

Guðlaugur Þór gerði ekkert með þetta í fyrra. Áhrif Skotvís, veiðimanna og hagsmunaaðila eru mikil. Hagsmunaaðilar fá á annað hundrad milljónir á ári í sinn hlut á grundvelli greiddra hreindýraveiðileyfa.

Skv. síðustu tölum, sem undirritaður hefur (2013), fengu landeigendur/ábúendur 106,8 milljónir, Náttúrustofa Austurlands 8,5 milljónir og UST sjálf 20,4 milljónir. Eru þá tekjur Austfirðinga af hreindýraveiðimönnum, sem eru þar í þúsundatali á ferð, hvert sumar/haust, ótalðar.

Hér eru auðvitað mikil og sterk öfl á ferð, sem vilja sem mestar veiðar, hvað svo sem það kostar dýrin, líðan þeirra og velferð.

Þessi öfl hafa leitt til þess, að UST og ráðherra hafa misvirt lögmál náttúrunnar við ákvörðun veiðitíma kúa.

Stóra spurningin er, hvort ráðherra hafi vilja og getu til að virða lögmál náttúrunnar, að tilmælum Fagræðs, fyrir 2023. ■



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

ÞRIÐJUDAGUR 17. janúar 2023

KYNNINGARBLAÐ



Hagsmunasamtök knattspyrnu-kvenna halda málfund á fimmtudag.

Ræða málefni kvennafótboltans

gummih@frettabladid.is

Hagsmunasamtök knattspyrnu-kvenna halda málstofu fyrir aðalfund félagsins á fimmtudaginn en samtökin hafa það að markmiði sínu að auka samstöðu, sýnileika, jafnrétti og virðingu innan íþróttarinnar. Samtökin eru hugsuð sem sameiningarafl í jafnréttisbaráttunni, jafnt innan knattspyrnufélaganna, sem og hreyfingarinnar.

Hagsmunasamtökin telja mikilvægt að opna umræðuna til að bæta framtíð knattspyrnu-kvenna. Allar konur eiga að geta leitað til samtakanna og fengið stuðning og hjálp í baráttu innan knattspyrnunnar.

Málstofa í Verzló

Málstofan verður tvískipt. Í fyrri hlutanum verður fjallað um viðhorf og menningu innan fótboltasamfélagsins sem annars vegar stuðlar að og hins vegar stendur í vegi fyrir kynjajafnrétti. Í seinni hlutanum verður rætt um fjármögnun innan hreyfingarinnar og hvernig hægt er að efla fjárhagslega undirstöðu kvennaknattspyrnunnar hér á landi.

Hagsmunasamtökin voru stofnuð árið 1990. Þau voru í dvala í mörg ár en voru endurvakin fyrir rúmu ári síðan. Allir þeir sem hafa áhuga á að bæta framtíð kvennaknattspyrnunnar eru velkomnir á málþingið og í framhaldinu verður haldinn aðalfundur samtakanna. Málstofan fer fram í Verzlunarskóla Íslands og hefst klukkan 17.30 og aðalfundurinn er síðan á dagskrá klukkan 20. ■



Halla Hákonardóttir og Sigríður Ásgeirsdóttir kynntust yndislegum hollenskum hjónum á Tenerife sem buðu þeim að halda jóga- og dansbúðir í jógaathvarfinu þeirra í Masca-dalnum á Tenerife þar sem ríkir friður og náttúrufegurð.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Halda jóga- og dansbúðir á Tenerife innan um avókadó- og sítrónutré

Þær Sigríður Ásgeirsdóttir og Halla Hákonardóttir hafa undanfarin ár kennt saman blöndu af jóga- og danstímum. Árið 2020 fóru þær svo saman í jógaathvarf á Tenerife sem átti eftir að hafa áhrif á líf þeirra beggja. Í febrúar halda þær námskeið þar í fjórða sinn. **2**

Alla daga
gegn kulda og sól



Apótek, Hagkaup og Fjarðarkaup
www.celsus.is



Sandra Guðrún Guðmundsdóttir sandragudrun @frettabladid.is

Sigríður, oftast kölluð Sigga Ásgeirs, er danskennari og Halla er jóga-kennari, en undanfarin fimm ár hafa þær blandað saman dansinum og jóganu og haldið viðburði í Kramhúsinu saman. Það var svo í janúar árið 2020, rétt áður en fyrsta Covid-bylgjan fór eins og eldur í sinu um heiminn, að þær skelltu sér til Tenerife í jógaathvarf þar á eynni, sem rekið er af hollenskum hjónum. Það átti eftir að hafa áhrif á líf þeirra.

„Staðurinn heitir Mandala de Masca og er staðsettur ofarlega í fjöllum í Masca-dalnum sem er þekktur fyrir sína einstöku ró og náttúrufegurð. Hollensku hjónin opnuðu staðinn fyrir níu árum eftir að konan greindist með brjóstakrabbamein,“ segir Sigga.

„Hún greindist tvisvar og í kjölfarið varð hún þunglynd. Þau hjónin ákváðu þá að breyta um lífsstíl og fóru að stunda jóga. Hún fór í jógakennaranám og byrjaði að bjóða upp á jógabúðir fyrir konur sem eru í eftir meðferð eftir brjóstakrabbamein,“ heldur hún áfram.

„Pabbi mannsins átti veitingastað á Tenerife sem þau breyttu í þetta jógaathvarf. Áður bjuggu hjónin í Amsterdam, hann vann í fjármálageiranum en ég man ekki alveg hvað hún vann við. Þau voru vel stað en óhamingjusöm og breyttu alveg um stefnu í lífinu og byggðu upp þennan ótrúlega fallega stað.“

Sigga lýsir staðnum á þann hátt að hann hljómar eins og Paradís á jörðu. Hann er í 700 metra hæð yfir sjávarmáli, á milli avókadó- og sítrónutrjáa. Á staðnum er kokkur sem eldar vegan mat ofan í gestina sem er allur búinn til úr hráefnum af eynni. Mest úr garði jógaathvarfsins.

„Það eru fimmtíu avókadótré í garðinum. Þegar þú situr í jógasalnum horfir þú í gegnum avókadótrén yfir í dalinn. Þetta er alveg ótrúleg upplifun. Þú nærð að kjarnast svo vel þarna. Staðurinn er allur svo látlaus og fallegur en samt er þetta algjör lúxus,“ segir Sigga.

Halda námskeið í Paradís

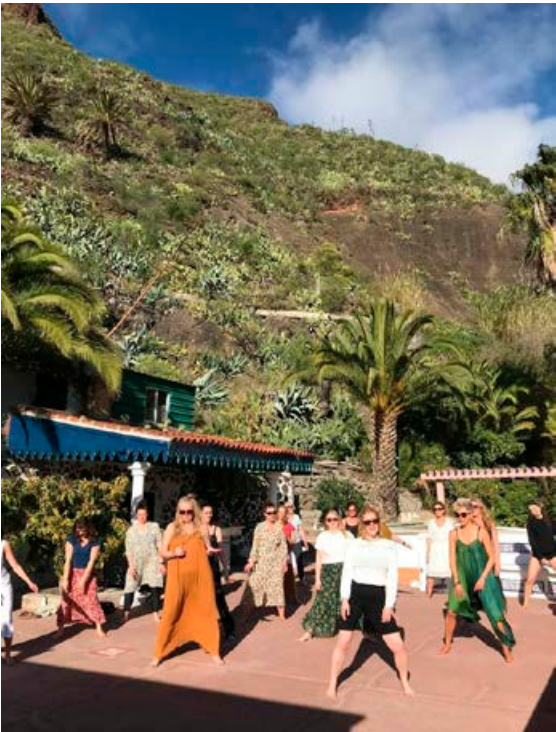
Þær Halla og Sigga kynntust hollensku hjónunum í fyrstu heimsókn sinni í jógaathvarfið og það fór svo að þau buðu þeim að halda jóga- og dansnámskeið fyrir konur í athvarfinu. En stuttu seinna lokaðist allt vegna Covid. Það leið því ár áður en þær náðu að fara út með hóp frá Íslandi í fyrsta sinn en það var í janúar árið 2021. Núna eru þær að fara að halda námskeið á staðnum í fjórða sinn, en þær ætla að halda tvö vikulöng námskeið í febrúar.

„Við rétt náðum að komast með hóp út í janúar 2021 áður en það kom útgöngubann. Stundum hugsa ég bara: Hver var eiginlega að vernda okkur. En síðan þá höfum við náð að halda tvö önnur námskeið. Ef öll rúm á staðnum eru full er pláss fyrir 19 konur, en yfirleitt erum við um 11-17. Við erum með morguntíma og svo eftirmiðdagstíma en við Halla skiptumst á að vera með tímana. Ef það er dans á morgnana þá er jóga seinnipartinn og svo öfugt. Svo erum við oftast með einhverja dagskrá á kvöldin, til dæmis jóga nidra, sem er liggjandi jóga og slökun,“ segir Sigga.

„En við erum ekki með stífa dagskrá, á milli morgun- og síðdegis-tímanna er frjáls tími. Þá er hægt að slaka á við sundlaugarbakkann, en sundlaugin er upphituoð, fara í göngu um dalinn eða fara niður í bæ og fá sér kaffi. Þú þarft ekki að hugsa um neitt, það er bara hringt á bjöllu þegar maturinn er tilbúinn og þá er kokkurinn búinn að elda fyrir þig ótrúlega flotta máltíð og



Halla og Sigga fundu Paradís uppi í fjöllum á Tenerife.



Hópur kvenna dansar í sólinni.

MYNDIR/ÞSENDAR

Halla og Sigga hafa unnið saman í fimm ár og kennt jóga og dans. Þær eru á leið til Tenerife í febrúar og ætla að halda þar jógabúðir.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI



Hægt er að fara í dans- eða jóga-tíma utandyrna og horfa yfir Masca-dalinn.

Það er blóm ofan á. Þetta er eins og að borða alltaf á fimm stjörnu veitingastað. Svo er fólk yfirleitt sofnað á milli 9 og 10 á kvöldin, þetta er svo mikil slökun.“

Sigga segist yfirleitt kenna seinnipartstímana úti, þá standa þáttakendur uppi á palli með dalinn fyrir framan sig.

„Þá horfum við bara yfir allan dalinn. Þetta er alveg geðveikt. En svo á milli tíma er líka hægt að fara í nudd og ýmislegt fleira á staðnum. Það er á vegum hollensku hjónanna en þau eru ekki að reka þetta með gróða í huga. Þetta snýst allt um að láta fólki líða

Það eru fimmtíu avókadótré í garðinum. Þegar þú situr í jógasalnum horfir þú í gegnum avókadótrén yfir í dalinn. Þetta er alveg ótrúleg upplifun.

Sigga Ásgeirs



Hollensku hjónin breyttu gömlu veitingahúsi í jógaathvarf. Fyrir utan gluggann vex avókadó á trjánum.

vel. Allt sem þú greiðir fyrir auka-lega, eins og nudd, rennur í sjóð sem hjónin nota til að bjóða upp á batamedferð fyrir konur sem hafa fengið brjóstakrabbamein.“

Sigga segir að þær Halla hlakki mikið til að fara aftur til Tenerife í febrúar og dvelja á þessum dásamlega stað.

„Okkur langar að halda námskeið þarna úti svona einu sinni til tvisvar ári. En við höfum líka verið með mini-útgáfur af því í Kramhúsinu fyrir þær sem komast ekki til Tene. Bara til að gefa smjörþefinn af þessu fyrir þær sem ekki hafa tök á því að fara út.“ ■



Hrein íslensk fæðubót frá Eylíf

Eylíf vörurnar fást í öllum apótekum, Hagkaup, Krónunni, Heilsuhúsinu, Fjarðarkaupum og Nettó

ókeypis heimsending á eylif.is ef keypt er fyrir 7000 kr eða meira

Vörulínan frá Eylíf

Vörulínan Eylíf býður upp á fimm vörur, **Active JOINTS**, **Stronger BONES**, **Smoother SKIN & HAIR**, **HappierGUTS** og nýjasta varan er **Stronger LIVER**, allt vörur sem hafa reynst fólki vel.

Vörurnar eru unnar úr hreinum, íslenskum hráefnum, engum aukaefnum er bætt við og framleiðslan er á Grenivík. Ólöf Rún Tryggvadóttir er stofnandi vörulínunnar Eylíf, en hugmyndin að henni kom til vegna þess að hana langaði að setja saman þau frábæru hráefni sem eru framleidd á á Íslandi á sjálfbæran hátt frá náttúrulegum auðlindum á Íslandi og auka þannig aðgengi fólks að þessum gæðahráefnum. Framleiðslan fer fram á Grenivík og þróun varanna er í samstarfi við sérfræðinga frá Matís.

Íslensku hráefnin sem notuð eru í allar Eylíf vörurnar eru:

- Kalkþörungur frá Bíldudal
- Smáþörungur (Astaxanthin) frá Reykjanesbæ
- GeoSilica frá Hellisheiði
- Kollagen frá Sauðárkróki
- Kítósan frá Siglufirði
- Íslenskar jurtir handtíndar frá fjölskyldufyrirtæki í Hafnarfirði

Fæðubótarefni kemur ekki í staðinn fyrir fjölbreytta fæðu. Ekki ætlað börnum eða barnshafandi konum. Ekki er ráðlagt að taka meira en ráðlagður dagskammtur segir til um. Geymist þar sem börn ná ekki til.

Athugið að ekki má taka D vítamín eða önnur fituleysanleg vítamín á sama tíma. Látið liða ca 2 klst á milli.

**Hreint óerfðabreytt
hráefni Íslensk framleiðsla
Heilsan er dýrmætust**

Nýjasta varan frá Eylíf er Stronger LIVER sem inniheldur fjögur íslensk hráefni:

- **Kítósan** er unnið úr rækjuskel, sem eru náttúrulegar trefjar og hefur staðfesta virkni
- **Kalkþörungur** sem eru mjög kalkríkir og innihalda 74 stein- og snefilefni frá náttúrunni, margar rannsóknir staðfesta virkni þess.
- Íslenski kísillinn frá **GeoSilica** sem hefur reynst vel og rannsóknir staðfesta virkni þess.
- **Íslensk hvönn** sem eru vel þekkt fyrir sína góðu áhrif á meltinguna í gegnum tíðina
- Við styrkjum blönduna með öflugri blöndu af kólín, mjólkurpistli og C vítamíni.

Kólín stuðlar að viðhaldi eðlilegarar starfsemi lifrar og að eðlilegum fituefnaskiptum.



Hrafnhildur Jónsdóttir

Leið fljótt betur í öllum liðum með Active JOINTS frá Eylíf

Hrafnhildur Jónsdóttir hefur lengi verið þjökkuð af gigt með tilheyrandi liðverkjum. Hún er mikill hestamaður auk þess sem hún starfaði lengi sem tamningamaður. Hrafnhildur prófaði **Active JOINTS** frá Eylíf og er gríðarlega ánægð með góð áhrif á liðleika og hreyfingu.

„Ég er búin að taka **Active JOINTS** frá Eylíf frá því það kom á markað. Ég er gigtarsjúklingur og hef prófað ýmis fæðubótarefni til að liðka liðina. Þegar mér var bent á að prófa **Active JOINTS** frá Eylíf lét ég slag standa og sé ekki eftir því. Ég fór mjög fljótt að finna mun á liðleika mínum auk þess sem mér til undrunar styrktust neglur og hárið varð meðfærilegra og þykkara. Þetta efni hefur því haft margvísleg góð áhrif á liðan mína. Ég er með spengdan hrygg og brjós-klos

í hálsi og var alltaf að leita eftir góðum lausnum fyrir mig þar sem ég vil geta hreyft mig. **Active JOINTS** frá Eylíf tekur smá tíma að byrja að virka almennilega en síðan fer maður að finna reglulega mikinn mun. Ég kannski fann það best þegar ég hætti að taka **Active JOINTS** á tímabili. Þá varð liðan mín bara öll miklu verri og ég stirðari,“ segir Hrafnhildur. „Ég fór þá að taka það aftur og sá að þetta gerði mér mjög gott,“ segir hún.

„**Active JOINTS** smyr liðina og í þessu eru efni sem mig vantaði,“ bætir hún við. Hrafnhildur segir að það skipti hana miklu máli að **Active JOINTS** sé íslensk vara. „Mér finnst gott að vita um uppruna vörunnar. Ég vel alltaf frekar íslenska vöru ef það er mögulegt.

Líður betur og er ánægður með Stronger LIVER frá Eylíf

Mér var bent á að prófa **Stronger LIVER** frá Eylíf og ákvað ég að slá til. Ég hef verið í eftirliti hjá læknum mínum vegna heilsufarsins og fer reglulega í tékk og blóðprufur.

Eftir að hafa notað **Stronger LIVER** í nokkra mánuði þá kom í ljós að blóðprufan kom óvenjulega vel út, öll gildin fyrir lifrina voru mun betri en áður. Þetta kom mér skammtilega á óvart og hef ég verið mjög ánægður með vöruna því að mér liður vel af því að nota hana.

Því get ég sagt með sanni að ég mæli með **Stronger LIVER** frá Eylíf og ætla að halda áfram að nota vöruna.

Ragnar Þór Alfreðsson - Trésmiður



Þjónusta

Málarar

MÁLARAR
Tökum að okkur alla almenna málningavinnu, við erum fagljærðir með mikla reynslu og sanngjarnir í verðum.
s. 782 4540 loggildurmalari@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

Húsaviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

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

Spádómar

SPÁMIÐILL
ER BYRJUÐ AFTUR

• SPÁ Í SPIL OG KRISTALSKÚLU
MEÐ HJÁLPIÐ AÐ HANDAN
• HEILUN

ÞÓRA FRÁ BREKKUKOTTI
S. 5574391

Rafvirkjun

DYRASÍMAR WIFI-NET
SJÓNVARP Uppsetning - viðhald
Rafeindameistarinn ehf 777-4944

Keypt & Selt

Til sölu



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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

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

Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

Heilsa

Heilsuvörur

gott cbd.is

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN Í MEST LESNA ATVINNUBLAÐI LANDSINS!*

*Samkvæmt prentmælingum Gallup

Beinn sími: 550 5625
Sölufulltrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár

hagvangur.is

HAGVANGUR

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um framkvæmdaleyfi í Reykjavík

Arnarnesvegur - 3 áfangi

Framkvæmdaleyfi fyrir Arnarnesveg, 3 áfanga, var samþykkt á afgreiðslufundi skipulagsfulltrúa 18. nóvember 2022. Hægt er að nálgast gögn um framkvæmdina á eftirfarandi vefslóð <https://2021.reykjavik.is/skipulag-i-kynningu/arnarnesvegur-3-afangi>. Kærufrestur til úrskurðarnefndar umhverfis og auðlindamála er einn mánuður frá auglýsingu.

Reykjavík 17. janúar 2023
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinna gjalda að gera skil nú þegar eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 16. janúar 2023, virðis- aukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 5. janúar 2023 og önnur gjaldfallin álögð gjöld og ógreiddar hækkanir er fallið hafa í eindaga til og með 16. janúar 2023, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisauka- skatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengis- gjaldi, bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, olíugjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendra framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, árgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteigna- gjöldum, skipulagsgjaldi, skipagjöldum, jarðarafgjaldi, sektum skattrannsóknarstjóra, ofgreiddri uppbót á eftirlaun, ofgreiðslu stuðnings úr ríkissjóði vegna greiðslu hluta launakostnaðar á uppsagnarfresti, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi hand- hafa markaðsleyfis, veiðigjaldi og álögðum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt álagi á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, útvarpsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldraðra, slysatrygg- ingagjald vegna heimilisstarfa, auðlegðarskattur og viðbótar auðlegðarskattur, fjármagnstekjuskattur ásamt álagi á ógreiddan fjármagnstekjuskatt, ógreiddur tekjuskattur af reiknuðu endurgjaldi ásamt álagi, búnaðargjald, sérstakur fjársýsluskattur, sér- stakur skattur á fjármálafyrirtæki, jöfnunargjald alþjónustu, ofgreiddar barnabætur og ofgreiddar vaxtabætur.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjárnámsgjald í ríkis- sjóð er 13 þúsund kr. fyrir hvert fjárnám. Eru gjaldendur hvattir til að gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað. Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, afdreginn fjármagnstekjuskatt, áfengisgjald, fjársýsluskatt, gistináttaskatt og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrir- vara, þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og kílómetragjald mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögveð fylgir mega búast við að send verð út sérstök greiðsluáskorun fyrir gjaldföllum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuúrræði þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 17. janúar 2023

Ríkisskattstjóri	Sýslumaðurinn á Norðurlandi vestra	Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sýslumaðurinn á Vesturlandi	Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra	Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Vestfjörðum	Sýslumaðurinn á Austurlandi	Sýslumaðurinn á Suðurnesjum



VANTAR ÞIG STARFSMANN

**Atvinnuauglýsing hjá
HH Ráðgjöf kostar
aðeins 24.500 kr.***

**Og þú getur notað ráðningarkerfið
okkar til að vinna úr umsóknum**

Fjöldi umsækjenda á skrá

**ÓDÝRT, EINFALT
OG SKILVIRKT**

*Verð er án vsk.

HH RÁÐGJÖF www.hhr.is
Sími: 561 5900 - hhr@hhr.is

Endurauglýsing um breytt deiliskipulag í Kópavogi

Hafnarbraut 2-10, Kársnesbraut 108-114. Breytt deiliskipulag.

Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 08. mars 2022 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Hafnarbraut 10.

Í breytingunni felst að íbúðum fjölgi um 8, verði 48 í stað 40 í sama rými og fyrir er og að bílgeymsla verði stækkuð neðanjarðar og fjöldi bílastæða á lóð verði í samræmi við íbúðarstærðir.

Tillagan er sett fram á uppdráttum í mkv. 1:1000 ásamt greinargerð og skýringarmyndum dags. 9. september 2022, uppfært 13. janúar 2023. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Vakin er athygli á prentvillu í auglýsingu sem birtist í Fréttablaðinu laugardaginn 14. Janúar 2023 og hefur nú verið leiðrétt. **Tillaga að breyttu deiliskipulagi fyrir Hafnarbraut 10 er nú auglýst að nýju. Tillagan helst óbreytt.**

Eftirfarandi leiðrétting hefur verið gerð á auglýsingu:

Í fyrri auglýsingu var talað um að íbúum fjölgi um 8, verði 48 í stað 40. Þar hefði átt að standa íbúðum fjölgi um 8, verði 48 í stað 40.

Ofangreind tillaga er aðgengileg á vef Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is og í þjónustuveri bæjarins að Digra-nesvegi 1. Ef óskað er eftir nánari upplýsingum um tillöguna er hægt að senda fyrirspurn á starfsfólk skipulagsdeildar á netfangið skipulag@kopavogur.is.

Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. Athugasemdir og ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulagsdeildar, Digra-nesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en **kl. 16:00 fimmtudaginn 2. mars 2023.**



Kópavogsbær

Skipulagsfulltrúinn í Kópavogi.

kopavogur.is



HITAVÍR Í RENNUR

Eru rennurnar fullar af grýlukertum? Er hættu á að vatnið leki inn eða rennurnar brotni? Hitavír í lengdum með hitastilli eða í metratali.

LOFTVIFTUR

Er hitinn allur uppi?

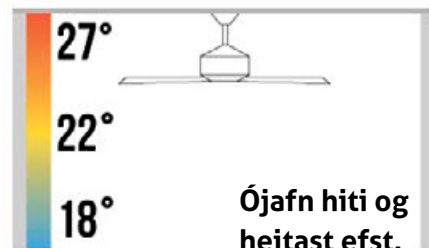
Dreifðu varmanum betur!

Haltu loftinu á hreyfingu

Sjáðu úrvalið www.viftur.is



Án viftu



Með viftu



Loftviftur spara orku með því að jafna hitastigið. Þeim mun meiri hæð, þeim mun meiri sparnaður. Á sumrin kæla vifturnar.

ÍSHÚSIÐ - LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMÍÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA

íshúsið
S:566 6000 • Smíðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

viftur.is

Slakt lið Suður-Kóreu engin fyrirstaða

Íslenska landsliðið í handbolta átti ekki í neinum vandræðum með Suður-Kóreu þegar liðin áttust við á Heimsmeistarumótinu í gær. Íslenska liðið leiddi nánast allan leikinn og vann að lokum 38-25 sannfærandi sigur.

hordur@frettabladid.is

HANDBOLTI Eftir gríðarleg vonbrigði á laugardag gegn Ungverjalandi vann íslenska liðið sannfærandi sigur í gær. Suður-Kórea var fyrir fram slakasta liðið í riðlinum og það mátti sjá nokkuð snemma í leiknum að sigurinn yrði aldrei í hættu. Guðmundur Þórður Guðmundsson, þjálfari liðsins, hafði legið undir gagnrýni síðustu daga fyrir að nota leikmannahóp sinn ekki nógu vel. Í leiknum gegn Suður-Kóreu rúllaði Guðmundur vel á liðinu og fengu lykilmenn hvíld sem gæti reynst dýrmætt í milliriðli. Suður-Kórea komst í 1-0 en eftir það var íslenska liðið með forystu allt til loka leiks. Hornamennirnir Óðinn Þór Ríkharðsson og Bjarki Már Elisson voru afar atkvæðamiklir en Óðinn kom sterkur inn í liðið eftir mikla bekkjarsetu.

Lokastaðan var 38-25 sigur Íslands. Frammistaða Suður-Kóreu var ekki merkilega og aldrei spurning um hvar sigurinn myndi lenda. Stórsigur Íslands gefur þó litlar vísbendingar um framhaldið því mótspyrnan var nánast engin en íslenska liðið var betra á öllum sviðum leiksins.

Fagleg frammistaða

Arnar Daði Arnarsson, þáttarstjórnandi Handkastsins og einn fróðasti maður Íslands um handbolta, var ánægður með það sem hann sá í leiknum „Þetta var fagleg frammistaða, þeir gera út um þennan leik í byrjun með því að gera þessi sjö mörk snemma leiks. Það var ekkert óvænt í byrjunarliðinu, maður bjóst við því að Viggó (Krist-



Bjarki Már Elisson skoraði átta mörk í gær og var frábær í vinstra horninu sem fyrr.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



Hann hefði hæglega getað hvílt Ómar í fyrstu tveimur leikjunum miðað við þessa frammistöðu hjá Viggó.

Arnar Daði Arnarsson, þáttarstjórnandi Handkastsins

jánsson) og Óðinn myndu byrja, Viggó var óheppinn með skotin og með óþarflega marga tapaða bolta en var með fullt afstöðsendingum. Hann hefði hæglega getað hvílt Ómar í fyrstu tveimur leikjunum miðað við þessa frammistöðu hjá Viggó,” segir Arnar Daði.

„Óðinn var með stjórnuframmistöðu og sýnir það að hann er kominn miklu lengra en flestir gera sér grein fyrir. Hann er orðinn einn af betri hægri hornamönnum í heimi, með frábæra skotnýtingu og mjög markagráðugur. Hraður upp völlinn.“

Arnar var einnig ánægður með að sjá markvörðinn unga, Viktor Gísla Hallgrímsson, gera vel en hann varði 23 skot í leiknum og var valinn maður leiksins. „Það var ánægjulegt að sjá Viktor Gísla byrja, mig grundaði það fyrir þennan leik. Það er ánægjulegt að hann átti þennan leik sem hann átti, það er mikilvægt upp á framhaldið. Það hefði alveg getað farið svo að hann hefði lítið varið og væri ekki með sjálfstraust, ég veit ekki hvort hann fái byrjunarliðssæti í næsta leik því Björgvín Páll hefur varið vel. Það er gott að hafa báða markverðina á tánum,” segir Arnar.

Ómar er mjög tæpur

Guðmundur Þórður, þjálfari liðsins, var gagnrýndur fyrir að nýta ekki hóp sinn betur í fyrstu tveimur leikjum mótsins. Var það talið hafa kostað liðið á lokakaflanum gegn Ungverjum. „Mál málanna hefur verið hvernig Guðmundur notaði hópinn í fyrstu tveimur leikjunum, Hann viðurkenndi það eftir Ungverja-leikinn að hann tók þá ákvörðun fyrir mótið að hann ætlaði að spila á átta til níu mönnum í fyrstu tveimur leikjunum og rótera svo. Sú ákvörðun felldi okkur í leiknum gegn Ungverjum. Það var ótrúlegt ákvörðun að treysta ekki Viggó, Janusi og fleirum. Þá hefðu Ómar, Aron og Gísl Þorgeir fengið hvíld og verið ferskari,” segir Arnar ánægður með hvíldina sem leikmenn fengu í gær.

Besti maður liðsins, Ómar Ingi Magnússon, kom ekkert við sögu í leiknum en hann hefur verið mjög tæpur vegna meiðsla. Eitt-hvað sem hefur ekki komið fram áður. „Það hefur ekki komið mikið fram en Ómar Ingi Magnússon æfir lítið sem ekkert með Magdeburg í Þýskalandi þegar þeir spila tvo leiki í viku. Þá æfir hann lítið sem ekkert, þetta er eitthvað sem kom ekki nógu mikið fram fyrir mót. Ómar Ingi er ekki á sama stað og hann var fyrir ári síðan þegar hann fór á kostum. Þrátt fyrir að þetta hafi ekki komið fram í fjölmiðlum þá var Guðmundur Þórður meðvit- aður um þetta og hefði átt að fara betur með hann. Þá hefði Ómar mögulega ekki verið búinn á því síðast korteríð gegn Ungverjum,” segir Arnar sem horfir brattur á framhaldið.

Þegar Fréttablaðið fór í prentun var leik Ungverjalands og Portúgals sem leika í sama riðli, ekki lokið. Niðurstaðan úr þeim leik mun segja til um hvort íslenska liðið vinni riðilinn eða ekki. Íslenska liðið leikur á miðvikudag í milli- riðli en nánar má lesa um mótið og andstaðinga Íslands á Frettabla- did.is. ■

Ný þjóðarhöll verði heimili allra íþróttagreina landsins

kristinnpall@frettabladid.is

ÍPRÓTTIR „Mér finnst þetta vera metnaðarfullt og stórhuga, það eru stórhuga hugmyndir sem fleyta okkur áfram. Ef við erum stórhuga í þessari uppbyggingu getum við skapað aðstæður sem geta aðstoðað okkar fólk að ná frábærum árangri á sviði íþróttar,” segir Katrín Jakobsdóttir um nýjustu vendingar í mál- efnum þjóðarhallar.

„Við erum að horfa til næstu áratuga við að byggja upp frábæra aðstöðu. Við vitum að íslenskt íþróttafólk hefur náð frábærum árangri en það skiptir líka miklu máli að hlúa vel að því og einnig að við notum þetta tækifæri til að hlúa betur barna- og ungmennastarfi og eflum um leið almenna íþróttaiðkun.“

Í gær kynnti ríkisstjórn niður- stöður framkvæmdanefndar um þjóðarhöll sem vonir standa til að verði tilbúin í árslok 2025. Heildar- kostnaður verkefnisins er fimmtán milljarðar íslenskra króna og hefst útboð á hönnun og framkvæmd á næstu mánuðum eftir að ríki og borg verða búin að semja um rekstrar- fyrirkomulag. Umrædd höll, sem verður staðsett við Suðurlands- brautina, mun taka 8.600 manns í sæti á íþróttaviðburðum og vera fjölnota og þannig nýttast um leið undir tónleikahald.

„Markmiðið er að þessi höll þjóni fjölbreytilegu hlutverki, hún verði



Markmiðið er að þessi höll þjóni fjölbreytilegu hlutverki, hún verði að miðstöð afreksstarfs á Íslandi.

Katrín Jakobsdóttir

að miðstöð afreksstarfs á Íslandi, æfingarármi fyrir ungmenni landsins, rými til tónleikahalds og fleira. Það eru spennandi möguleikar barna og ég er sjálf spenn- at þetta gæti orðið að miðstöð lýðheilsu og almenningsíþróttar. Það er núna okkar, ríkis og borgar, að semja um kostnaðarskiptinguna. Það er auðvitað stór þáttur í þessu, en það tókst vel í tilviki Hörpunnar og við ætlum okkur að standast þessa tímaáætlun,” segir Katrín.

Hannes S. Jónsson, formaður

Körfuknattleikssambands Íslands, var hluti af starfshóp um nýja þjóð- arhöll sem var skipaður í ársbyrjun 2020 og er ánægður með nýjustu vendingar í málinu og að það sé komin dagsetning.

„Þetta er frábær tilfinning og áframhald af því starfi sem hefur verið unnið síðustu mánuði og ár. Það var ekki fyrr en síðasta vor sem hjólin fóru að rúlla með vilja- yfirlýsingunni en núna erum við klárlega að sjá þetta raungerast,” segir Hannes S. Jónsson, formaður

Eina hindrunin í vegi þess að hægt sé að hefja útboðið er að ríki og borg eiga enn eftir að komast að loka- samkomulagi um rekstrar- fyrirkomulag.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI

Körfuknattleikssambands Íslands, glaðbeittur um málefni nýrrar þjóðarhallar.

„Þetta verður ofboðslega mikil- vægt sem heimili fyrir allar íþróttar- greinar og um leið heimili landslið- anna okkar. Þessi höll er ekki bara fyrir keppnisviðburði því þetta er líka æfingasvæði fyrir fjölmargar íþróttagreinar og gæti því orðið mikið gæfuspor til næstu áratuga.“

Í skýrslunni kemur fram að það hafi verið skoðað að byggja minni höll sem myndi taka fimm til sex þúsund en að það hafi ekki verið verulegur kostnaður að bæta við þrjú þúsund sætum. Þá er gert ráð fyrir að líftími hallarinnar verði áttatíu ár.

„Ég held að þessi höll eigi eftir að standast allar væntingar. Í fyrstu var fólk hrætt við að þetta yrði ein- göngu handbolta- og körfubolta- höll en þetta verður ekki einangrað fyrir einstakar íþróttagreinar,” segir Hannes.

Í körfuboltanum síðastliðin ár hefur Evrópumótið (e. EuroBasket) iðulega farið fram í nokkrum löndum á sama tíma og opnar þetta möguleikann á að riðill fari fram á Íslandi, þótt að það sé enn hæpið að sögn Hannesar.

„Þetta opnar vissulega slíka möguleika, þó að það sé erfitt að fá viðburð af þessari stærðargráðu til Íslands í svona stórrí íþróttagrein eins og körfubolta. En þessi höll gerir það vissulega að möguleika.“ ■



Finnur þú **PLAY** á flugi í Fréttablaðinu?

Fréttablaðið og PLAY ætla að bjóða heppnum lesanda Fréttablaðsins **100.000 króna** gjafabréf frá PLAY í hverri viku fram að 11. febrúar.



Skannaðu mig

Til að taka þátt í leiknum þarft þú að

1) Finna PLAY flugvélina á flugi í Fréttablaðinu.

2) Segja okkur á hvaða blaðsíðu þú fannst PLAY flugvélina og skrá það á **www.frettabladid.is/lifid/playleikur**

PLAY
FRÉTTABLAÐIÐ

*Því oftar sem þú skráir þig, því líklegra er að þú vinnir.
Fréttablaðið kemur út 5 daga vikunnar, frá þriðjudegi til laugardags.





+

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Jenny Lind Valdinarsdóttir
Hæðargarði 7a,
Reykjavík,
lést á Hrafnistu í Hafnarfirði,
fimmtudaginn 5. janúar.
Útför hennar fer fram frá Akraneskirku þriðjudaginn 17. janúar kl. 11. Streymt verður frá athöfninni á vef Akraneskirku, www.akraneskirka.is.

Friðrik Friðriksson
Elsa Friðriksdóttir
Jórunn Friðriksdóttir
Valdimar Leó Friðriksson
Adolf Friðriksson

Halldóra H. Arnardóttir
Sigurður Björnsson
Ómar Sigurðsson
Þóra H. Ólafsdóttir
ómmubörn og langómmubörn



+

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Jóhannes Viðir Haraldsson
flugstjóri,
Forsölum 1,
lést á Líknaardeild Landspítalans 12. janúar. Útförin verður auglýst síðar.

Skapti Jóhannesson
Haraldur Jóhannesson
Jökull Trausti, Matthías, Kristófer Viðir, Ásdís Elin, Jóhanna Kara og Fróði

Hólmfríður Sigurðardóttir
Soffía Guðrún Gísladóttir



+

Kær systir, mágkona og frænka,
Erla Guðbjörg Jónsdóttir
áður til heimilis á Hvalsveili,
lést á hjúkrunarheimilinu Mörkinni 12. janúar sl.
Útförin fer fram frá Áskirkju Reykjavík þriðjudaginn 24. janúar kl. 13.00.

Fyrir hönd aðstandenda,
Ómar G. Jónsson



Útfararstofa Íslands
www.utfarin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892
Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað



Sverrir Einarsson
S: 896 8242



Jóhanna Eiríksdóttir



Jón G. Bjarnason
S: 793 4455



Útfararstofa Hafnarfjarðar
www.utfararstofa.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði





Útfararþjónusta í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Leiðangurinn sem breytti lífinu

Tíu ár eru liðin frá því að Vilborg Arna Gissurardóttir lauk göngu sinni á Suðurlpólinn. Þangað gekk Vilborg ein og það gerði hún fyrst Íslendinga.

birnadrofn@frettabladid.is

Vilborg Arna Gissurardóttir lauk á þessum degi fyrir tíu árum göngu sinni á suðurlpólinn. Hún var fyrst allra Íslendinga til að ganga ein síns liðs á Suðurlpólinn. Vilborg Arna flaug frá Íslandi til London í byrjun nóvember árið 2012 og þaðan til Punta Arena í Chile. Hún dvaldi í Union Glacier-tjaldbúðunum í nokkra daga en var svo flogið þaðan til Hercules Inlet og þaðan hóf hún göngu sína.

Upphaflega stóð til að gangan tæki 50 daga en vegna aðstæðna lengdist gangan um 10 daga og Vilborg gekk 1.140 kílómetra á 60 dögum. Hún gekk um 18 kílómetra á dag í um 26 gráða frosti.

Á meðan Vilborg gekk á pólinn stóð yfir söfnun til styrktar Kvinnadeild Landspítalans en Vilborg safnaði um fimm milljónum með göngunni.

Vilborg Arna segist muna vel eftir þessum degi fyrir tíu árum síðan. „Þetta var mikill tilfinningarússíðni, ég var hlæjandi og grátandi til skiptis,“ segir hún.

„Það sat svolítið í mér að mér fannst allt í lagi að fara ein í gegnum allt ferðalagið en ég var rosa leið að það væri enginn til að fagna með mér. Svo skritin tilfinning að ná einhverjum svona rosalegum áfanga og vera bara ein,“ segir Vilborg Arna.

Hún bætir við að hún hafi svo hitt fjóra stráka, það hafi verið ákveðin sárabót. „Þeir höfðu verið að ganga styttri leið, svona 100 kílómetra. Ég þekkti þá ekki neitt en þeir föðmuðu mig og svona,“ segir hún. „Þetta var leiðangur sem breytti lífi mínu,“ segir Vilborg en frá því að hún fór á Suðurlpólinn hefur hún unnið við verkefni sem tengjast útivist á einn eða annan hátt.

„Ég var til dæmis á Suðurlpólum um jólin, en þá var ég að stýra teymi, í ráðgjafahlutverki. Svo þetta hefur opnað á skemmtileg tækifæri og verkefni,“ segir Vilborg.

Vilborg Arna á Suðurlpólum 17. janúar árið 2013.

MYND/ADSEND

Vilborg gekk um 18 kílómetra á dag í um 26 gráða frosti. Gangan tók 60 daga.

Hún segir að til þess að ná stóru markmiði, í líkingu við það að ganga ein á Suðurlpólinn, sé mikilvægt að hugsa vel um sjálfan sig. „Maður þarf að vera tilbúinn á öllum sviðum og geta tekist á við alla þætti, sama hvort þeir eru líkamlegir eða andlegir, ef eitthvað eitt er brotið þá er maður aldrei að fara að ná þessum árangri,“ segir hún.

Vilborg hefur áður sagt það í viðtölum að þegar hún sé í göngum og leiðöngurum hlusti hún mikið á hljóðbækur og hlaðvörp. Hún segir margt hafa breyst á áratugnum síðan hún gekk á pólinn.

”

Þetta var mikil tilfinningarússíðni, ég var hlæjandi og grátandi til skiptis.

„Ég gat alveg hlaðið og svona, ég var með sólarrafhlöðu en þarna var ég með ipod, ekki símann, maður þurfti að hlaða öllu niður á ipodinn og það voru ekki áskriftarþjónustur þannig að ég fékk vini til að setja efni á ipodinn. Þarna voru heldur engin hlaðvörp svo það hefur margt breyst,“ segir Vilborg.

Myndir þú vilja gera þetta aftur?
„Ég hugsa að ég myndi ekki fara þarna ein, en ég gæti alveg hugsað mér að „gæða“ einhvern, fara með einhverjum eða eitthvað svoleiðis,“ segir hún. ■



+

Elskulegur faðir okkar, stjúpfaðir, tengdafaðir, afi og langafi,
Kristófer Garðar Jónsson
Álfheimum 46, Reykjavík,
sem lést miðvikudaginn 4. janúar verður jarðsönginn frá Langholtskirku fimmtudaginn 19. janúar kl. 13.00.
Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Landsbjörg.

Sigfús Garðarsson
Ástríður Garðarsdóttir
Bára Garðarsdóttir
Einar Páll Garðarsson
Berglind Garðarsdóttir
Margrét Rikharðsdóttir
Guðmundur Ágústsson
barnabörn og barnabarnabörn

Kristjana O. Kristjánsdóttir
Sigríður O. Hrólfsdóttir
Þórarinn Gunnarsson
Egill H. Bjarnason
Sigríður Sigurðardóttir



+

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir og amma,
Kristbjörg Ólafsdóttir
frá Bergvík,
sem lést á hjúkrunarheimilinu Sóltúni 23. desember, verður jarðsöngin frá Grafarvogskirkju miðvikudaginn 18. janúar klukkan 13.00.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,

Jón Víkar Jónsson
Karítas Erla Jóhannesdóttir
Jakobína J. Jóhannesdóttir
Ólafur Þorkell Jóhannesson
Dóra St. Jóhannesdóttir
Sveinbjörn V. Jóhannesson

María Guðmundsdóttir
Guðmundur Hafsteinsson
Ólafur H. Steingrímsson
Andrea Ingibjörg Gísladóttir
Sigrún Jóna Héðinsdóttir



+

Móðir mín, systir og amma,
Inga Guðfinna Hafsteinsdóttir
lést á heimili sínu í Alicante á Spáni miðvikudaginn 2. janúar.
Útför hennar fer fram í kyrrþey.

Hafsteinn Thorberg Pálsson
Jón Garðar Hafsteinsson **Lena Lenharðsdóttir**
barnabarn og fjölskylda



+

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Kolbrún Gunnlaugsdóttir
tannsmíður,
Lækjasmára 96,
lést á heimili dóttur sinnar á Bonaire í Karabíska hafinu þann 14. janúar sl.
Minningarathöfn mun fara fram síðar.

Þorbjörg Jónsdóttir
Kristín Anna Jónsdóttir
Ásdís Ýr Ólafsdóttir
Kolbrún Ýr Ólafsdóttir
Jón Karel Sedney
Natani Rós Margrét Sedney
og barnabarnabörn

René Sedney
Svavar Stefánsson
Ólafur H. Torfason

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

BRAD PITT

MARGOT ROBBIE



FROM THE DIRECTOR OF LA LA LAND AND WHIPLASH

BABYLON

KEMUR Í BÍÓ 20. JANÚAR - FORSALA HAFIN

C21
SOUNDTRACK ALBUM
ON INTERSCOPE RECORDS



SJÓNVAPSDAGSKRÁ

HRINGBRAUT

18.30 Fréttavaktin Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 Matur og heimili Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl. (e)
19.30 Undir yfirborðið Ásdís Olsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt. (e)
20.00 Vísindin og við Vísindin og við er þáttaröð um fjölbætt fræða- og rannsóknarstarf innan Háskóla Íslands. (e)
20.30 Fréttavaktin (e)
21.00 Matur og heimili (e)

RÚV SJÓNVARP

13.00 Heimaleikfimi
13.10 Kastljós (e)
13.35 Útsvar 2016-17 (Vestmannaeyjar - Kópavogur)
14.45 Enn ein stöðin
15.10 Meistarinn - Anne Sofie von Otter
15.30 Með okkar augum
16.05 Lífsins lystisemdir
16.35 Menningarvikan
16.55 Bækur og staðir
17.05 Íslendingar
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Pósturinn Páll
18.16 Jasmin & Jónbi
18.23 Drónarar
18.45 Krakkafréttir
18.50 Lag dagsins
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.05 Kveikur Kveikur er fréttaskýringapáttur þar sem áhersla er lögð á rannsóknarblaðamennsku og almennar fréttaskýringar.
20.55 Tölvuhakk - Fritt spil?
21.25 Vogun vinnur
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Eldfimt leyndarmál Meghan er vinsæll áhrifavaldur á samfélagsmiðlum en Agatha vinafár hilluraðari í stórmarkaði. Þær eiga fátt sameiginlegt annað en eitt eldfimt leyndarmál sem gæti steypst allri þeirra tilveru í glötun og að vera báðar komnar á steypirinn.
23.10 Skylduverk
00.10 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Tónlist
13.00 Dr. Phil
13.41 The Late Late Show
14.20 The Block
15.04 George Clarke's Flipping Fast
16.55 Survivor
17.40 Dr. Phil
18.25 The Late Late Show
19.10 The Block
20.10 Heartland
20.55 FBI
21.45 4400
22.30 The Man Who Fell to Earth.
23.20 The Late Late Show
00.05 NCIS Bandarísk sakamála-sería sem fjallar um rannsóknarsveit bandaríska sjóhersins.
00.50 NCIS: Los Angeles
01.30 New Amsterdam
02.15 Women of the Movement
03.00 Good Trouble
03.45 Tónlist

STÖÐ 2

08.00 Heimsókn
08.15 Grand Designs
09.00 Bold and the Beautiful
09.20 Blindur bakstur
09.55 Impractical Jokers
10.15 The Greatest Dancer
11.30 Conversations with Friends
11.15 Vitsmunaverur
12.30 The Carrie Diaries
13.10 Listing Impossible
13.55 The Great British Bake Off
14.50 Manifest
15.30 The Masked Singer
16.35 Supergirl
17.20 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 Shark Tank
19.50 Masterchef USA Í tölftu þáttaröð eru mættir til leiks vinsælir keppendur úr fyrri þáttaröðum sem þurftu að horfa á eftir bikarnum til andstæðinga sinna en fá nú annað tækifæri til að sanna sig. Það verður því barist til síðasta blóðdropa enda hafa þau öll eitthvað til að sanna.
20.30 S.W.A.T.
21.10 War of the Worlds
22.00 Unforgettable
22.45 Showtrial
23.40 Our House
00.25 Prodigal Son
01.10 Tell Me Your Secrets
01.55 Grand Designs
02.40 Conversations with Friends
03.10 Manifest

Vísindasamfélagið í Háskóla Íslands opnað upp á gátt

Þessar vikurnar er önnur röðin af þáttunum Vísindin og við á dagskrá Hringbrautar, en þar kynnst áhorfendur því fjölbreytta vísindastarfi sem fram fer innan veggja HÍ. Stór hluti af starfi prófessora skólans lýtur að rannsóknnum af öllu tagi sem svo skilar sér í margvíslegum úrbótum í samfélaginu. Þáttaröðinni stýra Sigmundur Ernir Rúnarsson og Þóra Katrín Kristinsdóttir. ■



KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT
1 söngleikur
5 færa
6 tveir eins
8 ávöxtur
10 íþróttafélag
11 úthald
12 bónbjargir
13 megn
15 skilgreining
17 letrun

LÓÐRÉTT
1 aukast
2 efnasamband
3 kostur
4 gagn
7 dottinn
9 dyntir
12 hiði
14 ferð
16 tveir eins

LÁRÉTT: 1 revla, 5 yta, 6 ff, 8 meilóna, 10 kr, 11 þol, 12 betl, 13 stæk, 15 tulkkun, 17 ritun.
LÓÐRÉTT: 1 rýmkastr, 2 eter, 3 val, 4 afnot, 7 fallinn, 9 óþekkt, 12 bæli, 14 túr, 16 uu.

SUDOKU

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

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

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

Frode Øverli



FKA

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Fimmtudaginn 26. janúar gefur Fréttablaðið út sérblað um:

KONUR Í ATVINNULÍFINU

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

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

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

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Hvernig hljómar það sem þú sérð?



Beltone **Imagine**™ – hágæða heyrnartæki

Hljóðheimurinn er stór hluti lífs okkar. Við hjálpum þér að njóta hans með hágæða heyrnartækjum sem bæta lífsgæði þín til muna. Komdu í ókeypis heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki lánuð til reynslu. Það gæti verið farmiðinn þinn inn í ævintýraheim hljóðsins.

Kringlunni • sími 568 7777 • heyrn.is

HEYRNARSTÖÐIN



Varaskeifa slær sölumet beggja vegna hafs

Varaskeifa, sjálfsævisaga Harry Bretaprins, situr á topplistum um allan heim. Bókin seldist upp á einum degi hér á landi, en hún kom í íslenskar verslanir á fimmtudag. Í Bandaríkjunum sló sala á útgáfudegi met Obama-hjónanna sem bæði rituðu sjálfsævisögu-metsölubækur.

ninarichter@frettabladid.is

Sjálfsævisaga Harry Bretaprins hefur slegið í gegn. Bókin, sem kallast á frummálinu Spare, er efst á lista hjá bæði Amazon og Barnes & Noble. Í breskri útgáfusögu hefur engin ævisaga selst jafn hratt og í öðru eins upplagi, og aðeins ein önnur bók hefur selst í stærra upplagi þvert á bókaflokka og er það bók um annan frægan Harry-galdrastrákinn Harry Potter.

Fjögur hundruð þúsund eintök af Varaskeifu seldust á útgáfudegi þar í landi, sé reiknað þvert á miðla, á prenti, hljóðbók og vefbók. Eru seld eintök 1,43 milljónir séu bandarískir og kanadískir markaðir teknir með. Bóksali á Skólavörðustíg full-yrti í samtali við RÚV að bókin hefði selst upp á einum degi.

Breska bóksalakeðjan Waterstones, greindi frá því í síðustu viku að bókin hefði verið vinsælasta bókin í forsölu í heilan áratug. Útgefandinn á Bretlandi er Transworld Penguin og Random House er útgefandinn í Bandaríkjunum, þar sem salan hefur nú þegar slegið met. Í tilkynningu frá verkefnastjóra útgáfunnar, Larry Finlay, segir: „Við vissum alltaf að bókin yrði fantavinsæl en salan hefur farið fram úr okkar villtustu draumum.“

Opinberar deilur árum saman

Slíkar fregnir ættu þó ekki að koma mikið á óvart, en Harry prins, her-toginn af Sussex og næstelsta barn Karls konungs og Díönu heitinnar, hefur verið fastagestur á síðum heimspressunnar frá fæðingu og hefur áhuginn margfaldast eftir að hann giftist bandarísku leik-konunni Meghan Markle, sem er orðin að einskonar prinsessustað-gengli fyrir bandarískan almenning í konungslausum sambandsríkjum. Hjónin sögðu sig frá konunglegum embættisskyldum árið 2020 og fluttu til Bandaríkjanna, ferli sem gekk ekki átakalaust fyrir sig. Hafa hjónin verið í opinberum deilum við konungsfjölskylduna síðan.

Ástæðurnar sem Harry prins hefur gefið fyrir því að skrifa ævi-sögu sína eru að segja sögu sína á eigin forsendum og veita lesendum heiðarlega og hreinskilna innsýn í líf sitt. Harry hefur um nokkurra ára skeið lýst vilja til að skýra frá erfiðri

reynslu sinni af bresku konungsfjölskyldunni og þeim atburðum sem leiddu til ákvörðunar hans og Meghan um að slíta formlegu sambandi við krúnuna. Að deila hugsunum sínum og tilfinningum um málefni gedheilbrigðis, ræða kynþáttahatur sem beinst hefur gegn Meghan frá almenningi, fjölmiðlafólki og innan úr höllinni. Þá er rödd sögumanns ólíkt opinskárri en lesendur eiga að venjast úr konunglegum ævisögum. Eiturlyfjaneysla, stríðsþátttaka og hneykslismál innan raða tiginbor-inna rata á síðurnar og hafa reynst slúðurmiðlum óþrjótandi fréttamatur frá útgáfu.

Stuðningur við Harry dalar

Á Bretlandi virðist þjóðin nokkuð klofin í afstöðu til Harrys og Meghan. Einhverjir hafa samúð með hjónunum og segjast styðja þau heilshugar á meðan aðrir eru gagn-rýnni og jafnvel þreyttir á „konunglegri dramatík ofurriks fólks í forréttindastöðu.“ Bresk skoðana-könnun YouGov bendir til þess að

”

Við vissum alltaf að bókin yrði fantavinsæl en salan hefur farið fram úr okkar villtustu draumum

Larry Finlay, bókaútgefandi

stuðningur við Harry sé að dala. Þá má spyrja hvort bókin komi til með að hafa áhrif á þau viðhorf.

Auk vaxandi deilna „varaskeifunnar“ við konung og ríkisarfa

hefur andlát Elisabetar Bretadrottningar á síðasta ári ýtt enn undir áhuga almennings. Leikin Netflix-þáttaröð um konungsfjölskylduna, The Crown, sem framleidd hefur verið frá árinu 2016, og nýir heimildarþættir frá sjálfum Harry og Meghan þar sem þau segja sína hlið mála, eru ekki síður breytur í því samhengi.

Dæmi um aðrar frægar ævisögur konungsfjölskyldunnar eru: A King's Story eftir Edward VIII., The Heart Has It's Reasons eftir Wallis Simpson, Diana: Her True Story eftir Andrew Morton, My Story eftir Sarah Ferguson, The Housekeeper's Diary eftir Wendy Berry, Kate eftir Claudia Joseph, Charles & Camilla: Portrait of a Love Affair eftir Brandreth og Gyles, The Diana Chronicles eftir Tina Brown, Richard II eftir Alison Weir, Henry VIII eftir David Starkey, Elizabeth I eftir Anne Somerset, George III eftir John Brooke, Victoria eftir Julia Baird og Elizabeth II eftir Sally Bedell Smith. ■

Efnistökin í Spare eru öllu grófari en lesendur eiga að venjast úr ævisögum konungborinna.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY



Undir annars stakki

BÆKUR

Skurn, ljóðsaga

Arndís Lóa Magnúsdóttir

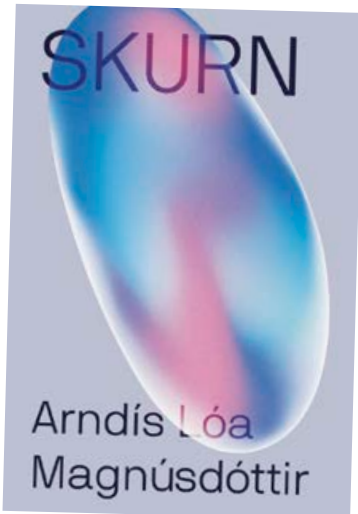
Útgefandi: Una, útgáfuhús.

Kristján Jóhann Jónsson

Ljóðsagan Skurn er raunsæilegt bókmenntaverk, hallar sér hvorki að furðum né stórmerkjum en með tungumálið að vopni freistar höfundurinn þess að ná taki á kunnuglegum vanda: Þó að við getum vítað margt um það hvernig öðrum líður, getum við þá nokkurn tíma skilið það til fulls? Það getum við auðvitað ekki og það veit ljóðmælendinn að sjálfsögðu allan tímann en hér eins og víðar er það ferðalagið en ekki áfangastaðurinn sem mestu

skiptir. Leiðin að markmiðinu er mikilvægari en markmiðið sjálft.

Þjáning okkar bitnar alltaf fyrst og fremst á þeim sem við elskum mest, segir jafnframt í ljóðsögunni Skurn og þetta er ekki orðrétt tilvitnun hér, en hugsunin er skýr. Sá sem við elskum mest er oft sá sem jafnframt elskar okkur mest. Í miðju þessarar ljóðsögu eru ein-eggja tvíburasystur og margir hafa haldið því fram að tengsl gerist ekki nánari en milli eineggja tvíbura. Önnur systirin slasast illa á höfði en hin þjáist og finnur til vanmáttar síns. Meginefni bókarinnar er viðureign þeirrar óslösuðu við eigin þjáningu og uppgjör við þá staðreynd að „maðurinn er alltaf einn“ svo að vitnað sé í bókartitil frá 1950. Maðurinn er að vissu



leyti alltaf einn og enginn veit hvað undir annars stakki býr. Engu að síður finnum við til með öðrum og þjáumst þegar ástvinir okkar eru í lífsháska. En við erum dæmd til að vera ein í þeirri þjáningu, rétt eins og ástvinurinn, hringum okkur saman eins og beltisdýr, hvert í sínu lagi, svo að vísað sé í myndmál bókarinnar, og reynum að verjast áreitinu.

Höfuðkúpan er brothætt eins og eggjaskurn. Þess vegna meðal annars getur líf okkar leikið á blápræði vegna óhapps sem gerist á augnabliki. Skurnin milli lífs og dauða er líka næfurpunn. Getur geymt inni í sér allt sem skiptir okkur máli en jafnframt brotnað á einu andartaki. Þekktur danskur höfundur notaði skurnina sem líkingu um

varnarleysi andlegs heilbrigðis og veruleikaskynjunar.

Líkingin við skurn hefur orðið vinsæl þegar menn vilja lýsa því sem virðist heilt og sterkt en getur brotnað umsvifalaust og eyðilagt líf okkar. Hér er hringurinn, kringla heimsins, kúluform höfuðsins og eggins, og jafnframt skurnin milli lífsins og tómsins eins og ljóðrænn þráður í bókinni.

Ljóðmælandi vikur oft að formi eða lögun til að víkja frá sér sársauka og allt sem kringlótt getur kallast verður annar burðarás í myndmálinu. Það er sterk leið til þess að segja frá sársaukanum án þess að nefna hann. ■

NIDURSTAÐA: Tilfinningarík ljóðsaga og fallegur texti.

Hér færðu Fréttablaðið á höfuðborgarsvæðinu



101

Sundhöllin
Olís Ánanaust
Nettó Granda
N1 Hringbraut
Krambúðin Skólavörðustíg
BSÍ
Bónus kjörgarði
Bónus Fiskislóð

102

Krambúðin Menntavegi
Háskóli Íslands
Reykjavíkurflygvöllur

103

Kringlan
Bónus Kringlunni

104

Glæsibær
Olís Sæbraut
Olís Álfheimar
N1 Klettagarðar
Iceland Glæsibæ
Húsasmiðjan Skútuvogi
Hagkaup Skeifan
Bónus Skútuvogi
Bónus Holtagarðar

105

World Class Laugum
Laugardalslaug
Nettó Nóatún
Krambúðin Lönguhlið
Krambúðin Laugalæk
Bónus Skipholt

107

N1 Ægissíðu
Melabúðin
Krambúðin Hjarðarhaga
Vesturbæjarlaug

108

Nettó Lágmúla
N1 Stóragerði
N1 Fossvogur
Krambúðin Grímsbæ
Múlakaffi
Bónus Skeifan

109

Olís Mjódd
Nettó Mjódd
N1 Skógarsel
Iceland Seljabraut

110

Árbæjarlaug
Olís Norðlingaholti
N1 Ártúnshöfði
Múrbúðin Kletthálsi
Bónus Hraunbær

111

Breiðholtslaug
Iceland Vesturbergi
Bónus Lóuhólar

112

World Class Egilshöll
Grafarvogslaug
Olís Gullinbrú
N1 Gagnvegi
Bónus Spöngin

116

Klébergslaug

170

World Class Seltjarnarnes
Sundlaugin Seltjarnarnes
Hagkaup Eiðistorgi

200

Sundlaug Kópavogs
N1 Stórahjalla
Iceland Engihjalla
Bónus Nýbýlavegur
Bókasafn Kópavogs

201

Salalaug
Smáralind
Hagkaup Smáralind
Nettó Salavegi
Bónus Smáratorgi
Elko Lindum

203

World Class Ögurhvarf
Nettó Búðarkór
Bónus Ögurhvarf

210

Ásgarðslaug
Olís Hafnarfjarðarvegi
Hagkaup Litlatún
Costco
Bónus Kaupþúni
Bónus Garðatorg

220

Sundhöll Hafnarfjarðar
Suðurbæjarlaug
Nettó Dalshraun
N1 Lækjargata
Húsasmiðjan Fjarðargötu
Fjörðurinn
Fjarðarkaup
Bónus Helluhraun

221

Ásvallalaug
Nettó Selhellu
Múrbúðin Selhellu
Iceland Staðarbergi
Bónus Tjarnarvellir

225

Álftaneslaug

270

Varmárlaug
Lágafellslaug
Olís Langatanga
Nettó Sunnukrika
N1 Háholt
Bónus Bjarkarholt

*Sífelmt fleiri staðir bætast við.
Fylgist vel með.

Stafrænar útgáfur



Skannaðu kóðann

Fréttablaðið

Mynduðu ástina við eldfjallið

Ljósmyndararnir Styrmir Kári Erwinsson og Heiðís Guðbjörg Gunnarsdóttir sérhæfa sig í brúðkaupsmyndum erlendra ferðamanna hér á landi. Síðastliðinn ágúst voru þau viðstödd brúðkaup bandaríks pars og tóku myndir sem unnið hafa til alþjóðlegra verðlauna.

odduraevar@frettabladid.is

„Þetta var svolítið öðruvísi,“ segir brúðkaupsljósmyndarinn Styrmir Kári sem myndaði bandaríska parið Alissu og Steven þar sem þau giftu sig í Meradölum þann 16. ágúst á síðasta ári, örskömmu áður en eld-gosið gaf upp öndina. Myndirnar af parinu hafa vakið alþjóðlega athygli og verið dreift ótalmörgum sinnum á samfélagsmiðlum. Þau Styrmir og Heiðís fengu alþjóðleg verðlaun frá Junebug fyrir myndirnar. Þau hafa starfað sem brúðkaupsljósmyndarar síðan 2015 og eru því öllu vön en fyrsta eldfjallabruðkaupið sitt mynduðu þau í Geldingadölum árið 2021.

„Þetta var skipulagt af teymi



Við höfum sérhæft okkur í að mynda ævintýraleg brúðkaup.

af brúðkaupsskipuleggjendum frá Pink Iceland. Parið flaug með þyrilu frá Reykjavíkflugvelli að gosstöðvunum ásamt athafna-stjóranum Tryggva Gunnarssyni frá Siðmennt, ljósmyndurum og kvikmyndatökumanni. Á gosstöðvunum tók á móti þeim fólk frá Pink Iceland og svo tók við göngutúr til að finna hentugan stað fyrir athöfn með tilliti til vindáttar, sjónarhorna og þess háttar,“ segir Styrmir.

Hann segir athöfnina hafa verið stutta en fallega. Allt hafi þurft að ganga upp, sem það hafi gert þennan dag. „Veðrið og gasið frá



Þau Alissa og Steven komust upp á fjall með þyrilu en röltu svo niður. MYND/STYRMIR OG HEIÐÍS

eldfjallinu var til friðs. Eftir athöfn var svo búið að skella upp smá pik-ník með freyðivíni, samlokum og heitu kakói. Svo röltu brúðhjónin um svæðið með ljósmyndurunum fyrir myndatöku fram í rökkur en þá gekk öll hersingin niður af fjallinu í þöku og grenjandi rigningu.“ Þau Styrmir og Heiðís eru öllu vön. „Við höfum sérhæft okkur í að mynda ævintýrleg brúðkaup fyrir fólk sem vill gera eitthvað svolítið öðruvísi á brúðkaupsdeginum sínum. Við erum því alvön að mynda í alls konar íslenskri náttúru, til dæmis upp á fjöllum og jöklum, niðri í hellum og undir fossum.“ ■



Parið var afar ánægt með útkomuna enda hafa myndirnar vakið verðskuldaða athygli á alþjóðavísu. MYND/STYRMIR OG HEIÐÍS

SÉRFRÆÐINGURINN

Ekki algengt að fuglar frjósi fastir

odduraevar@frettabladid.is



Borgný Katrínardóttir
líffræðingur
„Það er ekki algengt að andfuglar festist í is og oft virðast þeir bara fastir því þeir eru að spara orku í kuldunum og geta því legið hreyfingarlausir lengi,“ segir Borgný, líffræðingur við Náttúru-



Það er auðvitað búið að vera óhemjumikið kuldaskið hér á suðvesturhorninu.

fræðistofnun Íslands, í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins um það hvort það sé algengt að fuglar festist í is líkt og dæmi er um að hafi gerst síðustu daga. Blaðið ræddi meðal annars við konu sem kom tveimur álfutum til bjargar í Keflavík sem frosið höfðu fastir. Sagðist konan hafa eytt um einum og hálfum tíma í björgunina. „Álftir sérstaklega eru það kraftmiklir fuglar að þær eiga í flestum tilfellum að geta losað sig. Ef þær



Álftin festi sig í frostinu um helgina.

eru fastar þá er líklega oftast eitthvað undirliggjandi, svo sem sjúkdómar eða meiðsl,“ segir Borgný. „Það er auðvitað búið að vera óhemjumikið kuldaskið hér á suðvesturhorninu sem reynir á fuglana og því gott að hjálpa þeim með matargjöfum. Varðandi andfuglana þá er ágætt að hafa í huga að gefa þeim í bland við brauð eitthvað næringarríkara, eins og heilkorn og hundapurrmat sem dæmi. Hægt er að nálgast upplýsingar á netinu um hvað má gefa þeim.“ ■

Hvað er að fréttu?

Þú finnur allar nýjustu fréttir dagsins á
frettabladid.is. Innendar og erlendar fréttir,
léttar fréttir, íþrótt fréttir, viðskiptafréttir,
skoðanapistla, spottið og auðvitað blað
dagsins ásamt eldri blöðum.



frettabladid.is





FRÉTTA
VAKTIN

FRÉTTAVAKTIN

KL. 18.30 ALLA VIRKA DAGA

Fréttavaktin býðum landsmönnum upp á fjölbreytta fréttaumfjöllun í opinni dagskrá. Úrvalslíð fjölmiðlafólks fer yfir fréttayfirlit dagsins ásamt því að fá til sín góða gesti að ræða helstu mál líðandi stundar.

Fréttavaktin er á dagskrá alla virka daga á Hringbraut, dv.is og frettabladid.is



HRINGBRAUT



Sigríður heimsótti stegginn í Húsdýragarðinn. Hann hafði allur braggast og mun lifa af. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Sigríður stakk andarstegginn á sig á Reykjavíkurtjörn

Dýravínurinn Sigríður Svala Másdóttir kom önd í neyð, vegna fimbulkulda á Reykjavíkurtjörn, til bjargar. Öndinni kom hún til Húsdýragarðsins og hvetur hún alla til að huga að fuglunum í frostinu.

odduraevar@frettabladid.is

Sigríður Svala Másdóttir segir að hún hafi ekki getað setið hjá þar sem hún gekk fram á andarstegg, nær dauða en lífi, við Reykjavíkurtjörn. Sigríður segist hvetja alla til að huga að fuglunum í því fimbulfrosti sem nú er uppi en önnur kona hafði samband við Fréttablaðið og hafði sömu sögu að segja. Sú bjargaði tveimur svönum sem frosið höfðu fastir í Keflavík og kom að þeim þriðja dauðum.

„Ég skrátt á Tjörnina í gær að gefa öndunum og maður klökknar bara þegar maður sér litlu greyin rifast um matarbita. Tjörnin er líka svo ofboðslega stór og það er svo mikið af öndum, þannig að þeir veikustu verða undir. Mig langar að segja við borgina að það verði að stækka heita pollinn, hafa hann aðeins stærri.“

Sigríður segir að hún væri líka til í að bakkinn við tjörnina væri klakahreinsaður. „Það þyrfti að skafa bakkann því margar endurnar komast ekkert,“ segir Sigríður.

„Öndin sem ég bjargaði, ég tók hana bara upp og setti hana inn á mig til þess að hlýja henni. Ég prófaði að setja andarstegginn í pollinn

aftur, hann reyndi að synda og allir tróðu sér yfir hann og ég hugsaði bara að þetta væri hryllileg sjón,“ segir Sigríður.

„Ég ákvað að fara ekki heim, því þá hefði ég verið andvaka í alla nótt og ég hefði þurft að tékka á honum strax um morguninn. Þannig að þarna var hann að reyna að komast upp á land, en komst ekki út af þessum snjóklaka. Þetta var mikið átak,“ segir Sigríður.

Hún segir öndina hafa komist upp á ísinn en runnið. „Ég ákvað að fara bara á Tjörnina á klakann og detta þá bara ofan í. Þarna er hann að renna en svo sér hann mig og kvakar og veit að ég ætla að hjálpa honum, því hann hafði verið þarna inni á mér.“

Sigríður segist rétt svo hafa náð öndinni. „Ég rétt svo næ að grípa í hann og tek hann inn á mig, svo hleypur maðurinn minn að mér og togar mig upp og við förum beint upp í Húsdýragarðinn með hann.“

Sigríður segist hafa fundið það á öndinni að hún hafi verið ofkæld. „Hún var rosalega köld. Þeir tóku vel á móti henni en hún ætlaði ekki að vilja fara frá mér.“

Í Húsdýragarðinum hafi jafnframt verið grágæs sem komið hafi



Endurnar sækja í menn og kunna ekki að bjarga sér í svona frosti eins og smáfuglarnir.

Sigríður Svala Másdóttir, dýravínur

verið með af sömu sökum, hún hafi verið að deyja úr kulda. Sigríður segist hafa hringt í garðinn í morgun og sér hafi verið sagt að öndin væri miklu betri.

„Þeir sögðu mér að ef ég hefði ekki bjargað honum þá væri hann dáinn núna. Mig hefði ekki langað að mæta á Tjörnina í dag og sjá hann dáinn, þannig að sem betur fer gerði ég eitthvað í þessu. Þeir sögðu að hann væri farinn að borða og svona. Þeir ætla svo að sleppa honum í dag og ég bað þá um að sleppa honum bara í Tjörnina.“

Sigríður segist vera mikill dýravínur. Hún er úr Kópavogi en segist fara reglulega að Reykjavíkurtjörn.

„Við þurfum öll að vera vakandi fyrir þessu. Endurnar sækjast í menn og kunna ekki að bjarga sér í svona frosti eins og smáfuglarnir.“ ■





Jimmy's poppið
er nú loksins fáanlegt á Íslandi.
Veldu nú þann sem að þér þykir bestur

KOMIÐ Í VERSLANIR

BAKÞANKAR

Pétur Georgs Markan

Súrkarnivalið

Á þessum tíma ársins verður mér stundum hugsað til lögfræðingsins sem Ólafía Hrönn hífði á handaflinu upp á ökkulunum svo skotsilfrið rann úr vösunum og klingdi á fjölunum, á hápunkti þorrablótins í Garðabænum.

Þorrablótin hófust um helgina sem leið hérna á höfuðborgarsvæðinu. Þorinn hefst nú samt ekki fyrr en 20. janúar, en það rótar nú ekki í hefðum hér syðra.

Þorrablótin vestra eru af öðrum toga en þau sem tíðkast syðra. Því kynntist ég árin sem ég bjó á Vestfjörðum. Í fámennu og stundum einangruðu samfélagi er nálægðin mikil, hver smábreyting á högum og lífi þorpara á pari við tilkynningarskylda skipulagsbreytingu með grenndarkynningu.

Jafnvægið og friðurinn í slíku samfélagi er umfram allt. Í því umhverfi þarf ventil til að hleypa út irringi og pírringi ársins – áhyggjum og afskiptasemi. Þar leikur þorrablótíð lykilhlutverk. Í þorrabragnum eru sveitarstjórinn og aðrir leikendur teknir upp á ökkulunum; hristir og hæddir með vægðarlausu gríni. Blótíð er karnival fólksins, einu sinni á ári er gert grín að öllu sem má ekki rífast yfir eða skvaldra um í heyrandi hljóði. Svo ekki sé minnst á lillabláar kjaftasögur.

Maður lifandi hvað það er hlegið og maður lifandi hvað það er frelsandi. Svo er dansað inn í nóttina, við þá sem maður elskar og þá sem maður má ekki elska, þá sem maður þolir ekki og þá sem maður þarf að þola.

Þvottekta súrkarnival, það er þorrablót – vestfirskt þorrablót. Það er auðvelt að sakna Vestfjarða. ■

Fasteignaleitin

Ný og öflug fasteignaleit

Finndu réttu eignina fyrir þig á frettabladid.is

frettabladid.is

VILDARKORT LINDAR:

30% AFSLÁTTUR

HJÁ EFTIRFARANDI FYRIRTÆKJUM:

DÆMISÖGUR FRÁ VIÐSKIPTAVINUM

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

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

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

Með vildarkortinu spöruðu þau sér: **687.368 kr.**

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

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

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

Með vildarkortinu spöruðu hún sér: **458.978 kr.**

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

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

Með vildarkortinu spöruðu þau sér: **1.442.500 kr.**

Markaðsaðstæður á fasteignamarkaði í dag eru óvenjulegar

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

Settu heimilið þitt á sölu hjá okkur og við finnum nýtt heimili handa þér áður en þú selur.

Við kíkjum í heimsókn, gerum verðmat ásamt lýsingu á eigninni. Jafnframt mætum við með atvinnuljósmyndara og gerum allt klárt. Þegar draumaeignin kemur setjum við allt á fullt og hjálpum þér við kaupin á nýju heimili.

Ef við finnum ekki nýtt heimili, né seljum það gamla, tökum við enga þóknun fyrir.

Skráðu eignina eða fáðu tilboð í þjónustu og lausnir á www.fastlind.is

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

Húsgagnahöllin: 30% afsláttur af öllum vörum.

Betra bak: 30% afsláttur af öllum vörum.

Dorma: 30% afsláttur af öllum vörum.

Flúgger: 30% afsláttur af allri innimálningu.

S. Helgason: 30% afsláttur af öllum borðplötum.

Parki: 30% afsláttur af öllum vörum nema innréttingum.

Z brautir og gluggatjöld: 30% afsláttur af öllum vörum.

Vidd: 30% afsláttur af öllum vörum..

Húsasmiðjan: 30% afsláttur af hreinlætistækjum og ljósum.

ATH! Afslátturinn gildir ekki á útsölum.

LIND

FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4

Sími: 510 7900

www.fastlind.is