SKOÐUN Sif Sigmarsdóttir skrifar bréf til jóla fyrir hönd Sigmundar Davíðs. 27

MENNING Katrín Agnes Klar heldur einkasýningu í Kunsthalle Kempten. 44

LÍFIÐ Styrkja Kraft með tólf klukkustunda heitapottsmaraþoni. 66

SPORT Tuttugu leikmenn munu berjast um 16 eða 17 sæti í HM-hópi Arons. 58

FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur
19. desember 2014
298. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

LÍFIÐ

Býr til sín eigin tækifæri
Edda Björg Eyjólfsdóttir fylgdi hjartanu og valdi leiklistina sem sitt lífsstarf. Hún segir Lífinu frá gleði og sorg á sviðinu sem og í einkalífinu, þörfinni fyrir að skapa og lýðræðislegu leikhúsi sem sýnir mögnuð leikverk hvert á eftir öðru.

FRÉTTIR

Manni uppsigað við kirkjuklukkur Umhverfis- og skipulagsráð Reykjavíkur vill umsögn heilbrigðiseftirlitsins vegna tillögu á vef Betri Reykjavíkur. 2

Fær ekki aðstoð lögreglu Eigandi Caruso fær ekki hjálp lögreglu í slag sínum við leigusala sinn. 10

Bolungarvík	-3°	snjókoma	NA	18
Akureyri	-3°	snjókoma	NA	6
Egilsstaðir	-4°	léttskýjað	NV	6
Kirkjubæjarkl.	-4°	léttskýjað	NV	18
Reykjavík	-1°	léttskýjað	N	7

SNJÓKOMA N-TIL Í dag verða norðan 10-18 m/s N-til með snjókomu en hægara og úrkomulítið syðra. Frost 1-12 stig. 4

2 SÉRBLÖÐ

Lífið | Fólk

STEFNIR Í HVÍT JÓL Skólabörn í Hlíðaskóla nýttu blíðviðri gærdagsins til þess að leika sér í snjónum í Öskjuhlíð í Reykjavík. Óli Þór Árnason, veðurfræðingur á Veðurstofu Íslands, segir ekki útlit fyrir að snjóalög breytist mikið næstu daga og því séu yfirgnæfandi líkur á hvítum jólum um allt land. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

260 milljónir í laun verjenda frá ríkinu

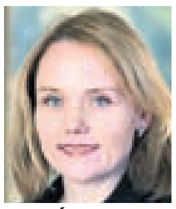
Þóknanir til verjenda í stærstu efnahagsbrotamálum höfðuðum af sérstökum saksóknara sem dæmt hefur verið í á árinu nema 350 milljónum. Ríkið borgar rúm 73%.

DÓMSMÁL Ríkissjóður hefur þurft að greiða tæpar 260 milljónir króna á árinu í þóknanir verjenda í dómsmálum sem höfðuð hafa verið af sérstökum saksóknara vegna hrunsmálanna.

Samkvæmt samantekt Fréttablaðsins á ákvörðunum dómstóla um þóknanir verjenda í stærstu efnahagsbrotadómum ársins í héraðsdómi og Hæstarétti, hafa verjendum hafa alls verið dæmdar þóknanir fyrir yfir 350 milljónir króna. Þar af hefur ríkið þurft að greiða 256,9 milljónir. Sakborningarnir hafa þurft að greiða tæpar 98 milljónir í laun verjenda. Ákærður maður er látinn bera allan sakarkostnað ef ákæran þykir á rökum reist. Í sumum málum hafa sakborningar verið látnir greiða hluta, hafi til dæmis ekki náðst fram sakfelling að fullu, eitthvað verið að rannsókn og svo framvegis.

Skoðað var VÍS-málið svokallaða, Aurum-málið, Imon-málið, kaupréttarmál stjórnenda Landsbankans og markaðsmisnotkunarmál sama banka, Exista-, BK-44-, Milestone- og Aserta-mál. Sumum er lokið en önnur hafa aðeins verið kláruð fyrir héraðsdómi.

Kristín Edwald hæstaréttarlögmaður segir að þó skilningur sé fyrir hendi á því að rannsóknir hafi þurft að fara fram í kjölfar hrunsins sé ljóst að ákærur sérstaks saksóknara hafi verið allt of umfangsmiklar. „Mér finnst þetta fyrst og fremst sýna að sérstakur saksóknari þurfi að ígrunda betur hvaða mál fara í ákærumeðferð.“



KRISTÍN EDWALD

Kristín segir málin umfangsmikil og mikil vinna felist í að fara í gegnum gögn og gæta réttar ákærðu. Því séu skiljanlegar háar fjárhæðir í málsvarnarlaun. Mörg málanna hafi verið til rannsóknar frá því strax eftir hrun.

Kristín segir ljóst að einhverjar ákærur hafi verið gefnar út þrátt fyrir skilyrði sakamálalaga um að mál verði að vera nægileg eða líkleg til sakfellis til að ákæra sé gefin út. Aðspurð um hvort embættið fari of geyst í að sækja menn til saka segir Kristín: „Já, það tel ég tvímælalaust.“ - fbj

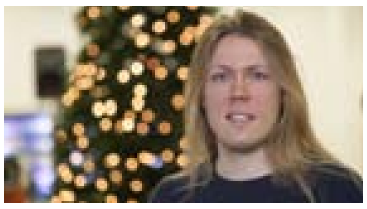
Myndband tekið af YouTube:

Notuðu jólasvein án leyfis

FÓLK Laglína Wham úr Last Christmas er notuð án heimildar í Musclebells, jólalagi Gillz og StopWaitGo.

Þá var myndband við lagið fjarlægt af YouTube um tíma eftir umkvörtun frá Finnlandi, en notað hafði verið í óleyfi myndbrot af jólasveini sem átti þar uppruna sinn. - óká / sjá síðu 66

SPURNING DAGSINS



Bjarni, heldurðu að Vilhjálm vanti eitthvað sérstakt?

„Ef Vilhjálmur kemur þá uppgötvar hann örugglega að hann vantar eitthvað.“

Bjarni Egill Ögmundsson háskólanemi vill að fátækir gefi ríkum heimilstæki. Tilefnið er orð Vilhjálms Bjarnasonar alþingismanns um að hinir efnaminni geti keypt notuð heimilistæki af þeim ríkari við lækkun vörugjalda.

Sóknarnefnd vinnur enn að lausn á alvarlegri skuldastöðu Langholtskirkju:

Bjartsýn þrátt fyrir skuldirnar

SAMFÉLAGSMÁL „Ég á von á því að þetta fari allt vel,“ segir Björg Dan Róbertsdóttir, formaður sóknarnefndar Langholtskirkju.

Fyrir rúmu ári greindi Fréttablaðið frá skelfilegri skuldastöðu Langholtskirkju. Skuldirnar námu á annað hundrað milljóna króna. Lán sem sóknin tók voru ekki í erlendri mynt, en höfðu samt hækkað verulega frá hruninu. Svo slæm var staðan að óttast var að kirkjan þyrfti að selja safnaðarheimilið. Þá átti sóknin í viðræðum við Dróma vegna skuldanna.

„Það er hálfgerð handrukkun í gangi hérna, en við trúum á upprisuna,“ sagði Guðbjörg Jóhannesdóttir sóknarprestur.

Við síðustu áramót tók Hilda, dótturfélag Seðlabanka Íslands, yfir allt lánasafn Dróma og á söfnuður Langholtskirkju nú í viðræðum við Hildu. Komið er allt annað hljóð í strokkinn hjá Langholtskirkju. „Ég er bara mjög bjartsýn,“ segir sóknarnefndarformaðurinn. - jhh

LANGHOLTSKIRKJA Sóknarnefndarformaður er bjartsýnn á lausn. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hús N1 á Bíldshöfða selt:

Opus kaupir húsnæði af N1

VIÐSKIPTI Opus fasteignafélag hefur komist að samkomulagi við N1 um kaup á húsnæði síðarnefnda félagsins að Bíldshöfða 9.

Húsið hýsti áður verslunina Bílanaust, sem nú hefur flutt sig um set, og vöruhús N1 sem einnig er komið á nýjan stað. Húsið hafði staðið autt síðan í nóvember.

Eggert Þór Kristófersson, framkvæmdastjóri fjármálasviðs N1, segir að húsið hafi verið á sölu í heilt ár áður en kaupandi hafi fundist að því. - jóe

GÁMAR Vinna hófst í gær við að koma gámunum fyrir við húsnæði Landspítalans við Hringbraut og er gert ráð fyrir að henni ljúki innan skamms. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Gámar skapa fleiri legurúm og bæta aðstöðu göngudeildar:

Hluti húsnæðisvandans leystur

HEILBRIGÐISMÁL Í gær var hafist handa við að setja upp gáma við húsnæði Landspítalans við Hringbraut. Átján gámum verður komið fyrir, alls þrjár hæðir, og eiga þeir að hýsa aðstöðu 40 til 45 starfsmanna. Gámarnir eru hugsaðir sem bráðabirgðalausn til sjö ára.

Gert er ráð fyrir að gámarnir verði komir upp á næstu dögum en þá er eftir vinna við að tengja þá við spítalann og færa starfsemi inn í þá. Gert er ráð fyrir að hægt verði að taka gámana í gagnið í lok janúar.

Með tilfæringunum verður til pláss sem verður nýtt undir tíu legurúm og til að bæta aðstöðu göngudeildar. - jóe

Mæðrastyrksnefnd úthlutar:

Yfir 2.000 hafa þegar sótt um

HJÁLPARSTARF „Það er enn verið að sækja um þannig að við getum ekki gefið upp nákvæma tölu en umsóknir eru komnar vel yfir tvö þúsund,“ segir Ragnhildur G. Guðmundsdóttir, formaður Mæðrastyrksnefndar Reykjavíkur.

Fyrsta jólaúthlutun fer fram þar í dag. Ragnhildur segir fjölda umsókna svipaðan og fyrri ár. „Það er eitt sem mér finnst vera öðru vísi en var í fyrra. Nú eru að koma miklu fleiri sem eru að vinna. Fólk sem er kannski í 100 prósent starfi en hefur bara svo lág laun að það er ómögulegt að lifa á þeim.“ - vh

Mánaðar skilorð fyrir áreitni:

Varðstjóri braut gegn fangaverði

DÓMSMÁL Hæstiréttur Íslands staðfesti í gær niðurstöðu Héraðsdóms Suðurlands er hann dæmdi varðstjóra á Litla-Hrauni í eins mánaðar skilorðsbundið fangelsi.

Sannað þótti að varðstjórinn hefði strokið yfir brjóst kvenkyns fangavarðar utan klæða í janúar 2013.

Ákærði viðurkenndi fyrir dómi að hafa lagt hönd á öxl brotaþola og strokið yfir brjóst hennar. Ekki þótti sýnt fram á að það hefði verið í öðrum tilgangi en kynferðislegum. - jóe

Heilbrigðiseftirlitið skoði kirkjuklukkur

Umhverfis- og skipulagsráð Reykjavíkur vill umsögn Heilbrigðiseftirlitsins vegna tillögu á vefnum Betri Reykjavík um að dregið verði úr hringingum kirkjuklukkna. Klukknahljómurinn er hátíðlegur, segir einn. Annar segir hann óþægilegan.

UMHVERFISMÁL „Í staðinn fyrir að hringja kirkjuklukkum fyrir allar messur væri það eingöngu gert við stærri athafnir svo sem brúðkaup og jarðarfarir,“ segir í tillögu sem borgarbúi setur fram á vefnum Betri Reykjavík.

Tillagan var ásamt mörgum tillögum af sama vettvangi tekin fyrir á fundi umhverfis- og skipulagsráðs Reykjavíkur á miðvikudag. Ráðið ákvað að óska umsagna frá Heilbrigðiseftirliti Reykjavíkur um málið. Í umræðum um kirkjuklukkuhringarnar á Betri Reykjavík eru sett fram rök bæði með og á móti tillögunni.

„Í dag er það frekar talin kvöð en kostur að búa nálægt kirkju. Klukknahljómurinn getur verið sérstaklega óþægilegur fyrir til dæmis fólk sem vinnur á næturvöktum, eða yngstu börnin sem sofa á þessum tíma. Að ég tali nú ekki um þynnkuna,“ segir einn sem er fylgjandi því að dregið verði úr hringingunum.

Annar segir að kirkjuklukkur séu hluti af umhverfinu og að alls ekki eigi að setja hindranir á notkun þeirra.

„Mér finnst hljómur kirkjuklukkna afar fagur og hátíðlegur. Mér finnst það tilheyra stórborg að heyra klukkur hringja til messu eða annarra athafna. Þegar ég var í Tyrklandi fannst mér það setja skemmtilegan svip á borgina að heyra bænaköllin úr moskunum jafnvel þótt ég sé ekki múslimi.“

Í tillögunni er gert ráð fyrir því að við venjulegar messur – og mögulega við skírnir og fermingar – sé kirkjuklukkum ekki hringt heldur leikinn klukknahljómur í hátalarakerfum inni í kirkjunni.

„Ég er alveg til í að samgleðjast/samhryggjast fólki sem er að fagna/syrgja brúðkaupi/láti ástvina sinna og leyfa þeim að hringja kirkjuklukkunum á þeirri stóru stund. En alla sunnudaga væri nær að spila bara fyrir þá sem eru á leið til messu.“

Annar segir að svo lengi sem klukknaspil sé ekki ofnotað, eins og verið hafi fyrst í Hallgrímskirkju, sé það aðeins eðlilegt umhverfishljóð sem flestir hætti að heyra þegar þeir orðnir vanir því. „Kirkjuklukkur eru bara jafn notalegar og fuglasöngur.“ gar@frettabladid.is

Í HALLGRÍMSKIRKJU Einn segir kirkjuklukkuhringingar lækka fasteignaverð en annar segir þær jafn notalegar og fuglasöng. FRÉTTABLAÐIÐ/HARI

„Þegar ég var í Tyrklandi fannst mér það setja skemmtilegan svip á borgina að heyra bænaköllin úr moskunum jafnvel þótt ég sé ekki múslimi.

„Í dag er það frekar talin kvöð en kostur að búa nálægt kirkju. Klukknahljómurinn getur verið sérstaklega óþægilegur.

Úr umræðum á Betri Reykjavík.

Fáðu
Jólaterturnar
frá Myllunni

Náðu þér í eina, tvær eða þrjár - strax í dag. Þær eru allar góðar. Spyrðu um þær í næstu matvöruverslun.

Skoðaðu myllan.is

MYLLAN

Þolandi dvelur nú í Kvennaathvarfinu en ofbeldismaðurinn í íbúð hennar:

Gerandi heldur barni og íbúð

SAMFÉLAGSMÁL Kona sem dvelur í Kvennaathvarfinu, eftir gróft heimilisofbeldi, þurfti að skilja ofbeldismanninn eftir í íbúð sinni með tveggja ára dóttur þeirra.

Konan sagði í viðtali við DV í gær að hún hefði búið við ofbeldi af hálfu mannsins síðastliðin þrjú ár og að hún óttaðist að hún þyrfti að halda jólin hátíðleg í Kvennaathvarfinu. Á meðan byggi maðurinn í íbúð hennar án endurgjalds.

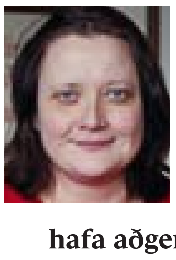
„Það er óásættanlegt fyrst leiðin er til að henni sé ekki beitt oftar en raun ber vitni,“ segir Sigþrúður Guðmundsdóttir, framkvæmdastýra Kvennaathvarfsins. Leiðin sem hún ræðir um hefur verið kennd við Austurríki og felst í því að ofbeldismenn séu fjarlægðir af heimilinu en ekki þolandinn.

ALDA JÓHANNESDÓTTIR

Gerandinn í máli þessu á langan brotaferil að baki og bíður þess að hefja afplánun. Þrátt fyrir það skipta foreldrar forsjá barnsins með sér meðan konan dvelur í Kvennaathvarfinu.

„Okkur þykir undarlegt að maðurinn, sem hefur beitt ofbeldi fyrir framan börn, skuli hafa aðgengi að börnum,“ segir Sigþrúður.

Hún segir enn fremur að Kvennaathvarfið hafi falast eftir svörum frá barnaverndaryfirvöldum og lögreglu en svörin hafi ekki verið upp á marga fiska.



„Okkur þykir undarlegt að maðurinn, sem hefur beitt ofbeldi fyrir framan börn, skuli hafa aðgengi að börnum

Sigþrúður Guðmundsdóttir, framkvæmdastýra Kvennaathvarfsins.

Alda Hrönn Jóhannesdóttir, aðstoðarlögreglustjóri hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu, segir málið í skoðun. Ekki sé útilokað að gripið verði til aðgerða. - þká, jóe

Verið hjartanlega velkomin. Geysir Skólavörðustíg, Akureyri og Haukadal. Sími 519 6000 — www.geysir.com —

E&Co. — eogco.is

SVONA ERUM VIÐ

1,5 **Íslendingar voru á hverja bifreið árið 2013.**

Árið 1970 voru fimm landsmenn á hverja bifreið.

Stofnandi eineltissamtaka sakfelldur fyrir að brjóta gegn ungum drengjum og þroskahamlaðri konu:

Fékk tíu ára dóm fyrir gróf kynferðisbrot

DÓMSMÁL Jóhannes Óli Ragnarsson, 32 ára karlmaður, var dæmdur í tíu ára fangelsi í Héraðsdómi Norðurlands eystra í gær fyrir frelsissviptingu, sifskaparbrot og kynferðisbrot gegn tveimur drengjum og kynferðisbrot gegn þroskahamlaðri konu. Jóhannes nýtti sér andlega fötlun konunnar og neyddi hana til munnmaka.

Jóhannes hafði setið í gæsluvarðhaldi frá því um miðjan ágúst þegar hann var handtekinn grunaður um að hafa brotið gegn drengjunum tveimur eftir að hafa tælt þá inn í íbúð sína. Inni í íbúðinni lét hann drengina rassskella hvor annan og í kjölfarið rassskellti maðurinn þá sjálfur.

JÓHANNES ÓLI RAGNARSSON

Annar drengurinn sagði að maðurinn hefði sett kynfæri sín í munn hins drengsins. Það borið olíu eða krem á rass drengsins sjálf og farið með fingur og síðar kynfæri sín inn í rass drengsins.

Læknisskoðun leiddi í ljós að báðir drengirnir voru með áverka eftir rassskelli og kom fram í gæsluvarðhaldsúrskurði að annar drengurinn hefði einnig haft aðra áverka sem samrýmist sögu hans. Auk þess hafi annar drengurinn ítrekað beðið um að fá að yfirgefa íbúðina.

Jóhannes Óli, sem stofnaði eineltissamtökin Sólskinsbörn árið 2012, viðurkenndi við skýrslutöku lögreglu að hafa rassskellt drengina en bar að öðru leyti fyrir sig minnisleysi um það sem gerst hefði í íbúðinni. Hann sagði þó drengina hafa fylgt sér í íbúðina sjálfviljugir. **- ktd**

> ➜ Læknisskoðun leiddi í ljós áverka á drengjunum sem samrýmdust frásögn þeirra af árás Jóhannesar Óla Ragnarssonar.

UMFERÐ Neyðarbílar fá forgang á ljósum. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Búnaður á umferðarljós:

Sjúkrabílar á grænum ljósum

HEILBRIGÐISMÁL Kaupa á búnað svo hægt verði að miðstýra umferðarljósum í Reykjavík eftir hentugleikum. Borgarráð samþykkti í gær ósk umhverfis- og skipulagssviðs um kaupin sem gera á í samstarfi við Vegagerðina. Búnaðinum er ætlað að veita strætisvögnum og neyðarbílum, eins og sjúkrabílum, slökkviliðsbílum og lögreglubílum, forgang á umferðarljósum. **- gar**

Ekki tekst að tryggja þjónustu:

Fá engan dýralækni til starfa

VELFERÐ Þrátt fyrir að Matvælastofnun hafi á undanförnum mánuðum auglýst eftir dýralæknum til að þjónusta stóran hluta Austurlands hefur enginn sýnt áhuga.

Um er að ræða þjónustu við Fljótsdalshérað, Fljótsdalshrepp, Borgarfjarðarhrepp, Seyðisfjarðarkaupstað og hluta Fjarðabyggðar.

Yfirdýralæknir og aðrir fulltrúar Matvælastofnunar, sem telja stöðuna mjög alvarlega, hafa fundað með landbúnaðarráðherra og starfsmönnum ráðuneytisins. Óskað hefur verið eftir heimild og fjármagni til að gera samning um dýralæknaþjónustu fyrir svæðið gegn 100% þóknun í stað 50%, í þeirri von að það yrði til þess að einhver dýralæknir sækti um. **- shá**

Gagnrýna harðlega frummat á umhverfisáhrifum Thorsil

Tvö fyrirtæki sem ætla sér uppbyggingu iðnaðar í Helguvík gagnrýna frummatsskýrslu á umhverfismati fyrir Thorsil. Magnús Garðarson, framkvæmdastjóri United Silicon, telur ekki ráðlegt að mörg kísilver verði í Helguvík.

UMHVERFISMÁL Atlantic Green Chemicals og United Silicon mótmæla harðlega frummatsskýrslu Mannvits um umhverfismat af verksmiðju Thorsil í Helguvík. Vilja fyrirtækin að Skipulagsstofnun taki frummatsskýrsluna ekki til efnislegrar meðferðar.

Forsvarsmenn Atlantic Green gera athugasemdir við það að frummatsskýrsla Thorsil geri ráð fyrir því að verksmiðja þeirra rísi á lóð sem hefur áður verið úthlutað til Atlantic Green. Vilja þeir að Skipulagsstofnun láti af efnislegri umfjöllun um frummatsskýrsluna.

Magnús Garðarsson, umhverfisverkfræðingur og framkvæmdastjóri United Silicon, rannsakaði frummatsskýrslu Thorsil. Hann gerir alvarlegar athugasemdir við skýrsluna í fimm liðum og rökstyður hvern og einn þátt í skýrslu sinni. Niðurstöður loftdreifingarútreikninga í frummatsskýrslunni væru vafasamar, sammögnunaráhrif mengunar ekki metin, innihald brennisteins í kolefnum vanmetið, villandi notkun á þynningarsvæði Norðuráls og að Thorsil ehf. hafi verið úthlutað sömu lóð og AGC.

Hákon Björnsson, framkvæmdastjóri Thorsil, gefur lítið fyrir þessa gagnrýni Magnúsar. „Í fyrsta lagi kemur þetta frá keppinaut á markaði. Ég ætla ekki að fullyrða hvort mat hans litast af því en hann er sannarlega keppinautur. Þarna er hann að vinna með ákveðið líkan af loftdreifingu. Við höfum verið í samvinnu við Mannvit og Vatnaskil sem hafa unnið með dreifingarlíkan um langa hríð við mörg stór verkefni. Það líkan hefur sannað sig að standast íslenskar kröfur og gefur rétta mynd,“ segir Hákon.

> **Ég ætla ekki að fullyrða hvort mat hans litast af því en hann er sannarlega keppinautur.**
>
> *Hákon Björnsson, framkvæmdastjóri Thorsil.*

Rut Kristinsdóttir, sviðsstjóri hjá Skipulagsstofnun, segir stofnunina nú vera að vinna í því að viða að sér gögnum um málið. „Við höfum rétt á því í lögum að leita til þriðja aðila til að gera úttekt fyrir okkur og það munum við gera. Þarna eru athugasemdir sem koma fram við frummatsskýrslu Thorsil sem við tökum alvarlega og munum leitast við að svara þeirri spurningu hvers vegna reikningarnir eru svona mismunandi,“ segir Rut.

Mengun af verksmiðju Thorsil mun, að mati Garðars, hafa neikvæð og heilsuspillandi áhrif á loftgæði íbúa nærri Helguvík. Orðrétt segir í niðurstöðum Magnúsar að „… ef tekið hefði verið tillit til fyrrnefndra atriða í frummatsskýrslu Thorsil, mundi mat á umhverfisáhrifum gerbreytast, og líklega sýna að ekki væri skynsamlegt að staðsetja svona mikið af stóriðju á sama stað.“ Einnig segir: „Niðurstöður loftdreifingarútreikninga sýna án vafa, að samlegðar- og sammögnunaráhrif mengunarefna með annarri samsvarandi iðnaðarstarfsemi á svæðinu, munu valda því að styrkur mengunarefna mun fara yfir lögbundin viðmiðunarmörk og þannig valda óásættanlegum umhverfisáhrifum sem hafa í för með sér verulega neikvæð áhrif á heilsufar íbúa í norðurhluta Reykjanesbæjar.“ **sveinn@frettabladid.is**

FRÁ HELGUVÍK Hörð gagnrýni er sett fram á frummatsskýrslu um umhverfismat kísilvers Thorsil í Helguvík. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

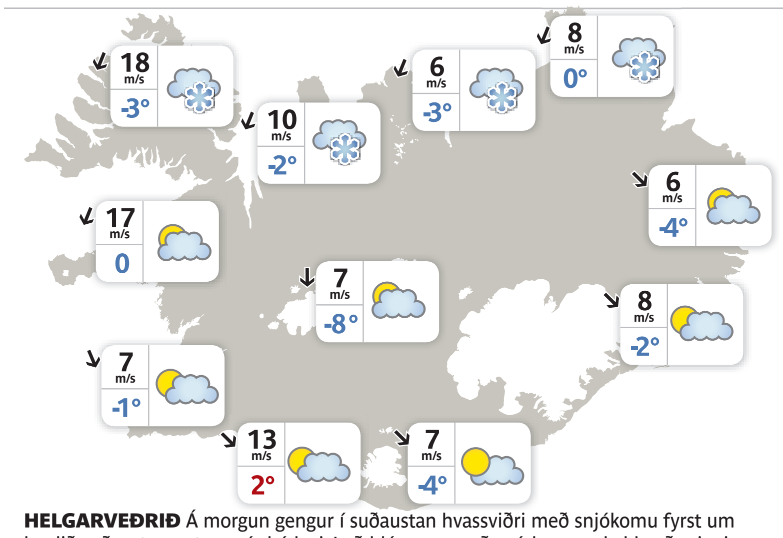
Mannvit gerði frummatsskýrslu Thorsil

Mannvit ehf. gerði frummatsskýrslu fyrir kísilver Thorsil í Helguvík. Frummatsskýrslan var kynnt þann 24. október á heimasíðu Skipulagsstofnunar. Frestur til að senda inn athugasemdir vegna skýrslunnar rann út þann 5. desember síðastliðinn.

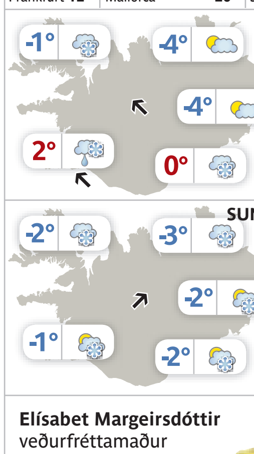
Hinn 10. janúar 2014 skrifaði Mannvit einnig undir samning við Thorsil um hönnun og uppbyggingu kísilmálmverksmiðju fyrirtækisins í Helguvík. Samkvæmt fréttatilkynningu frá fyrirtækjunum er samningur milli fyrirtækjanna tveggja metinn á rúmlega 500 milljónir króna og áttu framkvæmdir að hefjast í lok þessa árs.

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi



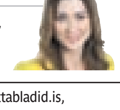
Alicante	20°	Friedrichshafen	10°	New York	4°
Aþena	14°	Gautaborg	9°	Orlando	22°
Basel	11°	Kaupmannahöfn	9°	Ósló	2°
Berlín	12°	Las Palmas	23°	París	13°
Billund	9°	London	13°	San Francisco	15°
Frankfurt	12°	Mallorca	20°	Stokkhólmur	4°



Á MORGUN Vaxandi SA-átt SV-til í fyrstu.

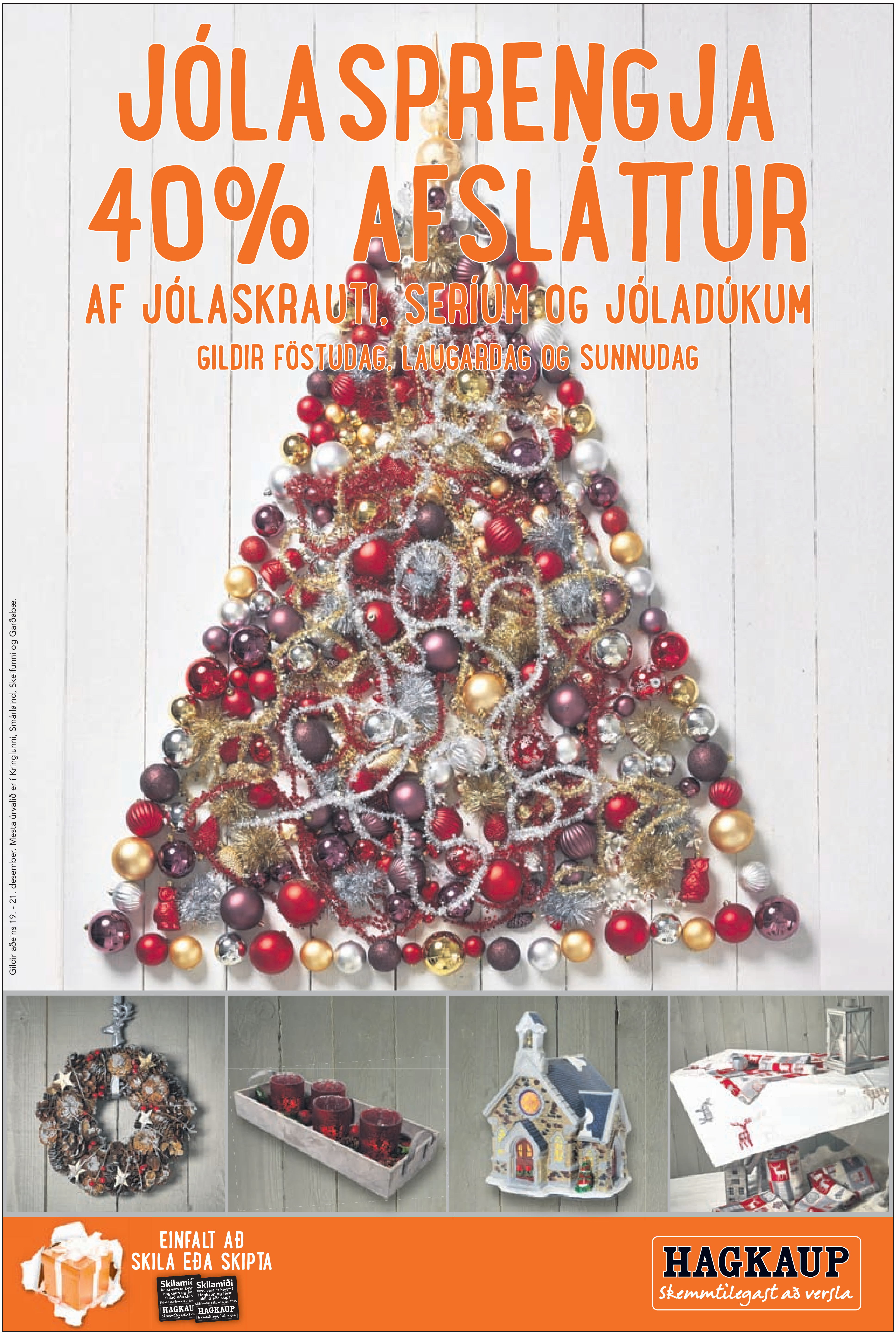
SUNNUDAGUR 5-10 m/s.

HELGARVEÐRIÐ Á morgun gengur í suðaustan hvassviðri með snjókomu fyrst um landið suðvestanvert upp úr hádegi. Það hlýnar og verður úrkoman slydda eða rigning suðvestan til síðdegis. Kólnar aftur á sunnudag með éljagangi.



Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kkolbeins@365.is, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is


JÓLASPRENGJA
40% AFSLÁTTUR
AF JÓLASKRAUTI, SERÍUM OG JÓLADÚKUM
GILDIR FÖSTUDAG, LAUGARDAG OG SUNNUDAG
Gildir aðeins 19. - 21. desember. Mesta úrvalið er í Kringlunni, Smárlaind, Skeifunni og Garðabæ.
EINFALT AÐ
SKILA EÐA SKIPTA
Skilamiði
Þessi vara er keypt í
Hagkaup og fæst
skilað eða skipt.
Skilafrestur bóka er 7. jan. 2015
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað er áætlað að rússnesk fyrirtæki skuldi íslenskum fiskútflytjendum mikið?
2. Hversu miklu hefur verið varið í viðgerðir á Landspítalanum við Hringbraut vegna leka?
3. Eftir hvern er leikritið Ekki hætta að anda, sem Borgarleikhúsið frumsýnir í janúar?

SVÖR:
1. Þrjá til fimm milljarða króna. **2.** 160 milljónum króna. **3.** Auði Övu Ólafsdóttur.

Óvænt tíðindi rædd af ákafa á götum og torgum í Havana, höfuðborg Kúbu:

Kúbverjar fagna boðuðum breytingum

KÚBA, AP „Þetta opnar betri framtíð fyrir okkur,“ segir Milagros Diaz, 34 ára kona í Havana. „Við höfum virkilega þurft á einhverju svona að halda því ástandið hefur verið slæmt og fólk vonlítið.“

Á miðvikudag skýrðu forsetar Bandaríkjanna og Kúbu, þeir Barack Obama og Raúl Castro, samtímis frá því að sögulegar sættir hefðu tekist með ríkjunum. Obama ætlar að aflétta meira en hálfrar aldar einangrun, opna sendiráð í Havana og hefja frekari samskipti ríkjanna.

Jafnvel þótt viðskiptabanni Bandaríkjanna verði ekki aflétt með ákvörðun forseta, þá sjá íbúarnir nú fram á betri stöðu og jafnvel bættan efnahag í náinni framtíð.

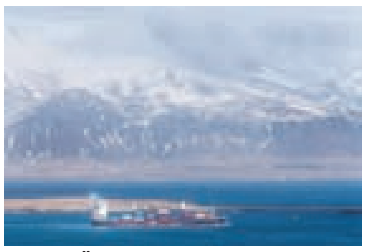
Almenn ánægja virtist vera með tíðindin á götum höfuðborgarinnar.

„Fyrir íbúana á Kúbu held ég að þetta sé eins og súrefnisskammtur, ósk sem rætist, því með þessu þá höfum við sigrast á því sem aðskilur okkur,“ sagði Carlos Gonzales, 32 ára gamall tölvufræðingur. „Þetta eru framfarir sem munu opna leiðina til betri framtíðar fyrir bæði löndin.“

Bandarísk stjórnvöld hafa litið svo á, að það sé ekki viðskiptabannið heldur efnahagsstefna Kúbustjórnar, sem hefur haldið eyjunni í fjötrum efnahagserfiðleika.

Castro sagði hins vegar í ávarpi sínu að ekki standi til að gera breytingar á þeirri stefnu. - gb

TÍÐINDIN RÆDD Byggingaverkamenn í Havana spjalla saman í pásu. FRÉTTABLAÐIÐ/AP



HEIMAHÖFN Sigling lengist jafnvel úr þremur í átta sólarhringa. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Allt að átta daga á leiðinni:

Siglingar tefjast dögum saman

SAMGÖNGUR Skip sem sigla á milli Íslands og Norður-Evrópu hafa að undanförnu þurft mun lengri tíma til að sigla á milli hafna. Algengur siglingartími hefur farið úr þremur til fimm dögum í fimm til átta.

Ástæðan er illviðri sem hafa gengið yfir svæðið hvert af öðru.

Landhelgisgæslan greinir frá því að skip hafi þurft að halda sjó á leið sinni, sem heldur hefur ekki verið auðsótt þar sem vindar hafa blásið úr mörgum áttum og mjög missjávað er á þessum mikilvægu siglingaleiðum. - shá

Tekið á hegðunarvanda:

Fé veitt til úrræða fyrir börn

FÉLAGSMÁL Barnaverndarstofu hefur verið veitt aukið fjármagn frá hendi stjórnvalda sem gerir henni kleift að veita svokallaða MST-fjölkerfameðferð um allt land. Úrræðið er ætlað fjölskyldum 12-18 ára barna sem glíma við alvarlegan hegðunarvanda á mörgum sviðum. Til þessa hefur það einungis staðið til boða á þjónustusvæði í um 100 kílómetra radíus frá Reykjavík.

Sem dæmi um hegðunarvandamál sem fengist er við með MST-fjölkerfameðferð má nefna mikla erfiðleika í skóla, skróp, ofbeldishegðun og vímuefnanotkun. - shá

KALDÁRBOTNAR Sjálfrennandi vatn frá vatnsbólinu eru gæði sem Hafnfirðingar ætla að verja. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Kæra til að verja vatnsbólið

Reykjavík og Kópavogsbær hyggjast stórauka vatnstöku í Vatnsendakrikum sem Skipulagsstofnun telur ekki að útheimti mat á umhverfisáhrifum. Hafnfirðingar telja sjálfbærri vatnsöflun bæjarins ógnað og ætla að kæra.

SVEITARSTJÓRNARMÁL Bæjaryfirvöld í Hafnarfirði hafa falið lögmanni sveitarfélagsins að kæra niðurstöðu Skipulagsstofnunar um að vatnsvinnsla Reykjavíkurborgar og Kópavogsbæjar í Vatnsendakrikum í Heiðmörk sé undanþegin mati á umhverfisáhrifum framkvæmda.

Þetta lá fyrir eftir fund skipulags- og byggingarráðs Hafnarfjarðar á þriðjudag. Í fundargerð segir að fyrir liggi „ítarlega rökstuddar sannanir um að fyrirhuguð dæling vatns úr Vatnsendakrikum hafi umtalsverð áhrif á sjálfrennsli vatns úr vatnsbólunum í Kaldárbotnum og grunnvatn innan staðarmarka Hafnarfjarðar“, og því unir ráðið ekki niðurstöðu Skipulagsstofnunar og kærir til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála.

Dagur Jónsson, vatnsveitustjóri hjá Vatnsveitu Hafnarfjarðar, segir að þær ítarlegu sannanir sem vísað er til í fundargerð komi fram í reiknilíkani verkfræðistofunnar Vatnaskila, en það gefi kost á að meta áhrif vatnstöku á einum stað á annan – í þessu tilfelli áhrif vatnstöku úr Vatnsendakrikum á sjálfrennsli úr vatnsbólum Hafnfirðinga í Kaldárbotnum.

„Það er í raun ekki deilt um að þetta hefur áhrif. Málið snýst um það að við í Hafnarfirði höfum algjörlega hreint vatn sem er sjálfrennandi. Það þýðir að vatnið okkar fer ekki í gegnum neinar dælur eða neitt slíkt. Okkur sýnist að málinu sé stillt þannig upp að til þess að Orkuveita Reykjavíkur þurfi ekki að hreinsa sitt drykkjarvatn, sem tekið er í vatnsbólunum Gvendarbrunnum, Jaðri og Myllulæk, þá vilji þeir færa vatnstökuna upp í Heiðmörk og taka sjálfrennandi vatnið af okkur fyrir vikið. Þetta er kjarni málsins,“ segir Dagur og bætir við að Hafnfirðingar hafi haft sjálfrennandi vatn frá 1918. „Hættan er líka sú að Hafnfirðingar verði fyrir fjárhagslegu áfalli við það að dæla vatni upp sem hingað til hefur verið sjálfrennandi – en mér finnst aðalatriðið að við missum þessa sjálfbæru vatnsöflun sem við höfum notið til þessa, nái þetta fram að ganga.“

svavar@frettabladid.is

> **Málið snýst um það að við í Hafnarfirði höfum algjörlega hreint vatn sem er sjálfrennandi.**
>
> *Dagur Jónsson, vatnsveitustjóri í Hafnarfirði.*

Vatnsstaða gæti breyst á stóru svæði

Í gögnum málsins, sem frá hendi Skipulagsstofnunar eru mikil að vöxtum, kemur fram að vatnstaka Kópavogsbæjar og Reykjavíkur í Vatnsendakrikum eykst úr 400 sekúndulítrum í 650, ef öll áform ganga eftir.

Þar segir: „Skipulagsstofnun telur augljóst að aukin vatnstaka í Vatnsendakrikum muni hafa í för með sér neikvæð áhrif á vatnsból Hafnarfjarðar í Kaldárbotnum líkt og líkanreikningar sýna fram á. [...] er það niðurstaða Skipulagsstofnunar að aukin vatnsvinnsla Kópavogsbæjar í Vatnsendakrikum sé ekki líkleg til að hafa í för með sér umtalsverð umhverfisáhrif með tilliti til eðlis framkvæmdarinnar, staðsetningar hennar, eiginleika hugsanlegra áhrifa hennar og sammögnunar með vatnsvinnslu Orkuveitu Reykjavíkur. [...] Því skal framkvæmdin ekki háð mati á umhverfisáhrifum.“

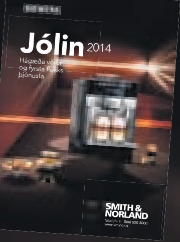
Í umsögn Umhverfisstofnunar kemur fram að um sé að ræða mikla vatnstöku sem geti haft áhrif á grunnvatnsstöðu á mjög stóru svæði. Bent er á frá hendi Hafnarfjarðarbæjar að gæði vatnsins séu einmitt háð því að meðalgrunnvatnshæð lækki ekki.

BOSCH
Hrærivél
MUM 4405
Hrærir, hnoðar og þeytir.
Jólaverð: 18.900 kr.
Fullt verð: 25.900 kr.

SIEMENS
Þvottavél
WM 12E267DN
Tekur mest 7 kg, vindur upp í 1200 sn./mín. Orkuflokkur A+++. Hraðkerfi 15 mín. Með íslensku stjórnborði og íslenskum leiðarvísi.
Jólaverð: 96.900 kr.
Fullt verð án vörugjalda: 103.900 kr.

Gigaset
Símtæki
A510
Fáanlegt í hvítu og svörtu. Vel upplýstur skjár með stórum stöfum.
Jólaverð: 8.220 kr.
Fullt verð: 9.670 kr.

Eva
Borðlampar
Jólaverð: 6.200 kr.
Fullt verð: 8.900 kr.



Jólabæklingurinn er kominn út.
Sjá nánar á sminor.is.
Fullt af glæsilegum vörum á jólaverði.

SMITH & NORLAND
Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

Nýtt landslag á kortamarkaði

Landsbankinn hefur nú selt alla hluti sína í Valitor og Borgun og komist að sátt við Samkeppniseftirlitið vegna kortamála. Bankinn er nú óháður á íslenskum kortamarkaði og hefur gert beinan samning við VISA Europe sem skapar tækifæri til að bæta þjónustu bankans með nýjum og betri lausnum fyrir viðskiptavini.

Betri lausnir fyrir viðskiptavini

Nýtt fyrirkomulag á kortamarkaði gefur okkur svigrúm til að þróa betri vildarkerfi, greiðslukort og þjónustu.

Aukin hagkvæmni og lægri kostnaður

Aukið sjálfstæði í kortamálum gefur okkur kost á að bjóða út ýmsa bakvinnslu til að lækka kostnað og bæta kjör.

Virkari samkeppni

Nýtt fyrirkomulag stuðlar að aukinni samkeppni og heilbrigðara umhverfi á kortamarkaði.

Nánari upplýsingar um breytingar á kortamarkaði eru á landsbankinn.is

JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is • SÍA

Landsbankinn landsbankinn.is 410 4000

Hafa náð samkomulagi við Samkeppniseftirlitið um að ráðast í umfangsmiklar aðgerðir til að efla samkeppni:

Kortafyrirtæki og bankar greiða 1.620 milljónir í sekt

SAMKEPPNISMÁL Viðskiptabankarnir þrír, Arion banki, Íslandsbanki og Landsbankinn, auk greiðslukortafyrirtækjanna Valitors og Borgunar, hafa gert sátt við Samkeppniseftirlitið vegna rannsóknar á samkeppnishömlum á greiðslukortamarkaði.

Samkvæmt sáttinni leggjast fyrirtækin í umfangsmiklar aðgerðir til að efla samkeppni. Að auki hafa þau fallist á að greiða samtals 1.620 milljónir í sekt.

Brot fyrirtækjanna snúa að framkvæmd við ákvörðun milligjalda og við veitingu vildarpunkta á árunum 2007 til 2009. Sú háttsemi að Valitor og Borgun ákvæðu milligjald fyrir hönd bankanna þótti ganga gegn ákvæðum samkeppnislaga.

Í sáttinni felst að hámark verður sett á milligjald auk þess sem Valitor og Borgun skilja á milli færslu- og útgáfuþjónustu. Að auki verður horfið frá því að viðskiptabankarnir eigi greiðslukortafyrirtækin í sameiningu, en það ferli er hafið nú þegar með sölu Landsbankans á hlut sínum í fyrirtækjunum.

JÓHANNES INGI KOLBEINSSON

„Við komum inn á markaðinn árið 2002 og síðan þá hafa fyrirtækin reynt að bregða fyrir okkur fæti,“ segir Jóhannes Ingi Kolbeinsson, framkvæmdastjóri Kortaþjónustunnar. Þetta er ekki í fyrsta skiptið sem kvörtun fyrirtækisins leiðir til sáttar en sektargreiðslur áðurnefndra fyrirtækja í umræddum málum nema vel á þriðja milljarð króna.

„Endurbæturnar sem sæst er á eru löngu tímabærar og ótrúlegt að ekki hafi verið lagst í þær fyrr. Vonandi verða þær til þess að við þurfum ekki að kvarta oftar,“ segir Jóhannes. Þá staðfestir hann að rekið sé skaðabótamál fyrir dómstólum vegna þess tjóns sem fyrirtæki hans hafi orðið fyrir.

Ákvörðun í málinu verður birt í upphafi næsta árs. **- jóe**

POSI Sektargreiðslur kortafyrirtækja og banka á undanförnum árum nema vel á þriðja milljarð króna. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

BENSÍNDÆLA Bensín og olía hafa lækkað um 15% síðan í sumar. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Áhrif lægra verðs greinileg:

Kaupmáttur heimila eykst

NEYTENDAMÁL Lækkun eldsneytisverðs skilar sér í kaupmáttaraukningu til heimila landsins. Þetta kemur fram í tölum frá greiningardeild Arion banka.

Samkvæmt tölum Hagstofunnar er kostnaður vegna bensíns og olíu um fjögur prósent af útgjöldum heimila.

Áhrif lækkaðs eldsneytisverðs á kaupmátt séu svipuð þeim sem afnám vörugjalda og lækkun virðisaukaskatts munu hafa í för með sér. **- jóe**

Segja bergbrot hættulegt:

New York vill banna bergbrot

BANDARÍKIN, AP Andrew Cuomo, ríkisstjóri í New York, hyggst koma á banni við bergbroti þar í ríki. Hann segir þessa umdeildu aðferð við að ná olíu og jarðgasi úr skífusteinsbergi bæði hættulega heilsu fólks og skila litlum efnhagslegum ávinningi.

Bandarískir ráðamenn hafa margir hverjir bundið miklar vonir við þessa aðferð, en andstæðingar hafa víða barist fyrir því að hún verði bönnuð. Aðferðin felst í því að borað er niður í bergið og það mulið með vökvaþrýstingi. **- gb**

Íbúar fara fram á að verslun verði áfram í Snælandshverfi

Íbúar í grennd við Snælandsskóla afhentu bæjaryfirvöldum undirskriftalista þar sem áformum um byggingu íbúða í þjónustu- og verslunarhúsnæði er mótmælt. Íbúarnir vilja að verslun verði áfram í húsnæðinu og aðstaða fyrir skóla.

SKIPULAG Fulltrúar íbúa í grennd við Snælandsskóla í Kópavogi afhentu í gær sviðsstjóra skipulags- og umhverfissviðs, Birgi H. Sigurðssyni, 492 undirskriftir þar sem mótmælt er áformum um að þjónustu- og verslunarhúsnæði hverfisins að Furugrund 3 verði breytt í 14 litlar íbúðir.

„Við viljum að það verði áfram verslunar- og þjónustuhúsnæði í hverfinu. Þarna væri einnig hægt að bregðast við húsnæðisvanda leikskólans Furugrundar og Snælandsskóla og hafa þar til dæmis mötuneyti fyrir Snælandsskóla,“ segir Elín Þórðardóttir sem stóð að undirskriftasöfnuninni.

Aðalskipulag Kópavogs 2012 til 2024 var staðfest af Skipulagsstofnun í febrúar síðastliðnum, að sögn Birgis. Hann segir hugmyndir um breytinguna komnar til þar sem verslun á svæðinu hafi dregist saman og færst á önnur verslunar- og þjónustusvæði, til dæmis Nýbýlaveg.

„Lýsing, sem er undanfari tillögu, gerir ráð fyrir að landnotkunarbreyting eigi sér stað. Íbúum var boðið að senda athugasemdir áður en tillaga verður lögð fram,“ segir Birgir.

Í lýsingunni fyrir breytingunni segir meðal annars að til standi að breyta núverandi húsnæði að Furugrund 3 þannig að risþak verði fjarlægt og í staðinn bætt við nýrri hæð fyrir íbúðir, í kjallara verður áfram gert ráð fyrir verslun og þjónustu þannig að hlutföll verða 1/3 verslun og þjónusta og 2/3 íbúðir.

Á fundi með íbúum fyrir um mánuði voru lagðar fram umsagnir Menntasviðs og Markaðsstofu Kópavogs. Í umsögn Menntasviðs segir að haft hafi verið samráð við skólastjórnendur leik- og grunnskóla í nágrenninu. Húsnæðið geti vissulega nýst Snælandsskóla, bæði sem mötuneyti, samkomusalur o.fl. en til þess þyrfti gagngerar breytingar á húsnæði.

Nýting þessa rýmis væri jafnframt ekki sú lausn sem skólinn myndi helst kjósa með tilliti til fjarlægðar milli bygginga og verkefna sem því tengjast. Jafnframt er þess getið að leikskólinn hafi þörf fyrir meira rými fyrir sína starfsemi en til þess þyrfti gagngerar breytingar.

Það er mat Markaðsstofu Kópavogs að það sé í takt við hugmyndafræði um þéttingu byggðar og öflugt og fjölbreytilegt atvinnusvæði að breyta húsnæðinu að Furugrund 3 í íbúðarhús. Sú breyting sé líkleg til að svara kröfum nútímans og skapa gott heildaryfirbragð á svæðinu.

Elín segir íbúa á annarri skoðun. „Þetta svæði er þegar þéttbyggt. Auk þess vilja íbúar hafa verslunarkjarna í hverfinu,“ tekur hún fram.

ibs@frettabladid.is

MÓTMÆLI AFHENT Birgir H. Sigurðsson tekur við undirskriftalistum frá Elínu Þórðardóttur og Gunnari Páli Leifssyni. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

VERSLUNARHÚSNÆÐIÐ Hvorki Snæland video né Nóatún eru nú í húsnæðinu. Íbúar vilja ekki að húsnæðinu verði breytt í íbúðir. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Norðmenn hafa ekki gert nóg í baráttunni gegn loftmengun undanfarin ár:

ESA hyggst stefna norska ríkinu

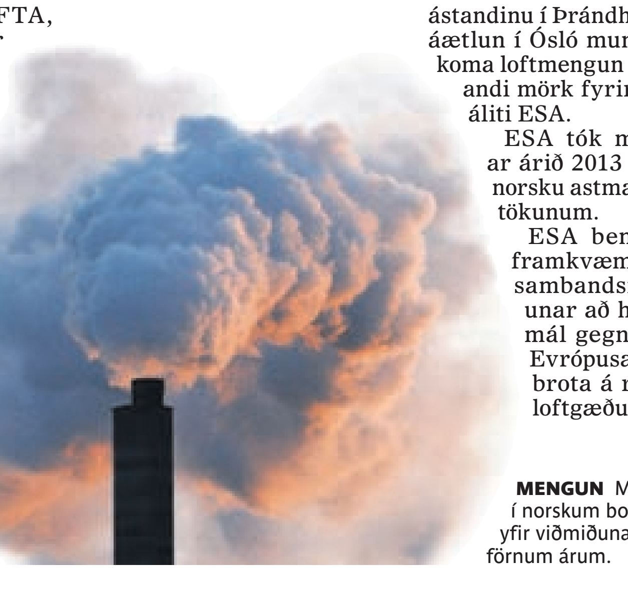
NOREGUR Eftirlitstofnun EFTA, ESA, hefur stefnt Noregi fyrir EFTA-dómstólinn vegna aðgerðarleysis í baráttunni gegn loftmengun.

Magn köfnunarefnistvíoxíðs í andrúmslofti í Ósló og Þrándheimi hefur iðulega farið yfir leyfileg mörk frá árinu 2008. Þá hefur svifryk í andrúmslofti einnig verið yfir leyfilegum mörkum í Þrándheimi.

Mengun á öðrum þéttbýlum svæðum hefur reglulega verið yfir leyfilegum mörkum. Engin áætlun hefur verið sett upp til að bregðast við ástandinu í Þrándheimi og aðgerðaráætlun í Ósló mun ekki duga til að koma loftmengun niður fyrir viðunandi mörk fyrir árið 2025 segir í áliti ESA.

ESA tók málið til skoðunar árið 2013 eftir kvörtun frá norsku astma- og ofnæmissamtökunum.

ESA bendir einnig á að framkvæmdastjórn Evrópusambandsins hafi til skoðunar að höfða sambærileg mál gegn mörgum ríkjum Evrópusambandsins vegna brota á reglum er lúta að loftgæðum. **- ih**



MENGUN Magn eiturefna í lofti í norskum borgum hefur oft verið yfir viðmiðunarmörkum á undanförnum árum. NORDICPHOTOS/AFP

HELGARSPRENGJA
20%
AFSLÁTTUR!
Íslensk tónlist í jólapakkann!
JÓN JÓNSSON
2.639,-
Verð áður 3.299,-
SAMSAM
2.399,-
Verð áður 2.999,-
uniimog
2.399,-
Verð áður 2.999,-
RAGGA GRÖNDAL
2.399,-
Verð áður 2.999,-
TODMOBILE
2.959,-
Verð áður 3.699,-
CROSSROADS
2.399,-
Verð áður 2.999,-
KVIKA
SEASONS
2.399,-
Verð áður 2.999,-
CONTAINING THE DARK
GEISLAR
2.399,-
Verð áður 2.999,-
2.399,-
Verð áður 2.999,-
GUSGUS - MEXICO
2.639,-
Verð áður 3.299,-
Vio
Dive in
2.399,-
Verð áður 2.999,-
MANNAKORN
2.559,-
Verð áður 3.199,-
2.399,-
Verð áður 2.999,-
KIASMOS - KIASMOS
2.399,-
Verð áður 2.999,-
AERIAL
2.399,-
Verð áður 2.999,-
GILDIR FÖSTUDAGINN 19. DES. OG TIL OG MEÐ 21. DES.
KRINGLAN OG SMÁRALIND · 591-5300 · WWW.SKIFAN.IS
S·K·Í·F·A·N

Hluti Kópavogs var vatnslaus:

Kaldavatnslögn fór í sundur

KÓPAVOGUR Kaldavatnslaust var í hluta Kópavogs í gær eftir að lögn fór í sundur við framkvæmdir á Glaðheimasvæðinu. Vatnið fór af á ellefta tímanum en var komið í lag á nýjan leik upp úr klukkan þrjú.

Göturnar sem urðu fyrir barðinu á vatnsleysinu voru Askalind og Akralind auk efri hluta Smárahverfis.

Líkt og áður segir komst vatn aftur á upp úr þrjú en unnið var að frekari viðgerð fram eftir degi. - jóe

Ríkissjóði var gert að greiða sakarkostnað að fullu við dómsuppkvaðningu í Héraðsdómi Reykjaness í gær:

Allir sakborningar sýknaðir í Aserta-málinu

DÓMSMÁL Sakborningarnir fjórir í Aserta-málinu svokallaða voru allir sýknaðir í Héraðsdómi Reykjaness í gær. Ríkissjóði var gert að greiða allan sakarkostnað.

Fjórmenningarnir eru þeir Karl Löve Jóhannsson, Gísli Reynisson, Markús Máni Michaelsson Maute og Ólafur Sigmundsson. Þeir voru ákærðir fyrir umfangsmikið gjaldeyrisbrask á tímabilinu 25. mars til 2. nóvember árið 2009. Í ákærunni segir að hvorki hafi verið lögmæt heimild né leyfi frá Seðlabanka Íslands fyrir viðskiptunum.

Aðalmeðferð fór fram í nóvember en þar var ákveðið að falla frá einum lið ákærunnar er sneri að ólögmætum fjármagnsflutningum.

Þá tók meðferðin skemmri tíma en áætlað var þar sem enginn ágreiningur var um viðskipti sem Aserta átti á þessum tíma né upphæðir og var stór partur vitna afboðaður vegna þessa.

Málið hefur tekið afar langan tíma, eða hátt í fimm ár. Málinu var vísað frá dómi í héraði en Hæstiréttur komst að þeirri niðurstöðu að taka ætti málið til meðferðar á nýjan leik. Fjórmenningarnir sögðust allir vera orðnir langþreyttir á þessari löngu bið. Mannorð þeirra hafi beðið hnekki og lífsviðurværi þeirra sé svo gott sem farið. - sks

SÝKNAÐIR Sakborningarnir sögðust vera orðnir langþreyttir á að bíða eftir að málinu lyki. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Í NÚLLINU Kvennasalernið er 37 fermetrar. MYND/REYKJAVÍKURBORG

Nýlistasafnið leigir Bankastræti núll af Reykjavíkurborg:

Listasýning sett upp á salerni

MENNING Borgarráð samþykkti í gær ósk Nýlistasafns Íslands um leigu á gamla kvennasalerninu í Bankastræti núll. Nota á aðstöðuna til sýningarhalds.

Umrædd not af Bankastræti núll hafa áður komið til umræðu. Í apríl 2012 sagði Fréttablaðið frá áhuga listamanna á að byggingarfulltrúi leyfði afnot af húsnæðinu sem þá hafði verið lokað um árabil.

„Ef leyfi fæst munum við síðan auglýsa aðstöðuna til leigu á svipaðan hátt og til dæmis gamla turninn á Lækjartorgi," sagði þá Jón Halldór Jónasson, upplýsingafulltrúi á framkvæmda- og eignasviði, við Fréttablaðið. - gar

JÓLATILBOÐ

JÓLAGJAFIRNAR fást í Eirvík

Magimix matvinnsluvélar, blandarar og safapressur.
Kaffivélar fyrir Nespresso og kaffi frá Caffé Vergnano fyrir Nespressovélar.

magimix jura

Kynntu þér málið hjá sölumönnum Eirvíkur

EIRVÍK

Suðurlandsbraut 20, Reykjavík | Sími 588 0200 | www.eirvik.is

vilborg@centrum.is

YFIRVOFANDI TJÓN Lögmaður José Garcia, veitingamanns á Caruso, segir rekstrartap veitingahússins þegar orðið gríðarlegt og frekara tjón sé yfirvofandi vegna yfirtöku eigenda húsnæðisins. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Lögreglan gerir ekki neitt í Caruso-málinu

Eigandi veitingastaðarins Caruso fær enga aðstoð frá lögreglu við að komast inn á staðinn eftir að húseigandinn réðst þangað inn og skipti um skrár. Sérfræðingur segir lögregluna með þessu viðurkenna það að menn taki lögin í sínar hendur.

LÖGREGLUMÁL Lögreglan hefur ekki enn hleypt José Garcia, eiganda veitingastaðarins Caruso, og starfsfólki hans inn á staðinn til að sækja eigur sínar.

Eins og Fréttablaðið hefur greint frá undanfarna daga réðst eigandi húsnæðis Caruso að Þingholtsstræti í leyfisleysi inn á veitingastaðinn á þriðjudagsmorgun, tók staðinn yfir, skipti um skrár og byggði varnarvegg til að koma í veg fyrir að eigandi staðarins og starfsmenn kæmust þangað inn.

Þessar aðfarir voru kærðar til lögreglu strax sama morgun, en þrátt fyrir það hefur ekkert verið gert í málinu.

Lögmaður José fundaði með lögreglu í gær og samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er málið til skoðunar hjá lögreglunni án þess að nokkur ákvörðun hafi verið tekin.

„Margir starfsmenn eiga þarna inni persónulegar eigur, föt, tölvur og annað. Þá eru matvæli og vínbirgðir upp á tugi milljóna í eigu Caruso læst inni. Rekstrartapið er þegar orðið gríðarlegt, matvælin eru að renna út og frekara tjón er yfirvofandi. Ég átta mig ekki á því hvers vegna lögreglan er ekki farin þarna inn og á mjög erfitt með að útskýra fyrir José og öðru starfsfólki Caruso hvers vegna það getur ekki farið og náð í eigur sínar með aðstoð lögreglu," segir Ómar Örn Bjarnþórsson, lögmaður José.

Arnar Þór Stefánsson, sérfræðingur í kröfu- og fasteignarétti, segir að með athæfi sem þessu skapist hættulegt fordæmi í íslenskum rétti.

„Ef lögreglan ætlar ekkert að gera þá skapar það það fordæmi að allir leigusalar þessa lands geta, ef þeir eru ósáttir við leigutaka, farið inn í húsnæðið án dóms og laga og skipt um skrár. Lögin gera ekki ráð fyrir þessu. Þau segja að ef menn ætla að fá leigjanda út þá þurfi þeir að fara í sérstakt útburðarmál. Með þessu er verið að viðurkenna gertæki, það að menn taki lögin í eigin hendur, lögreglan horfir upp á það og gerir ekkert í því og viðurkennir þannig í reynd refsiverða nálgun leigusalans," segir Arnar Þór.

fanney@frettabladid.is

„Ef lögreglan ætlar ekkert að gera þá skapar það það fordæmi að allir leigusalar þessa lands geta, ef þeir eru ósáttir við leigutaka, farið inn í húsnæðið án dóms og laga og skipt um skrár.

Arnar Þór Stefánsson, sérfræðingur í kröfu- og fasteignarétti.

„Ég átta mig ekki á því hvers vegna lögreglan er ekki farin þarna inn.

Ómar Örn Bjarnþórsson, lögmaður José Garcia.

Jóladæmi sem gengur upp

Takmarkað magn

Íslenskt baklýst lyklaborð

MacBook Air 13" 256GB

Jólatilboð 198.990.- (Vörunúmer Z0P0)
Fullt verð **229.990.-**

Takmarkað magn

Takmarkað magn

MacBook Pro Retina 13" 256GB

Jólatilboð 248.990.- (Vörunúmer Z0RA)
Fullt verð **279.990.-**

MacBook Pro Retina 15" 256GB

Jólatilboð 328.990.- (Vörunúmer Z0RC)
Fullt verð **369.990.-**

EPLI

Verslanir á Laugavegi 182 og í Smáralind • sími 512 1300 • epli.is

Birt með fyrirvara um verðbreytingar og prentvillur

Unnið gegn hálku og ófærð:

Borgarbúar fá sand og salt

REYKJAVÍKURBORG „Eins og undanfarin ár eiga íbúar þess kost að sækja sér salt og sand á hverfastöðvar og verkbækistöðvar Reykjavíkurborgar til að bæta öryggi á gönguleiðum,“ segir á vef borgarinnar.

Salt og sandur er á hverfastöðvum við Njarðargötu, í Jafnaseli og á Kjalarnesi og í verkbækistöðvunum við Árbæjarblett og á Klambratúni. Fólk er hvatt til að hafa með sér ílát. Á staðnum eru líka pokar og séð er fyrir skóflum. - gar

Börn af erlendum uppruna í Svíþjóð eru mun líklegri til að vera lögð í einelti en innfædd börn:

Dregið hefur úr einelti á Norðurlöndum

NORÐURLÖND Dregið hefur úr einelti meðal barna á Norðurlöndum að því er fram kemur í nýrri rannsókn sem unnin var við Gautaborgarháskóla.

Í könnun sem gerð var meðal foreldra um 7.000 barna á aldrinum 7 til 13 ára í Danmörku, Finnlandi, Íslandi, Noregi og Svíþjóð kemur fram að árið 1996 höfðu 21,7 prósent barna lent í einelti, en hlutfallið var komið niður í 19,2 prósent árið 2011.

Rannsakaður var munur á líkindum þess að börn lendi í einelti eftir því hvort þau eru innfædd í landi sínu eða fædd utan landsteinanna. Þar er staðan verst fyrir börn í Svíþjóð sem ekki eru innfædd. Hlutfall þeirra sem lögð hafa verið í einelti er 27,8 prósent, samanborið við 8,6 prósent innfæddra barna. „Við sáum hins vegar ekki að upprunaland barnanna skipti nokkru máli varðandi líkur á að þau lendi í einelti,“ hefur Helsingborgs Dagblad eftir Ylvu Bjergeld doktorsnema, sem vann að rannsókninni. Í Noregi eru börn innflytjenda líka líklegri til að lenda í einelti, en munurinn var síður afgerandi í Danmörku, Finnlandi og Íslandi.

Fram kemur í rannsókninni að þótt tækniþróun hafi verið ör á tímabilinu og umræða vaknað um aukinn þátt rafræns eineltis þá fækki foreldrum sem telja börn sín lenda í einelti. „Hvort um raunverulega fækkun tilvika er að ræða, eða hvort einelti á sér stað þannig að foreldrar verði síður varir við það, er ekki hægt að greina út frá gögnum rannsóknarinnar,“ segir þar. -óká

Í RÓLU Skýringin á hærra hlutfalli eineltis í garð innfluttra barna í Svíþjóð er sögð að einelti sé fátíðara þar en annars staðar á Norðurlöndum. NORDICPHOTOS/GETTY

ÓFÆRÐ Það hefur verið nóg að gera við snjómokstur í Reykjavík og víðar undanfarna daga. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Töluvert um tjón vegna ófærðarinnar

Í ófærð líkt og þeirri sem verið hefur undanfarið gengur umferð hægar. Þótt umferðaróhöppum fjölgi eru alvarleg slys óalgeng. Sérfræðingur segir umræðuna um heilsársdekk á villigötum. Nota verði nagladekk við aðstæður sem þessar.

UMFERÐ Töluvert hefur verið um tjón í umferðinni í þeirri slæmu færð sem hefur verið á landinu undanfarið. Talsmenn þriggja stærstu tryggingafélaganna segja þó að alvarlegustu slysin verði þegar færð er góð.

Samkvæmt upplýsingum frá Birni Friðriki Brynjólfssyni, upplýsingafulltrúa VÍS, hefur tilkynningum um tjón í ábyrgðartryggingu ökutækja fjölgað um 8 prósent í desember miðað við sama tíma í desember í fyrra.

Ragnheiður Agnarsdóttir, framkvæmdastjóri samskipta hjá Tryggingamiðstöðinni, segir að töluvert hafi verið um tjón í desember. Hún sé hins vegar ekki viss um að það sé aukning á milli ára, því desember í fyrra hafi vissulega verið slæmur líka.

„Það er kannski svolítið merkilegt að þegar færðin og veðrið er mjög slæmt, þá er eins og fólk hægi á sér og fari varlega. Þó málin séu mörg eru þau kannski minni en þegar fólk er á fullri ferð og færðin er góð,“ segir Ragnheiður.

Alvarlegustu slysin verði þegar hraðinn er mikill en þegar færðin er þannig að það er mikil hálka, það kyngir niður snjó og vindur er mikill, þá geti fólk einfaldlega ekki keyrt hratt.

Sumarliði Guðbjörnsson, sérfræðingur hjá Sjóvá, segir að þessa dagana sé töluvert mikið um tjón. „Það eru bæði árekstrar og menn eru að velta bílunum sínum og lenda út af veginum í vondu veðri,“ segir hann. Hann segir það reynslu sína eftir 23 ára starf að alvarlegustu slysin verði þó ekki í ófærð heldur þegar göturnar séu auðar. Alvarlegustu slysin geti því orðið á vorin eða á sumrin og oft á nóttunni eða um helgar. „Einfaldlega vegna þess að þá er hraðinn meiri,“ segir hann.

Sumarliði segir að í færðinni eins og hún er núna þurfi fólk að vera á góðum dekkjum. Heilsársdekk nái ekki góðu gripi þegar ís hefur myndast og því dugi ekkert minna en naglar. „Fólk sem hefur ákveðið að vera á heilsársdekkjum og er á vanbúnum ökutækjum þarf þá að sýna þann kjark að taka þá ákvörðun að bíða heima hjá sér og fara ekki út í óvissuna.

Í stað þess að eiga það á hættu að lenda í umferðaróhappi eða lenda í þeirri stöðu að sitja fastur og teppa þá kannski hundruð manna frá því að komast á réttum tíma í vinnu,“ segir Sumarliði.

jonhakon@frettabladid.is

Beiðnum um hjálp fjölgar

Talsmenn tryggingafélaganna eru sammála um það að beiðnum um vegaaðstoð fjölgi eftir því sem veðrið er verra. Á þriðjudag var færðin svo slæm að Vegaaðstoð Sjóvár var lokað.

„Þá hafði hann farið í aðstoð uppi í Grafarvogi og hafði lent í vandræðum, þannig að við þurftum að loka,“ segir Sigurjón Andrésson, markaðsstjóri hjá Sjóvá. Sigurjón segir að beiðnum hafi fjölgað í desember frá fyrri mánuði. Hins vegar hafi beiðnum ekki fjölgað svo mikið á milli ára. „Það fjölgar beiðnum ef tíðin er slæm,“ segir hann.

Björn Friðrik Brynjólfsson, upplýsingafulltrúi VÍS, segir að beiðnum um aðstoð hjá Bílahjálp VÍS fjölgi samhliða vondu veðri og færð á höfuðborgarsvæðinu. „Mest er beðið um flutning á verkstæði t.d. þegar skefur inn á vélar bílanna og þeir komast ekki lengra. Svo þarf oft að gefa start,“ segir hann.

> **„Það er kannski svolítið merkilegt að þegar færðin og veðrið er mjög slæmt, þá er eins og fólk hægi á sér og fari varlega. Þó málin séu mörg eru þau kannski minni en þegar fólk er á fullri ferð**
>
> *Ragnheiður Agnarsdóttir, framkvæmdastjóri samskipta hjá TM.*

LENGRI
AFGREIÐSLUTÍMI Í REYKJAVÍK OG Á AKUREYRI

Reykjavík
Í dag, föstudag og mánudaginn 22. des
verður opið frá kl. 8 - 18.

Akureyri
Laugardaginn 20. des verður opið frá kl. 10 - 13.
Þriðjudaginn 23. des verður opið frá kl. 8 - 17.

Hámarksstærð pakka er 0,5 x 0,5 x 0,5 m og hámarksþyngd 45 kg.

EIMSKIP Flytjandi

Eimskip Flytjandi | Klettagarðar 15 | 104 Reykjavík | Sími 525 7700 | www.flytjandi.is

markhönnun ehf
nettó
Í JÓLASKAPI
STJÖRNU GRÍS
Sænsk Skinka
Framleitt úr 1. flokks íslensku grísakjöti
Ofnsteikt skinka:
Látið skinkuna í kalt vatn. Reiknið með að hún liggi í vatni í ca. 1 klst.pr.kg.
Látið síðan skinkuna á risti í ofninum með ofnskúffu undir (2-3 dl af vatni í skúffu). 177°C í 45 mín.pr.kg, kjarnhiti skal verða 65°C.
Pensluð jólaskinka
(Glassering)
1 stk. köld, soðin eða ofnsteikt, léttsöltuð skinka, 1 dl. dökkur púðursykur, 3 msk. hunang, safi úr 1-2 appelsínum.
Snyrtið skinkuna og Leggið í ofnskúffu eða eldfast fat, og skerið ysta fitulagið í tígla, ca. ½ cm djúpt.
Setjið negulnagla í hvern kross.
Sjóðið hunang, púðursykur og appelsínusafa í nokkrar mínútur og hellið 1/3 af því yfir skinkuna.
Setjið steikina í heitan (200-225°C) ofninn og eftir ca. 10 mínútur hellið þá aftur 1/3 af leginum yfir kjötið.
Eftir 5-10 mínútur til viðbótar hellist restin af leginum yfir.
Skinkan er tilbúin þegar hún er orðin gulbrún og glansandi.
www.svinvirkar.is
KONFEKTIÐ
Kalkúnn franskur
1.298 kr| 23%
999 kr/kg
HÁTÍÐA FUGLINN
Önd heil
1.738 kr| 23%
1.391 kr/kg
TÖFRAR JÓLANNA BYRJA Í NETTÓ
Vertu viss um að það standi YOUNG á rjúpunni þinni. Það tryggir þér yngri fugl!
Rjúpa skosk 350-400g
1.398 kr/stk
GÆSABRINGUR
2.998 kr/kg
VILLIBRÁÐIN
Andaleggur m/læri
1.989 kr | 25%
1.492 kr/kg
2
ANNAÐ SÆTI | Bragðkönnun DV
35% afsláttur
Kjötsel Úrbeinað hangilæri
3.995 kr| 35%
2.597 kr/kg
Kjötsel Hamborgarhryggur m/beini
1.998 kr| 40%
1.199 kr/kg
40% afsláttur
HANGIKJÖT & HAMBORGARHRYGGUR
www.netto.is
| Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss |

40% afsláttur

Sænsk skinka
1.898 kr| 40%
1.139
kr/kg

JÓLAOPNUN

	18.-22. desember	23. Þorláksmessa	24. Aðfangadag	25. jóladag	26. annan	30. desember	31. gamlárs	1. janúar
Akureyri, Borgarnes, Egilsstaðir, Grindavík, Hveragerði, Höfn, Kópavogur, Reykjanesbær, Selfoss	10-22	10-23	10-13	lokað	lokað	10-22	10-15	lokað
Grandi, Mjódd	opið 24t	opið 24t	opið til 13	lokað	opið frá 10	opið 24t	opið til 15	lokað

aðra daga gildir venjuleg opnun | nánar á netto.is

Bob's Sweet jólabrjóstsykur
1.999
kr/askjan

Purely the Purple One
áður 1.399 kr
999
kr/stk

Roses/ Heroes dós
1.998
kr/pk

Mackintosh 1,3 kg
2.498
kr/stk

BÓKAKYNNINGAR

Laugardagur 20.des | Nettó - Akureyri kl 15-17
Guðrún Veiga – Nenni ekki að elda

Sunnudagur 21. des | Nettó - Mjódd kl 14-16
Úlfar – Stóra alifuglabókin

Mánudagur 22. des | Nettó - Egilsstaðir kl 16-18
Guðrún Veiga – Nenni ekki að elda

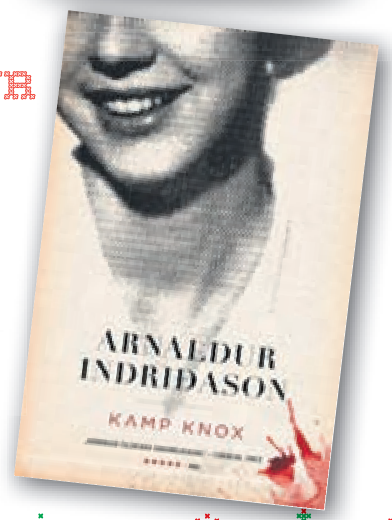
Latabæjarspilið
4.998
kr/stk

30% afsláttur

Dádýralundir
6.989 kr| 30%
4.892
kr/kg

FYRIR JÓLASVEINA

BÆKUR



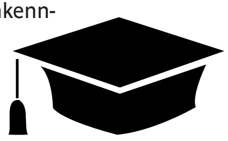
Tilboðin gilda 18. - 21. des 2014

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

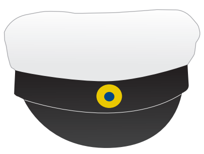
MENNTAMÁL FANGA

1 2 3 4

7 FANGAR ERU Í HÁSKÓLANÁMI
Þrátt fyrir að staða íslenskra fanga einkennist af lélegum grunni þá fara hlutfallslega flestir fanga á Íslandi í háskólanám miðað við Norðurlönd. Einn nemandi hefur dúxað í fagi við HÍ og þrír nemendur hafa náð einkunnum yfir meðaltali í HÍ.



48 EININGAR
Er met afkastamikils nemanda á önn á Litla-Hrauni. 64 eru skráðir í nám á vegum FSU. Ingis Ingason er kennslustjóri á Litla-Hrauni og á Sogni og hefur náð góðum árangri. Nám í FSu er vinsælt meðal fanga sem óska þó eftir meiri áherslu á verknám.



77 FANGAR ERU INNRITAÐIR
Námsráðgjafi metur þarfir fanga. Nám er sagt vera öflug betrun eins og hefur raunar verið leitt í ljós með rannsóknum. Takmarkaðar fjárveitingar til verkefnisins hafa hamlað föngum í námi.

Dúx í hópi fanga kveikti áhuga á þróun fjarnáms við Háskólann

Fangi sem stundar fjarnám við Háskóla Íslands hefur orðið hæstur í faginu Stærðfræðigreining A. Í áfanganum falla að jafnaði 76% nemenda. Þrír hófu nám í tölvunarfræði við HÍ og smíða nýtt app í jólaleyfinu. Dúxarnir á Litla-Hrauni ryðja brautina.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjanabjorg@frettabladid.is

Þrír fangar eru svo hugfangnir af námi sínu í tölvunarfræði við Háskóla Íslands að þeir vinna saman yfir jólin að því að smíða nýtt app. Þessir sömu þrír nemendur hafa náð afburðaárangri við nám í deildinni og einkunnir þeirra eru yfir meðaltali annarra nemenda í nokkrum fögum.

Ingis Ingason, kennslustjóri á Litla-Hrauni, segir afburðanemendur hafa ákaflega góð áhrif á skólasamfélagið og ryðja brautina fyrir þá sem á eftir koma. Skólastjórnendur leggi sig frekar fram um það að ná til nemenda sem standa sig vel.

„Nú á þessari önn hófu þrír vistmenn hér nám í tölvunarfræði við Háskóla Íslands. Skólinn hefur nú ekki verið mjög öflugur í fjarnámi en í ár komu stjórnendur úr tölvunarfræðideild sérstaklega hingað austur, settu þessa nemendur inn í námið og funduðu með okkur hér á Litla-Hrauni. Þeir hafa sinnt þessum nemendum ákaflega vel. Enda hefur það skilað sér í góðum árangri þeirra,“ segir Ingis.

Þá segir hann svo sem mega koma fram að ástæðan fyrir jákvæðni þessara manna sé nemandi sem var vistaður á Bitru um tíma en dvelji nú á Litla-Hrauni.

„Þeir kynntust honum í gegnum námið og hans árangur varð til þess að þeir voru til í slaginn. Þessi nemandi vakti mikla athygli skólasamfélagsins þegar hann varð hæstur í erfiðu fagi innan skólans, Stærðfræðigreiningu A. Alls voru 97 nemendur enn skráðir þegar kom að prófi en aðeins 23 náðu prófinu og okkar maður hæstur þótt hann hefði aldrei sótt neina tíma. Þetta atvik varð til þess að menn tóku það til alvarlegrar skoðunar að þróa fjarnám til vistmanna hér.“

Námið á ekki hugann allan

Einn dúxanna á Litla-Hrauni segir frá reynslu sinni í heimsókn blaðamanns þangað. Hann situr og lærir í herbergi því sem kennt er við Georg Bjarnfreðarson, merktu með blaði sem á stendur: Háskólinn á Litla-Hrauni.

„Það er svolítið misjafnt hvernig mér gengur að einbeita mér en oftast nær gengur það ágætlega. Við þurfum að skila tölvunum klukkan hálf tíu á kvöldin. Maður hefur stundum fengið leyfi til að hafa þær aðeins lengur ef maður er að læra undir próf. Það er samt ekki að trufla mann þannig séð. Ég reyni þá frekar að skipuleggja tímann í kringum hömlur á tölvunotkun. Horfi á myndbönd tengd náminu í staðinn.“

Eins og Ingis hefur nefnt áður í viðtali við Fréttablaðið þá er það mesti misskilningur að fangar eigi gott með að einbeita sér innan múranna. Hugurinn er utan þeirra.

„Námið á ekki hug minn allan, ég er svolítið að vinna í mínu máli og það truflar mig oft. Mér finnst þetta samt gera mér gott,“ segir hann frá.

Margrét Frímannsdóttir fangelsisstjóri stendur álengdar og fylgist með viðtalinu og leggur orð í belg. „Þetta er gjörbreyttur maður sem hefur rétt úr sér,“ segir hún.

Hann jánkar. „Ég finn almennt fyrir meiri vellíðan. Ég var þjakaður af þunglyndi, átti erfitt með að sofa. Þegar manni líður örlítið betur þá fer maður að huga betur að öllu öðru í eigin fari.“

KENNARAR Í SJÁLFBOÐAVINNU Ingis Ingason kennslustjóri hyggur að margir þeirra sem kenna á Litla-Hrauni geri það í sjálfboðavinnu. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

KEMUR EKKI Á ÓVART Jóhann Malmquist segir árangur nemenda sinna ekki koma á óvart. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Mikill áhugi á námi á Litla-Hrauni

Hann segir framtíðina óljósa. Hann fékk átta ára dóm og á eftir að afplána þrjú ár og getur því lokið námi sínu innan múranna. Framtíðin er óljós og ég reyni að hugsa ekki of mikið um hana. Ég hugsa um námið í staðinn. Ég hef hagað mér óaðfinnanlega og stefni að því að finna mér atvinnu við hæfi þegar ég losna. Ég hugsa um það þegar að því kemur.“

Hann segist taka eftir meiri áhuga á námi en áður. „Ég tek eftir því að menn í kringum mig hér tala meira um að fara í skóla en áður. Það er meiri áhugi fyrir námi en hefur verið.“

Nemandi tók 48 einingar á önn

Í framhaldsskólanámi við FSu rifjar Ingis upp þegar nemandi við skólann lauk 48 einingum á önn og 87 einingum á einu ári. Hann er stoltur af árangri nemenda sinna.

Góður námsárangur vekur mikla athygli en eins og Ingis bendir á þá er kennsla á Litla-Hrauni mjög einstaklingsbundin.

„Eðli málsins samkvæmt er kennsla mjög einstaklingsbundin þar sem nemendur eru komnir mislangt í einstökum greinum.“

Ingis segir góðan námsárangur alltaf gleðja, en það gleðji meira þegar menn átti sig á að þeir geti lært. Þegar þeir standast fyrsta prófið og fyllast metnaði.

„Ágætur kollegi minn var með fjarkennslu núna í dönsku 102. Það voru sjö sem byrjuðu, tveir entust út önnina og þeir fengu 9 í einkunn. Hún sagðist vona innilega að þeir fari í dönsku 202 á næstu önn. Þetta er ekki bara ánægjulegt fyrir nemendur, þetta er líka ánægjulegt fyrir okkur sem störfum með nemendum. Gleðin sem fylgir því að kveikja áhuga er ómetanleg.“

GEORGSSTOFA Í þessari skólastofu leggja fangar í háskólanámi rækt við nám sitt. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Kennarar í sjálfboðastarfi

Ingis nefnir að þeir kennarar sem starfa með nemendum fái ákaflega lítið greitt fyrir þessa vinnu og það eigi líka við um þá kennara sem komi og kenni nemendum frá Háskóla Íslands. „Ég hygg að þeir fái ekki greitt aukalega fyrir þá nemendur sem eru hér.“

Jóhann Pétur Malmquist, prófessor í tölvunarfræði við Háskóla Íslands, er einn þeirra kennara úr tölvunarfræðideild Háskólans sem hafa farið á Litla-Hraun að sinna kennslu.

Það kom honum ekki á óvart hversu vel nemendur stóðu sig.

„Nei, það kom mér ekki á óvart, ég sá hversu samviskusamlega þeir skiluðu öllum verkefnum. Ég bý ekki til væntingar um nemendur mínar. Það er svo ánægjulegt að finna fyrir áhuganum kvikna og sjá nemendur öðlast getu. Það var sigur fyrir nemendur að komast í gegnum próf hjá mér.“

Við elskum jólin
FALLEGRI JÓLATRÉ Í 40 ÁR
Eigum til úrvals normannsþin sérvalinn af sérfræðingum Blómavals, ásamt rauðgreni og stafafuru.
JÓLATRÉ OG JÓLABLÓM
Jólatúlípanar 10 stk 1.490
Leiðisgreinar verð frá 1.990
Hýasinta 399kr
20-50% afsláttur ALLT JÓLASKRAUT
Útikerti
2 lítil í pakka 399 kr
lítið í sement stjaka 999 kr
stórt í sement stjaka 1.690 kr
Mikið úrval
Hýasintuskreyting 1.490kr
Leiðiskerti og luktir verð frá: 499kr
OPIÐ TIL KL.22:00 Í SKÚTUVOGI TIL JÓLA
Sjá afgreiðslutíma um land allt á www.blomaval.is
blómaval
Gildir til 21. desember eða meðan birgðir endast.

LEIÐIÐ LÝST Fjölmargir setja rafmagnsljós á leiði látinna ættingja og vina, en aðrir láta sér nægja að kveikja á kerti á aðfangadag. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Kyrrð í görðunum

Það var kyrrlátt í kirkjugörðunum á höfuðborgarsvæðinu þegar ljósmyndarar Fréttablaðsins áttu leið þar um í gær. Nú eru einungis fimm dagar til jóla og margir farnir að huga að leiðum látinna ástvina. Búast má við að mikil umferð verði um kirkjugarðana á Þorláksmessu og aðfangadag, venju samkvæmt.

VETRARRÍKI Snjóskaflarnir eru víða mjög stórir í Fossvoginum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Í HÓLAVALLAGARÐI Það var fallegt um að litast í gamla kirkjugarðinum við Suðurgötu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

ÞJÓÐLEGT Margir kjósa að skreyta leiðin með íslenska fánanum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

EILÍFT LJÓS Guð gefi mér eilíft ljós, sem aldrei deyr. Þannig bað fólk áður. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

2.998 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓI KONFEKT Í LAUSU 1 KG
verð áður 3.690 kr.
988 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA KONFEKT NR 5 135G
verð áður 1.117 kr.
2.630 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA KONFEKT 440G
verð áður 3.147 kr.
1.697 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA KONFEKT 260G
verð áður 1.974 kr.
Jólin komin
í Fjarðarkaup
5.842 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓI KONFEKT NR 20 800G
verð áður 6.798 kr.
1.878 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA FYLLTIR MOLAR 525G
verð áður 2.148 kr.
2.998 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA KONFEKT 520G
verð áður 3.538 kr.
3.834 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA KONFEKT 800G
verð áður 4.462 kr.
3.998 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA KONFEKT NR.12 940G
verð áður 4.968 kr.
1.448 kr.
VERÐLÆKKUN
NÓA FYLLTIR MOLAR 210G
verð áður 1.685 kr.
Snertilausar greiðslur
VALITOR
FK
VIÐSKIPTAMANNAKORT
19. des. Fös. 9:00 - 19:00
20. des. Lau. 10:00 - 19:00
21. des. Sun. 10:00 - 19:00
FYLGSTU MEÐ OKKUR Á FACEBOOK
FK
FJARÐARKAUP

Pútín segir fullveldið í hættu

Vladimír Pútín Rússlandsforseti sakar Vesturlönd um að þrengja að Rússlandi og reisa nýja múra í anda Berlínarmúrsins. Hann segist vera bjartsýnn á að efnahagsástandið í Rússlandi muni rétta úr kútnum innan fárra ára. Staða Pútíns hefur styrkst heima fyrir undanfarið.

Guðsteinn Bjarnason
gudsteinn@frettabladid.is

RÚSSLAND Vladimír Pútín Rússlandsforseti segir að efnahagslíf landsins muni ná sér á strik innan tveggja ára eða svo. Erfiðleikarnir nú stafi af „utanaðkomandi þáttum“, og þar vegi refsiaðgerðir Vesturlanda 25 til 30 prósent.

Hann sat fyrir svörum á fjölmennum blaðamannafundi í gær, eins og hann er vanur að gera um þetta leyti árs.

Pútín ítrekaði ásakanir sínar á hendur Vesturlöndum, sem hann segir reyna allt til að grafa undan Rússlandi. Úkraínustríðið hafi orðið þeim kærkomið tækifæri til þess að þrengja enn frekar að Rússlandi með refsiaðgerðum.

„Þeir eru ekki hættir að reisa múra,“ sagði hann og vísaði til Berlínarmúrsins. Eftir fall hans hafi NATO stækkað til austurs og Bandaríkin vilji enn koma sér upp flugskeytavörnum í austanverðri Evrópu.

Rússar séu því að verja eigið sjálfstæði: „Þetta snýst ekkert um Krímskaga, þetta snýst um að við erum að vernda fullveldi okkar og verja tilverurétt okkar.“

Hann ítrekaði jafnframt stuðning sinn við uppreisnarmenn í austanverðri Úkraínu og Rússa sem haldið hafi yfir landamærin til að berjast með þeim: „Allir þeir, sem fylgja kalli hjartans eða taka sjálfviljugir þátt í bardögum, þar á meðal í Úkraínu, eru engir málaliðar, því ekki fá þeir neinn pening fyrir það.“

> **„Þetta snýst ekkert um Krímskaga, þetta snýst um að við erum að vernda fullveldi okkar og verja rétt okkar til að vera til.“**
>
> *Vladimír Pútín, Rússlandsforseti.*

Hann hvatti jafnframt til þess, eins og hann hefur ítrekað gert áður, að finna verði pólitíska lausn á deilunum í Úkraínu, þar sem borgarastyrjöld hefur kostað hátt í fimm þúsund manns lífið.

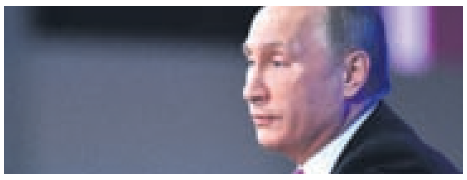
Staða Pútíns er enn mjög sterk heima fyrir, og hefur raunar styrkst verulega. Í nýrri skoðanakönnun, sem gerð var dagana 22. nóvember til 7. desember, kemur fram að 80 prósent Rússa standa enn við bakið á honum. Þetta er töluverð aukning frá árinu 2012, þegar sambærileg könnun sýndi 60 prósent stuðning við Pútín.

Það var félagsvísindastofnunin NORC við Chicago-háskóla sem gerði könnunina fyrir bandarísku fréttastofuna AP. Rússnesk skoðanakönnun, gerð af Levada-rannsóknarmiðstöðinni á svipuðum tíma, sýndi svipaða niðurstöðu: Nærri 75 prósent Rússa styðja Pútín.

Svo má geta þess að Pútín var fyrr í mánuðinum kosinn maður ársins í Rússlandi, fimmtánda árið í röð.

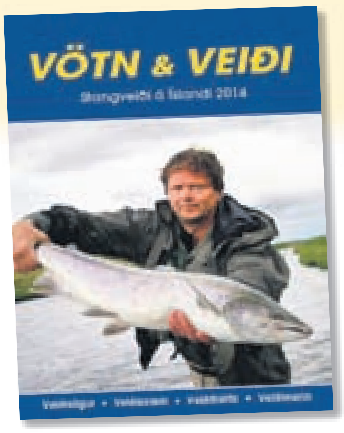
gudsteinn@frettabladid.is

BOÐSKAPUR FORSETANS Víða um land var sjónvarpað beint frá blaðamannafundinum í gær, þar á meðal á þessu kaffihúsi í Pétursborg. FRÉTTABLAÐIÐ/AP



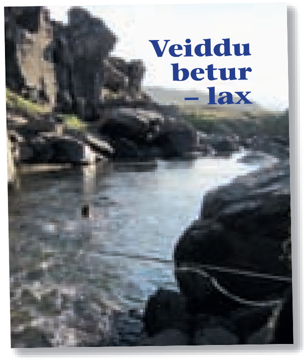
SVARAR SPURNINGUM Vladimír Pútín Rússlandsforseti sat fyrir svörum á hinum árvissa blaðamannafundi sínum í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

JÓLABÆKUR VEIÐIMANNSINS



Stangaveiðivertíðin 2014 var um margt athyglisverð og eru helstu atriði rakin í bókinni, auk þess sem helstu fréttir eru rifjaðar upp og veiðisögur sagðar. Þá er að venju greint frá heimsóknum ritstjóra á ný og skemmtileg veiðisvæði og meðal svæða sem heimsótt voru má nefna Litlu Þverá í Borgarfirði og Eldvatnsbotna. Ritstjóri er Guðmundur Guðjónsson.

*Í þessari bók, sem er sjálfstætt framhald af **Skotveiði í máli og myndum** sem kom út árið 2009, er komið víða við og stemmning skotveiðinnar svífur yfir vötnum. Nokkrir af snjöllustu skotveiðimönnum landsins segja sögur, rifja upp skemmtileg atvik og miðla af reynslu sinni. Einnig eru í bókinni eldri frásagnir og greinar sem sýna breytta tíma. Bókin er ríkulega myndskreytt.*

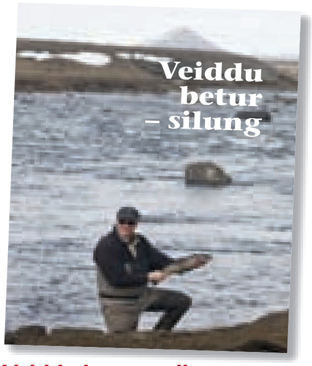


Veiddu betur – lax

Hér er um að ræða góða handbók þar sem nokkrir af helstu sérfræðingum landsins í laxveiðum segja frá aðferðafræðinni og sérviskunum þegar tekist er á við hin margvíslegustu skilyrði sem mæta mönnum á árbakkanum. Sérfræðingarnir sem um ræðir eru Ásgeir Heiðar, Haraldur Eiríksson og Stefán Sigurðsson, áður kenndur við Lax-á.

Strandstangaveiði á Íslandi

Strandstangaveiði hefur átt vaxandi vinsældum að fagna hér á landi, enda óhemju fjölbreyttir möguleikar til ástundunar um land allt. Hér eru tegundirnar kynntar, fjöldi góðra veiðistaða nefndir, hinar ýmsu útfærslur kynntar og margt annað er varðar þennan skemmtilega veiðiskap. Þessi handbók hjálpar þeim sem vilja prófa þennan veiðiskap að koma sér af stað.



Veiddu betur – silung

Hér er um að ræða góða handbók þar sem nokkrir af helstu sérfræðingum landsins í silungsveiðum segja frá aðferðafræðinni og sérviskunum þegar tekist er á við hin margvíslegustu skilyrði sem mæta mönnum á ár- eða vatnsbakkanum. Sérfræðingarnir sem um ræðir eru Jón Eyfjörð, Bjarki Már Jóhannsson og Ríkarður Hjálmarsson.

HÁSKÓLINN Á AKUREYRI Að öllu óbreyttu verður að skerða aðgengi og námsframboð. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Háskólaráð HA hefur áhyggjur af stöðu næsta árs:

Of margir nemendur

SKÓLAMÁL Háskólaráð Háskólans á Akureyri lýsir yfir áhyggjum sínum með hlutdeild skólans í fjárlögum komandi árs.

HA sé núna með um hundrað nemendaígildi umfram fjárveitingar og allt stefni í að sá munur aukist á næsta ári. Án aukinnar fjárveitingar verði að takmarka aðgengi nemenda að námi.

Á meðan fái skólar höfuðborgarsvæðisins greitt fyrir umframnemendur. Þykir þetta vera í andstöðu við stefnu stjórnvalda um að efla landsbyggðina.

- jóe

Hörð gagnrýni á nýsamþykkt fjárlagafrumvarp:

Vilja meira aðhald

EFNAHAGSMÁL Það stefnir í að árin 2014 og 2015 verði ríkisútgjöld orðin hærra hlutfall af landsframleiðslu en nokkru sinni fyrir bankahrun. Þetta segir í nýrri greiningu efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins.

Þar segir að nýsamþykkt fjáraukalög og fjárlög fyrir árin 2014 og 2015 gefi tilefni til að ætla að stjórnvöld telji nógu langt hafa verið gengið í samdrætti ríkisútgjalda.

Gert er ráð fyrir afgangi af rekstri ríkissjóðs en árið 2014 er hann að mestu tilkominn vegna einskiptistekna og árið 2015 er hann hverfandi. Auknum tekjum er mætt með auknum útgjöldum.

Í greiningunni kemur fram að áætlaður afgangur á árinu 2015 sé það lítill að ætla megi að meginmarkmið sé að skila hallalausum rekstri frekar en að greiða niður skuldir eða skapa svigrúm til að lækka álögur. - jhh

EKKI NÓG Ásdís Kristjánsdóttir er forstöðumaður efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins. Hún vill meira aðhald í ríkisfjármálastefnunni. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Ekki missa af góðu bragði fyrir jólin
1.195,-
Rammíslenskt hangikjöt m/meðlæti
1.295,-
Hátíðarkalkúnn m/meðlæti
1.395,-
Hangikjöt á beini m/meðlæti
Heitur matur er afgreiddur frá kl. 11:30
495,-/stk.
Barnaskammtar fyrir 12 ára og yngri
Hátíðarkalkúnn m/meðlæti
Rammíslenskt hangikjöt m/meðlæti
Smákökur
595,-
JÓLAGLÖGG 750ml
745,-
HEIMABAKARINN smákökudeig m/súkkulaði og hnetum. 400g
Einnig til fleiri tegundir
395,-/stk.
Jólaeftirréttir
Panna cotta, mokkamús og crème brûlée
295,-
Klementínumús
m/ekta jólaklementínum
IKEA®
Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingastaður opinn 9:30-20:30 - www.IKEA.is

ÁSTAND HEIMSINS

FLÓTTAMENN Í AUSTUR-KONGÓ Félagar úr uppreisnarsamtökunum M23 eru þarna komnir í flóttamannabúðir í Ramwanja eftir að hafa lagt niður vopn. NORDICPHOTOS/AFP

FLÓÐ Í TAÍLANDI Konur vaða flóðvatnið í borginni Narathiwat í Taílandi, þar sem úrhelli mikið með flóðum hefur hrjáð íbúana síðustu daga.

FLÖSKUTRÉ Í NÍGERÍU Nígerískur bjórframleiðandi gerði sér lítið fyrir og bjó til stærsta „flöskujólatré“ heims í fyrrverandi höfuðborg Nígeríu, Lagos.

BÆNASTUND Í PAKISTAN Fórnarlamba fjöldamorðanna í Peshawar á miðvikudaginn var minnst með bænastund í gær í dómkirkju heilags Patricks í Karachi. Sex talibanar myrtu meira en 140 manns, þar af 132 skólabörn. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

ÚTIKENNSLA Í AFGANISTAN Skólabörn sitja þarna í hópum að hlýða á kennara sína í Nangarhar-héraði í Afganistan.

Bio-Kult

Öflug blanda mjólkursýrugerla sem bæta meltinguna

HVERNIG GETUR MAÐUR STOLIÐ SJÁLFUM SÉR?

„Alveg örugglega ein af ævisögum ársins.“

Kolbrún Bergþórsdóttir / Morgunblaðið

„Allt í senn saga um tíma, örlög og samfélag.“

Einar Már Guðmundsson, rithöfundur

★★★★

„Hvað gerir fræðimaður þegar í ljós kemur, að um viðfangsefni hans eru nánast engar heimildir? Hann skrifar bók. Aldeilis sallafína bók.“

Karl Th. Birgisson / Herðubreið

„... grípandi frásögn um fjölþætt og flókin tengsl Íslands við umheiminn.“

Kristín Loftsdóttir, prófessor í mannfræði við Háskóla Íslands

1. prentun uppseld
2. prentun á þrotum
3. prentun væntanleg

www.forlagid.is | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39

BRAUN

Braun MQ325OMELETTE
Töfrasproti með PowerBell hnífum úr ryðfríu stáli. 2 hraðar og Turbo. Þeytari /350 ml hakkari o.fl.

JÓLATILBOÐ
7.995
FULLT VERÐ 9.995

MELISSA

Melissa 16730018
Fótanuddtæki. Ein stilling með nuddi og hita.

VERÐ
4.995
FRÁBÆRT VERÐ

Panasonic

Panasonic ESRT47
Öflug 3ja blaða hleðslurakvél með fljótandi rakhaus. Multi-arc Pivoting Wet&Dry hausar. Má nota með kremi eða raksápu. Skegg- og bartskerahaus fylgir. Rafhlöðumælir.

JÓLATILBOÐ
14.995
FULLT VERÐ 17.995

PRINCESS

Princess 232147
2200W Roma hraðsuðukanna með vatnsmæli. 1,7 lítrar. Stál.

VERÐ
3.995
FRÁBÆRT VERÐ

MELISSA

Melissa 16120009
Kaffikvörn með stálhnífum. Tekur 50 gr.

JÓLATILBOÐ
2.995
FULLT VERÐ 3.995

MELISSA

Melissa 16190014
250w Mini matvinnsluvél með 2 hröðum og púls. Ryðfrír hnífar. Öryggislás. Gúmmílappir fyrir stöðuleika. Tekur allt að 0,5L.

VERÐ
5.995
FRÁBÆRT VERÐ

VEÐURSTÖÐVAR

NÝ SENDING KOMIN

VERÐ FRÁ
4.995
FRÁBÆRT VERÐ

MELISSA

Melissa 16210024
170W töfrasproti með 1 hraða. Hentar fyrir sósur og súpur. Hnífar úr ryðfríu stáli. Auðvelt að þrífa.

VERÐ
1.995
FRÁBÆRT VERÐ

Dantax M171 Dantax
17 lítra og 700w örbylgjuofn með fimm 5 hitastillingum.

JÓLATILBOÐ
10.396
FULLT VERÐ 12.995

Ariete

Ariete DC1911
1000w heilsugrill með hitastilli og hitaljósi. Efri hluti færist eftir þykkt matar. Non-Stick - Auðvelt að þrífa.

VERÐ
9.995
FRÁBÆRT VERÐ

KENWOOD

Kenwood CP658
2000w Slow Cooker með glerloki. Hitastillir. Heldur heitu stilling. Laus keramik pottur. Tekur 6,5 lítra.

VERÐ
14.995
FRÁBÆRT VERÐ

Hurom Slow Juicer

Hurom HB2SILVER
Hljóðláta Slow Juicer safapressan sem fagfólkið velur. Pressar meira og tærara magn safa en aðrar pressur. Hámarks nýting á ávöxtum, grænmeti, hveitigrasi, hnetum og soyjabaunum. Ný kynslóð með pulp control.

VERÐ
42.995
FRÁBÆRT VERÐ

iRobot *Sú allra besta!*

T3

Roomba 880
Með iAdapt gervigreind, HEPA síu og tímastilli. Nýtt AeroForce hreinsikerfi sem hreinsar 50% betur. Háþróað burstakerfi fyrir hár, ló og hnökra. Tveir sýndarveggir. Dirt Detect Series 2 óhreinindaskynjari. Fallskynjari.

VERÐ
129.995
FRÁBÆRT VERÐ

SEVERIN

Severin AH7913
Þráðlaus handryksuga með hleðslurafhlöðu. Öflugt sog, tekur bæði óhreinindi og vökva. Veggfesting fylgir.

VERÐ
5.995
FRÁBÆRT VERÐ

Ariete

Ariete 2770
Handryksuga með skafti.

VERÐ
14.995
FRÁBÆRT VERÐ

KENWOOD
kMix

Nýjir litir komnir!

TÖLVULISTINN Heimilistæki

7 VERSLANIR
REYKJAVÍK - AKUREYRI - HÚSAVÍK - SELFOSS
EGILSSTAÐIR - REYKJANESBÆR - AKRANES

ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR

Philips 42PFT5609
42" snjallsjónvarp með háskerpu 1920x1080p upplausn. Pixel Precise HD DualCore örgjörvi. Ljósnemi. Multiroom TV. 200 Hz Perfect Motion Rate. Þráðlaus nettenging. 3 HDMI tengi. Skype möguleiki. MyRemote síma/spjaldtölvu App.

JÓLATILBOÐ
129.995
FULLT VERÐ 169.995

Philips 49/55PUS7909
Sjónvarp með Ultra HD – 4K 3840x2160p ofur háskerpu upplausn. Pixel Precise Ultra HD. Quad core örgjörvi. 600Hz PMR Ultra. Perfect Natural Motion. Ambilight baklýsing. Android. Twin tuner og miklu fleira. 3D möguleiki – 4 gleraugu fylgja!

49" Philips 49PUS7909
JÓLATILBOÐ
299.995
FULLT VERÐ 374.995

55" Philips 55PUS7909
JÓLATILBOÐ
399.995
FULLT VERÐ 499.995

Philips 32PHT4309
Einfalt en gott sjónvarp með háskerpupplausn 1920x1080 og 100Hz perfect motion rate. 2 Hdmi tengi og USB tengi.

JÓLATILBOÐ
69.995
FULLT VERÐ 89.995

PHILIPS Bluetooth

Philips P9X Fidelio
Vandaður Bluetooth hátalari með innbyggðri lithium rafhlöðu sem endist allt að 8 klst. 20w RMS magnari, wOOx hljómtækni, NFC og aptX.

JÓLATILBOÐ
29.995
FULLT VERÐ 49.995

Panasonic

Má festa á vegg!

Panasonic SCHC19
20W samstæða með MASH geislaspilara og D.Bass. Pure Direct Sound. FM útvarp með RDS. Tónjafnari. Klukka með vekjara og svefnrofa. USB.

JÓLATILBOÐ
23.995
FULLT VERÐ 29.995

Panasonic

Blu-ray Disc DVD VIDEO

Panasonic DMPBD79BK
Blu-Ray spilari með DVD uppskölun í 1080p. High Def 1080p @ 24fp. DTS-HD og Dolby TrueHD fyrir hágæða 7.1 heimabíó. DTS-HD Master Audio Essential / DTS-HD High Resolution Audio. 2x USB og HDMI tengi með Deep Color.

JÓLATILBOÐ
17.995
FULLT VERÐ 24.995

PHILIPS

Philips HTL2160
Heimabíó með 60w RMS 80cm Soundbar hátalara. Dolby Digital og Virtual Surround Sound. MP3 Link, AUX in, coaxial/optical in og USB. Þráðlaus Bluetooth tenging. Bassahátalari fylgir. Hægt að festa á vegg.

Bluetooth

JÓLATILBOÐ
29.995
FULLT VERÐ 49.995

HLJÓMTÆKI OG HÁTALARAR
20% JÓLAAFSLÁTTUR

NAD psb DALI DENON

PHILIPS

Philips CD1901
Þráðlaus DECT sími með handfrjálsum möguleika. Baklýstur 1,6" LCD skjár. 50 númer og nöfn í minni. Endurval og númerabirtir.

JÓLATILBOÐ
4.995
FULLT VERÐ 5.495

OPIÐ ALLA DAGA TIL JÓLA
KL. 10 - 22

Heimilistæki ht.is
UMBOÐSMENN UM LAND ALLT

HAFNARGÖTU 90 **REYKJANESBÆ** S: 414 1740 • EYRARVEGI 21 **SELFOSSI** S: 480 3700 • GARÐARSBRAUT 18A **HÚSAVÍK** S: 464 1600 • GLERÁRGÖTU 30 **AKUREYRI** S: 460 3380 • KAUPVANGI 6 **EGILSSTÖÐUM** S: 414 1735 • ÞJÓÐBRAUT 1 **AKRANESI** S: 431-3333 • SUÐURLANDSBRAUT 26 **REYKJAVÍK** S: 569 1500

SKOÐUN

Vandi rússnesks efnahags eykst dag frá degi:

Staða Rússlands er ógn við Ísland

Hríðversnandi efnahagur Rússlands hefur víðtæk áhrif. Líka hér á landi. Svo er komið að mörg þarlend fyrirtæki geta ekki borgað reikninga sína. Það hefur leitt til þess að rússnesk fyrirtæki skulda nú íslenskum fiskútflytjendum á bilinu þrjá til fimm milljarða króna fyrir uppsjávarfisk sem þau hafa þegar fengið afhentan. Rússlandsmarkaður skiptir okkur miklu máli og því eru miklir hagsmunir undir. En hvað ber að gera?

Fréttablaðið greindi frá því í gær að nokkrir fiskútflytjendur skoði nú að gefa afslátt af skuldum og jafnvel allt að því sem nemur gengisfalli rúblunnar frá söludegi afurðanna. Gengi gjaldmiðilsins gagnvart Bandaríkjadal hefur fallið um helming á árinu en Rússar greiða jú fyrirtækjum hér í flestum tilvikum með dölum.

Sigurjón Magnús Egilsson

sme@frettabladid.is

Fyrir okkur er málið alvarlegt. Það tekur tíma að finna nýja markaði, reynist sá rússneski óspennandi, og mjög takmarkað er hversu mikið magn sjávarafurða við getum geymt, hversu mikinn lager við getum átt. Það ríkir óvissa.

„Þeir eru ekki hættir að reisa múra,“ sagði Pútín í gær og vísaði til Berlínarmúrsins. Eftir fall hans hafi NATO stækkað til austurs og Bandaríkin vilji enn koma sér upp flugskeytavörnum í austanverðri Evrópu. Rússar séu því að verja eigið sjálfstæði: „Þetta snýst ekkert um Krímskaga, þetta snýst um að við erum að vernda fullveldi okkar og verja tilverurétt okkar.“

Ljóst er að engar tilslakanir verða á Krímskaga, þannig að Vesturlönd hætti viðskiptaþvingunum gegn Rússlandi. Fátt bendir til að sú leið verði farin. Þegar stórveldi eins og Rússland lendir í slíkum vanda hefur það áhrif víða. Líka hér á landi. Og hvað er þá til ráða? Halda fyrirtæki áfram að selja til Rússlands í von um að fá borgað? Er áhættan þess virði?

Rússland er mikilvægasti markaður Iceland Pelagic en fyrirtækið er í eigu útgerðar félaganna Skinneyjar Þinganess og Ísfélags Vestmannaeyja. „Við héldum áfram að selja til Rússlands í haust eftir að ástandið þar fór að versna því það tekur langan tíma að finna nýja markaði og við höfum engar frystigeymslur hér til að geyma fiskinn og því þurftum við annaðhvort að hætta að framleiða eða selja á Rússland,“ sagði Hermann Stefánsson framkvæmdastjóri í erindi sem hann hélt á Sjávarútvegsráðstefnunni í nóvember síðastliðnum. Þar kom fram að nærri helmingur alls makríls sem veiðist hér við land er seldur til Rússlands, tuttugu prósent af allri síld og helmingur frystrar loðnu. „Ef það verður svipuð staða í Rússlandi þegar loðnuvertíðin hefst í janúar þá mun megnið af því leita í fiskimjöl eða lýsi,“ sagði Hermann. Afleiðingarnar geta orðið okkur verulega erfiðar.

Augu Vesturlanda beinast nú að Pútín og Rússlandi. Hvert stefnir efnahagur Rússlands? Staða þeirra er þröng. Og hún hefur áhrif hér á landi. Íslenskt efnahagskerfi er svo lítið og viðkvæmt að óvissan í Rússlandi er ógn við afkomu okkar. Mat Rússa er að þeir verji nú tilverurétt sinn. Best er að reikna með aukinni hörku. Mikið þarf til að koma svo breyting verði á.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Sigurjón M. Egilsson *sme@frettabladid.is.* Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Jólatónleikar Söngsveitarinnar Fílharmóníu

Háteigskirkja, laugardaginn 20. desember kl. 20

Kristskirkja Landakoti, mánudaginn 29. desember kl. 20

Einsöngvari: Elmar Gilbertsson

Hörpuleikari: Sophie Schoonjans

Stjórnandi: Magnús Ragnarsson

Miðasala á midi.is og við innganginn

FRÁ DEGI TIL DAGS

Fámennur hópur eða ekki

Til orðaskipta kom í Bítinu á Bylgjunni í gærmorgun þegar Ásmundur Friðriksson, alþingismaður Sjálfstæðisflokks, og Líf Magneudóttir, varaborgarfulltrúi Vinstri grænna, töluðu um kirkjuferðir skólabarna á aðventunni. Þau eru ósammála. Líf er á móti heimsóknunum, en Ásmundur er með þeim. „Þið eruð fámennur hópur, þið sem eruð að predika að börnin megi ekki fara í kirkjurnar. Ég segi nú bara að við sem menningarþjóð, sem byggjum okkar menningu til dæmis á Íslandssögunni, ef einhver segir að Íslandssagan sé bara kjaftæði og lygi, ætlum við þá bara að hætta að kenna hana?“ Þannig mæltist þingmanninum Ásmundi.

Jólin eru heiðin

Líf Magneudóttir varaborgarfulltrúi vill ekki láta eiga neitt hjá sér og alls ekki í orðræðunni, hún svaraði þingmanninum Ásmundi Friðrikssyni vegna orða hans sem minnst er á í kaflanum hér að framan. „Jólin eru í rauninni heiðinn siður og miklu, miklu eldri en kristnin. Við fögnum öll á okkar forsendum eins og vera ber. Af því að við erum svo margmenningarleg, við erum ekki bara hvít, gagnkynhneigð og kristin,“ sagði Líf meðal annars. Ljóst er að ágreiningurinn þeirra á milli leystist ekki og enn mun verða deilt um kirkjuferðir skólabarna, eins og gert hefur verið í mörg síðustu ár.

Boðandi, biðjandi og þjónandi

Enn af því sama. Líf Magneudóttir greindi framgöngu presta, í kappræðunum við Ásmund Friðriksson: „Einkennisorð presta eru boðandi, biðjandi og þjónandi og þeir eiga að hafa það að leiðarljósi í öllu sínu starfi. Þannig að það verður ekki þegar embættismaður, sem sagt prestur í kirkju, fer með hugvekju. Þá er það trúboð vegna þess að það er eðli starfsins.“ Og þetta: „Þegar við förum í kirkju og hlustum á orð Guðs, sem er hugvekja og haldin af presti, þá set ég alveg spurningarmerki við hvort það sé trúboð eða fræðsla.“

sme@frettabladid.is

HALLDÓR

Samkeppnishæf svínarækt?

LANDBÚNAÐUR

Ólafur Stephensen
framkvæmdastjóri Félags atvinnurekenda

Hörður Harðarson, formaður Félags svínabænda, fer með beinar og vísvitandi rangfærslur um málflutning Félags atvinnurekenda í grein í Fréttablaðinu í gær. Hann skrifar: „Þannig kom Ólafur Stephensen, framkvæmdastjóri Félags atvinnurekenda, fram í fjölmiðlum á dögunum og sagði að það eina sem skipti almenning máli þegar kemur að innkaupum væri vöruverð. Gæði, hollusta eða heilnæmi virtust engu máli skipta. Bætti hann svo við að ef innlendir aðilar gætu ekki keppt við verð sem erlendir aðilar bjóða þá væri allt eins gott fyrir þá að hætta sínum rekstri. Hvaða starfsemi yrði eiginlega eftir hér landi ef Ólafi yrði að ósk sinni?“

Útlegging Harðar á sér ekki stoð í raunveruleikanum. FA hefur bent á að geti svínaræktin ekki keppt við innflutning sem nemur 10% af innanlandsneyzlu, á tollum sem nema 30-40% af innkaupsverði, ættu svínabændur að snúa sér að arðbærari iðju. Undirritaður sagði í fréttum RÚV 12. desember: „Svo held ég hins vegar að innlendir framleiðendur ættu alveg að geta keppt á grundvelli gæða og hreinleika. Neytendur eiga þá bara einfaldlega að eiga valið á milli innlends svínakjöts og þess erlenda og geta valið á milli þess bæði á grundvelli verðs og upplýsinga um framleiðsluhætti og hvernig er búið að dýrunum.“ Sambærileg ummæli féllu á Bylgjunni 10. desember.

→ Í raun eru engin rök fyrir að stjórnvöld verndi svínaræktina. Röksemdir um að verið sé að vernda hefðbundinn búskap í harðbýlu landi eiga ekki við.

Auðvitað skiptir verðið ekki öllu máli þegar neytendur velja sér vöru. Einmitt þess vegna ættu íslenzkir svínabændur að geta mætt erlendri samkeppni. Þeir krefjast þess hins vegar af stjórnvöldum að lagðir séu ofurtollar á innflutning og andmæla þeirri rýmkun á innflutningsheimildum sem gripið hefur verið til undanfarin ár til að mæta skorti á svínakjöti.

Í raun eru engin rök fyrir að stjórnvöld verndi svínaræktina. Röksemdir um að verið sé að vernda hefðbundinn búskap í harðbýlu landi eiga ekki við. Svín eru alin af fáeinum umsvifamiklum fyrirtækjum í stórum iðnaðarskemmum, mest á innfluttu fóðri.

Þeirri spurningu er hins vegar auðsvarað hvaða starfsemi yrði eftir á Íslandi ef undirrituðum yrði að ósk sinni. Það yrði öflug atvinnustarfsemi sem þyrfti ekki tolla eða ríkisstyrki til að standast alþjóðlega samkeppni. Það á við um flestar atvinnugreinar á Íslandi í dag.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **AÐSTOÐARFRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **VIÐSKIPTI:** Fanney Birna Jónsdóttir *fanney@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Erla Björg Gunnarsdóttir *erla@frettabladid.is*
MENNING: Friðrika Benónýsdóttir *fridrikab@frettabladid.is* **VÍSIR:** Kolbeinn Tumi Daðason, *kolbeinntumi@365.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Kæri Jóli, Sigmundur Davíð hér

Í DAG
Sif Sigmarsdóttir
rithöfundur

Kæri Jóli. Sigmundur Davíð hér. Ég rita þetta bréf til að hvetja þig til að endurskoða kartöfluna sem þú gafst mér í skóinn í morgun. Hvað eiga þessar loftárásir eiginlega að þýða? Ertu kannski einn af þessum jólasveinum á RÚV? Þú skalt hins vegar vita að ég get gripið til ráða minna. Hver ertu, þú heigull, sem ferð huldu höfði að næturlagi? Ertu þessi feiti útlenski í rauða gallanum? Passaðu þig bara eða ég legg á þig innflutningshöft, tolla þig út úr tilverunni. Við á Íslandi kærum okkur ekki um þína menningarlegu gin- og klaufaveiki.

Eða ertu kannski einhver íslenskur landráðamaður? Þú kallar þig Skyrgám. En þú ert sko enginn gámur frá Mjólkursamsölunni, það er næsta víst. Ég get skorið þig niður, skattlagt þig svo rækilega að þú óskir þess að þú hefðir aldrei fæðst. Það er, ef Kaupfélag Skagfirðinga verður ekki fyrra til að hafa hendur í hári þínu. Þú veist að það fer illa fyrir öllum þeim sem hyggja á nýsköpun í mjólkuriðnaði. Þetta er samt ekki hótun sko. Bara staðreynd.

Af hverju, Jóli? Af hverju gafstu mér kartöflu? Þetta er einelti. Ég vona að hún sé íslensk. Frá Þykkvabæ. Ég vil ekki smitast af einhverjum útlenskum kartöflusjúkdómi. Ég á ekki skilið að fá kartöflu, Jóli. Ég er góður. Ég er alltaf að gera eitthvað fyrir aðra. Ég er eins og þú, Jóli. Ég var að enda við að gefa fullt af fólki 80 milljarða. Ég veiti fólki styrki sem bað ekki einu sinni um þá. Ég lækka skatta hjá þeim sem eiga það skilið. Ég er góður við alla sem eru góðir við mig, Jóli.

En það eru bara ekki nærri allir góðir við mig. Og ég geri sko ekki neitt fyrir neinn sem gerir ekki neitt fyrir neinn. Mér líður stundum eins og Mjallhvíti gagnvart vondu stjúpunni. Hún þurfti sjö dverga til að passa upp á sig. Alveg eins og ég. Það er samt ekki mér að kenna að ég þurfi sjö aðstoðarmenn. Það eru þessir meintu fjölmiðlar sem bera ábyrgð á þeim ríkisútgjöldum. Þeir Purkur, Kútur, Álfur, Hnerrir, Teitur, Glámur og Naggur hafa vart undan við að fela hrosshausa í rúmum blaðamanna.

Grapevine. Hvað er það eiginlega? Er það einhver riðusjúkdómur frá útlöndum?

Ég er svo misskilinn, Jóli.

Ég held að ég hafi farið aldavillt. Jónas frá Hriflu hefði skilið mig. Fattar fólk ekki að ég er verndari íslenskrar þjóðmenningar? Þess vegna hækkaði ég virðisaukaskattinn á bækur. Einhver þarf að verja þjóðmenninguna gegn úrkynjun samtímans. Það er búið að skrifa allar þær bækur á íslenskri tungu sem vert er að skrifa. Allt eftir Njálu var óþarfi. Nær væri að senda þessa listamenn í áburðarverksmiðjuna. Okkur vantar meiri áburð, ekki orð. Þessar Ora-baunir rækta sig ekki sjálfar.

Alveg eins og strax er teygjanlegt orð er ég maður fólksins. Fólkið bara veit það ekki. Ég vildi að það vissi það. Að ég væri dýrkaður og dáður. Til dæmis svona eins og þessi Svavar Kútur. Eða heitir hann það ekki? Af hverju gafstu mér ekki ukulele í skóinn, Jóli? Ef ég ætti ukulele eins og Svavar Kútur væri ég pottþétt dýrkaður og dáður. Ég myndi spila Stál og hnífur. Allir myndu klappa.

Kæri, Jóli. Gerðu það, taktu kartöfluna til endurskoðunar. Vantar þig ekki jarðgöng? Eða styrk? Ég get reddað þér styrk fyrir hverju sem er. Eða áttu óvin sem þú vilt losna við? Ég get slitið hann upp með rótum og sent hann í útlegð eitthvert út í buskann. Kópasker? Jóli, ég verð að losna við þessa kartöflu. Ég er á low-carb kúrnum fyrir jólin. Taktu hana til baka og þú munt eiga gleðileg jól. Þetta er ekki hótun. Bara staðreynd.

> Af hverju, Jóli? Af hverju gafstu mér kartöflu? Þetta er einelti. Ég vona að hún sé íslensk. Frá Þykkvabæ. Ég vil ekki smitast af einhverjum útlenskum kartöflusjúkdómi. Ég á ekki skilið að fá kartöflu, Jóli. Ég er góður.

AF NETINU

Kúba á eftir að breytast hratt

Innan tíðar verður hægt að fljúga frá Bandaríkjunum til Kúbu. Frá Flórída er örstutt þangað yfir – það er líka hægt að sigla. Bandaríkjamenn flykkjast til Kúbu – þeir byggja hótel og stofna veitingahús. Kúba breytir um svip – Havana verður ekki lengur safn um suðræna útgáfu af kommúnismanum. Þeir sem vilja upplifa það þurfa að drífa sig. Eftir áratug verður Kúba komin nær því að verða 51. ríki Bandaríkjanna.

http://eyjan.pressan.is
Egill Helgason

Sýnið miskunn, réttlæti er fyrir alla

TRÚMÁL

Jóhanna Harðardóttir
Kjalnesingagoði

Ég get ekki lengur orða bundist varðandi umræðu um kirkjuheimsóknir á vegum skólanna.

Með þessu vona ég að þeir sem telja sig kristna (og þar með væntanlega miskunnsama?) sjái að sér og hætti að styðja kirkjuheimsóknir á vegum skólanna, þótt ekki væri nema til að sýna mannúð í verki.

Í starfi mínu sem goði hjá Ásatrúarfélaginu er oft leitað til mín þegar eitthvað bjátar á. Þegar líður á aðventuna líður ekki sá dagur að aðstandendur grunnskólabarna hafi ekki samband við mig vegna fyrrnefndra kirkjuheimsókna og þess vanda sem hann veldur innan fjölskyldna.

Í flestum tilfellum hafa foreldrar samband þegar slíkar heimsóknir eru í bígerð og vita ekki í hvorn fótinn þeir eiga að stíga.

Þeir vilja ekki að börnin fari í kirkjuna, en þeim er í raun stillt upp við vegg af skólayfirvöldum og kirkjunni: Annaðhvort fær barnið þitt að fara í kirkju eða það er gert að utangarðsmanni í skólanum og er þar með útsett fyrir einelti og/eða einmanaleika.

Ég get lítið annað en brýnt fyrir foreldrunum að þeir beri sjálfir ábyrgð á uppeldi barna sinna og verði að taka þessa ákvörðun með tilliti til þess hvað þeir telji barninu fyrir bestu og útskýra málið fyrir þeim. Ég get lítinn stuðning veitt í þessu tilfelli, því miður er enginn góður kostur í stöðunni, svo er skóla- og kirkjuyfirvöldum fyrir að þakka.

Verri eru þau tilfelli þegar foreldrar hafa samband við mig eftir slíkar heimsóknir, bæði þar sem börnin hafa farið í kirkjuheimsókn og þar sem þau hafa setið eftir í skólanum.

Nokkur dæmi – fyrir heimsóknir:

- Heiðin börn skiptast í tvo hópa í afstöðunni gagnvart þessum heimsóknum og fer það nokkuð eftir aldri þeirra og þroska. Flest vilja þau ekki fara í kirkjuna en eiga samt mjög erfitt með að segja frá því þar sem skólayfirvöld (sem hafa komið börnunum í þessa afleitu stöðu) ætlast óbeint til þess að þau fari með því að skipuleggja viðburðinn.
- Skólafélagarnir og vinasambönd eru undir álagi, það er ekki fallega gert að stía heiðnum og kristnum vinum í sundur með því að þurfa að láta þá velja á milli félagsskaparins og trúarinnar.
- Sum barnanna vilja fara í kirkjuheimsóknir vegna utanaðkomandi þrýstings. Það er ekki þar með sagt að foreldrarnir séu tilbúnir að senda börnin þangað, vitandi að þar fer fram innræting trúar og lífsskoðana sem stríða beinlínis gegn þeirra eigin. Hér er vísvitandi verið að reka fleyg í fjölskylduna.

Nokkur dæmi eftir heimsókn heiðinna barna í kirkjur:

- Heiðin börn verða sorglega oft fyrir aðkasti annarra barna í sambandi við þessar heimsóknir. Nokkur dæmi þekki ég þar sem börn hafa jafnvel setið undir afar óskemmtilegum athugasemdum og umræðum frá kennurum sínum eftir slíkar heimsóknir. Þetta er ótrúlega sársaukafull reynsla fyrir barn sem fer í kirkjuheimsókn á forsendum fordómaleysis.
- Heiðin börn skilja að vonum ekki jólaboðskap kirkjunnar sem er gjörólíkur jólaboðskap heiðinna manna og það getur verið erfitt fyrir börnin að spyrja og enn erfiðara fyrir foreldrana að útskýra eitthvað sem þeir trúa ekki sjálfir á. Þetta veldur streitu hjá bæði börnum og fullorðnum.
- Ég þekki þónokkur dæmi um allt frá særandi stríðni og upp í svæsið einelti meðal krakka vegna þessara skólaheimsókna.

Á undanförnum árum hef ég orðið vitni að miklum og vaxandi sársauka og reiði vegna skólaheimsókna í kirkjur. Með hverju árinu sem líður versnar ástandið, reiðin vex og sársaukinn með.

Kristið fólk eignar sér jólin og vill þröngva þeim 22 prósentum grunnskólabarna sem standa utan Þjóðkirkjunnar til að lúta innrætingu sinni. Nú síðast á forsendum „hefðar“ sem á engan veginn við þar sem þessar heimsóknir eru nýtilkomnar.

Ég leyfi mér að segja hér fullum fetum:

Það að bjóða upp á kirkjuferðir í skólum er ILLMANNLEGA gert. Vinum er stíað í sundur, fleygur rekinn í fjölskyldur og allir sem að málinu koma standa uppi með óbragð í munni í stað þess að gleðjast á aðventunni. Það sæmir hvorki skólayfirvöldum né kirkjunni að valda úlfúð og vanlíðan með þessum hætti. Og nú hafa jafnvel stjórnmálamenn lagst á sveif með þeim sem vilja mismuna fólki vegna trúarbragða. Trúmál eru einkamál og það er foreldranna að ala börn upp í trú – ríki og skólar eiga ekki að skipta sér af því.

Kirkjur um allt land standa opnar foreldrum sem vilja koma með börn í messur, það getur ekki verið nauðsynlegt að reka börn þangað í hjörðum á vegum ríkisins.

➜ Það að bjóða upp á kirkjuferðir í skólum er ILLMANNLEGA gert. Vinum er stíað í sundur, fleygur rekinn í fjölskyldur og allir sem að málinu koma standa uppi með óbragð í munni í stað þess að gleðjast á aðventunni.

Jólahlaðborðið á bílnum?

UMFERÐ

Einar Guðmundsson
formaður í Brautinni, bindindisfélagi ökumanna

Jólahlaðborð eru orðin stór þáttur hjá mörgum. Oft eru þau í hádeginu og því eðlilegt að skjótast á bílnum, því vinnan bíður þegar gómsætum veitingum jólahlaðborðsins hafa verið gerð góð skil. Og það er í raun allt í lagi að fara á bílnum en þá verðum við að velja réttu drykkina með matnum, hafa þá óáfenga. Það er nefnilega ekki rétt að það sé í lagi að fá sér einn léttan og aka til baka eftir jólahlaðborðið. Sumir telja að það sé í lagi þar sem áfenga drykkjarins er neytt með mat.

Lögreglan er ekki að leita að áfengisáhrifunum ef þú ágæti ökumaður ert stöðvaður. Hún leitar eftir áfengismagninu í blóði. Sé áfengis neytt með mat upplifir neytandinn minni áfengisáhrif, en áfengismagnið í blóði er það sama, hvort sem matar er neytt eða ekki. Hugsanlega tekur það áfengið lengri tíma að komast út í blóðið.

Lögin eru skýr

Sumir telja að leyfilegt sé að hafa smá áfengismagn í blóði þar sem refsimörkin eru 0,5 prómill. En umferðarlögin eru skýr, ekki má aka eftir að hafa neytt áfengis. Lögreglan mun ekki heimila akstur þó prómillmagnið sé 0,3 eða 0,4 því það er einnig brot á umferðarlögunum.

Sumir ökumenn aka undir áhrifum vegna þess að þeir telja að lögreglan nái þeim ekki og sér í lagi þar sem þeim tókst það síðast. Svo eru þeir ökumenn sem telja sig yfir umferðarlögin hafna og mega brjóta þau að vild, bæði hvað hraða og ölvun varðar.

Í báðum tilfellum erum við hin sem ferðumst í umferðinni í hættu ef við mætum þeim. Þeir hugsa bara um sig og sínar þarfir. Myndu þeir leyfa sér að aka í þessu ástandi eftir þeirri götu sem barnið þeirra leikur sér við? Líklega ekki, því þá snertir það þeirra eigin hagsmuni.

Hafir þú einhvern tíma ekið undir áhrifum áfengis eða annarra vímuefna, er ekki of seint að snúa blaðinu við því nýr dagur byrjar á morgun. Það er ákvörðun okkar hvernig við hegðum okkur í umferðinni. Sýnum þá ábyrgð að aka ekki undir áhrifum áfengis eða annarra vímuefna og gefum okkur það í jólagjöf.

➜ Sumir telja að leyfilegt sé að hafa smá áfengismagn í blóði þar sem refsimörkin eru 0.5 prómill. En umferðarlögin eru skýr, ekki má aka eftir að hafa neytt áfengis.

Góð Symphonía fyrir umhverfið

UMHVERFISMÁL

Sigurður Oddsson
verkfræðingur

Í Fréttablaðinu 17/12 svarar Kristján Andri Jóhannsson, kynningarfulltrúi Ungra umhverfissinna, greinum mínum um plastpoka. Ég er þakklátur fyrir það og vildi gjarnan að meiri umræða væri um ýmislegt, sem ég hefi skrifað um.

Það er ekki rétt að ég hafi sagt, að plasti sé blandað í maíspoka. Ég skrifaði að plastpokar væru maísmengaðir og við það stend ég. Sama hvað Íslenska Gámafélagið (IG) leyfir sér að prenta á pokana.

IG ætti að birta á heimasíðu sinni, hvaða efni eru í maíssterkjunni, sem pokarnir eru framleiddir úr og færa sönnur á að þeir brotni 100% niður án mengunar á 10-45 dögum. Svo er spurning, hvort þeir séu endurvinnanlegir og þá hvernig?

Hér að neðan kemur fram að Pmt hefur óverulega hagsmuni af sölu plastpoka, en á því kann að verða breyting. Kristján Andri bendir mér líka á að nær væri að ég beindi kröftum mínum í að finna umhverfisvænni umbúðir fyrir viðskiptavini Pmt. Ég get glatt Kristján og alla þá sem bera umhyggju fyrir umhverfinu, að það er nákvæmlega það sem ég hefi gert. Í greininni hér að neðan er sagt frá umhverfisvænu plasti og vísað á heimasíður með rökstuðningi og fróðleik um efnið, sem vonandi lyftir umræðunni á hærra plan:

Fáfræði í grein um útrýmingu plastpoka á Sauðárkróki pirraði mig og ég bar saman plast- og pappírspoka. Greinin vakti mikil viðbrögð. Maíspokar komu í umræðuna. Ég rifjaði upp og setti á blað það sem ég vissi um maíspoka.

Á sínum tíma hjá Plastos reyndi ég að koma með og kynna nýjungar í umbúðum og komst þá í sambandi við fyrirtækið „Symphony“, sem var að þróa umhverfisvænt plast. Uppfinning Symphony var að eftir ákveðinn líftíma breyttist mólekúlauppbygging plastsins þannig að plastið breyttist í efni sem brotnar niður líkt og gróður að hausti. Niðurbrotið kallast OXO-BIO-DEGRADABLE og er ekki síst byltingarkennt fyrir að líftími plastsins er fyrirfram ákveðinn.

Allflestir meðvitaðir

Skömmu áður en ég seldi Plastos sýndum við og kynntum umhverfisvæna plastpoka frá Symphony á Sjávarútvegssýningunni Icefish. Það var fyrir 15 árum. Kynningarblöðin vöktu athygli, en tíðarandinn þá var þannig að allir vildu vera umhverfisvænir svo lengi, sem það kostaði ekkert. Í dag eru allflestir, sem betur fer, meðvitaðir hvert stefnir í umhverfismálum. Við sannreyndum svo að síðustu pokarnir brotnuðu niður á lagernum hjá Pmt. Í þessari viðleitni minni að leiðrétta misskilning á plastpokum í samanburði við aðrar umbúðir fann ég Symphony á netinu. Þar á bæ hefur melódían verið samin áfram og er orðin að meistaraverki, sem heitir d2w. Í viðbót við d2w er komin önnur melodia d2p, sem er sveppa- og bakteríu drepandi plast fyrir matvælaiðnaðinn. Drepur t.d.: MRSA, E.Coli, Salmonella, Listeria, Pseudomonas, og Aspergillus Niger.

Það er ekki hægt að skýra í blaðagrein allt það sem kemur fram hér að ofan. Þeim sem vilja fræðast meira um d2w og d2p er bent á http://www.pmt.is/?c=frettir&lid=19, sem leiðir viðkomandi á heimasíðu Symphony með aðgang að niðurstöðum rannsókna hjá virtum stofnunum um allan heim og fréttum af umhverfismálum.

Rétt er að hér komi fram að Pmt hefur sótzt eftir að verða umboðsaðili Symphony á Íslandi.

➜ Fáfræði í grein um útrýmingu plastpoka á Sauðárkróki pirraði mig og ég bar saman plast- og pappírspoka. Greinin vakti mikil viðbrögð. Maíspokar komu upp í umræðuna. Ég rifjaði upp og setti á blað það sem ég vissi um maíspoka.

visir.is
Lengri útgáfu greinarinnar má sjá á Vísi.

Jólagjafir
- fyrir heimilin í landinu

SAMSUNG
UE48H6675
LED SJÓNVARP · 600 Hz. · Full HD 1920x1080p
3D · SMART TV · Gervihnatta móttakari · Micro Dimming · Gervihnatta móttakari

48"
229.920 Verð áður 287.400

55"
295.900 Verð áður 369.000

MÍNUS 20%

0% VEXTIR Vaxtalausar raðgreiðslur í tólf mánuði

SAMSUNG
UE32/40/55/65H6475
LED sjónvarp · 400 CMR (rið)
3D · smart TV með þráðlausu neti.

32" 119.920 áður 149.900
48" 189.900 Jólatilboð
55" 279.920 áður 349.900
65" 499.000 áður 649.900

Pioneer HLJÓMTÆKI
X-SMC01BT-K
Hljómtækjastæða vegghengjanleg
2x10W, Bluetooth, FM útvarp, geislaspilari CD-R/CD-RW, USB, MP3, WMA
3 litir
Verð: 44.900,-
Nú án vörugjalda 33.900,-

Pioneer HLJÓMTÆKI
PIX-CM32BT-K
Hljómtækjastæða með Bluetooth
30W (15W + 15W RMS) (8Ω) - 2-Way Bass-Reflex Hátalarar - MP3, WMA - AM/FM Útvarp m.45 st.minni - Innbyggt Blueooth - Pioneer Wireless Streaming App - iPod, iPhone, iPad í gegnum USB
3 litir
Verð: 49.900,-
Nú án vörugjalda 39.920,-

Pioneer HLJÓMTÆKI
PL-990
Plötuspilari
Alsjálfvirkur, 33/45 snúninga, reimdrifinn, innbyggður formagnari
Verð: 39.900,-
Nú án vörugjalda 31.920,-

Pioneer HLJÓMTÆKI
X-EM12
Hljómtækjastæða
2x15W magnari, FM útvarp m. 30stöðva minni, geislaspilari, USB afspilun
Verð: 27.900,-
Nú án vörugjalda 22.320,-

Pioneer HLJÓMTÆKI
Blu-ray 3D
BDP-170-K **Blu Ray spilari 3D**
Spilar DVD-video, VCD, CD, AVCHD, SACD, BD-ROM, BD-R/RE, CD-RW, DTS-CD, DVD-RW, DL/-RW, DVD+R/+RW, DL/+RW,
Tengi: HDMI, USB, WiFi
Verð: 44.900,- **Nú án vörugjalda 33.500,-**

Pioneer HLJÓMTÆKI
SBX-N550
Soundbar
Verð: 64.900,-
Nú án vörugjalda 51.920,-
140W, innbyggður bassi, Class D magnari, Bluetooth, WiFi, Vegghengjanlegt, HDMI ARC, 2xoptical, mini jack, 1xcoaxial digital, USB

CELESTRON
25% afsláttur
Góðir sjónaukar í miklu úrvali

veho. Sportmyndavélar
NPNG útgáfa - 1080@60fps og 720p@120fps - Innbyggð WiFi tenging - Snjallforrit fyrir Android og Apple iOS - 16MP ljósmyndir - LCD Skjár og losanleg 1500mAh rafhlaða - Vatnshelt hylki á 100m fylgir - Festingar og 8GB kort fylgja - Kemur í með flottri tösku. (Lýsing á við K-2)

Muvi K-2
Verð: 54.900,- kr.

Veho Sportmyndavél K-1
án tösku, skjás og hylkis kr. 36.900,-

MUVI K-SERIES

CELESTRON
Stjörnusjónauki
Jólatilboð: 18.600
áður 24.900

Leikum okkur
Leikjatölvur frá Nintendo
í regnbogans litum

Mikið úrval leikja í allar gerðir Nintendo leikjatölva

Pioneer heyrnartól
30% afsláttur

Jamo
Jamo C97
Til hvítir og svartir.
Þrískiptir Bass Reflex hátalarar
180W/360W, 6 Ohm, 32 - 24.000Hz

Verð kr. 179.800,-m.vsk
Án vörugjalda kr. 143.840,-m.vsk

Leikum okkur
Nintendo Wii U

SUPER SMASHBROS
og allar **AMIIBO** fígúrurnar

Velkomin í Lágmúlann
OPIÐ TIL KL. 21 TIL JÓLA

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU
ORMSSON
LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800 · ormsson.is

ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535 | ORMSSON ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751 | KS SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500 | SR · BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559 | ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000 | ORMSSON HÚSAVÍK SÍMI 464 1515 | ORMSSON VÍK-EGILSSTÖÐUM SÍMI 471 2038 | ORMSSON PAN-NESKAUPSTAÐ SÍMI 477 1900 | ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160 | GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333

AF NETINU

Über sniðugt

Über er ekki komið til Íslands. Ennþá. Hér á landi lúta leigubílar lögum nr. 134/2001, um leigubifreiðar. Þar má finna nokkur sæmilega rökrétt ákvæði, eins og að leigubílstjóri má ekki hafa verið dæmdur til refsivistar (þó deila megi um nauðsyn þess að slíkt skilyrði sé lögbundið) og líka ákvæði sem eru ekki eins rökrétt, eins og að leigubifreiðastöðvar skuli „veita almenningi góða og örugga þjónustu“ (hvernig í ósköpunum verður slíku ákvæði framfylgt?), að leigubílstjórar skuli stunda leigubílaakstur að aðalatvinnu og að ráðherra ákveði fjölda leigubíla, að fengnum tillögum Samgöngustofu og að fenginni umsögn viðkomandi sveitarstjórnar, héraðsnefnda og félaga leigubifreiðastjóra (kemur allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna þá ekkert að ákvarðanatökunni?!). Maður getur rétt ímyndað sér hnignun siðmenningar ef leigubílstjórar stunduðu starf sitt í hjáverkum eða ef leigubílastöðvar tækju sjálfar ákvörðun um hversu marga bíla þær rækju. Svo erfir eftirlifandi maki leigubílstjóra atvinnuleyfið í allt að þrjú ár (!), en sé enginn eftirlifandi maki er dánarbúi leyfishafa að nýta atvinnuleyfið í allt að þrjá mánuði (!!). Það er eins gott að dánarbúið sé tilbúið að veita almenningi góða og örugga þjónustu.

http://www.deiglan.is

Katrín Thorsteinsson

Norse Projects 8.990.-

Norse Projects 23.990.-

Libertine-Libertine 16.990.-

Red Wing 16.990.-

HÚRRA REYKJAVÍK

HVERFISGATA 50 | 101 REYKJAVÍK | 571 7101 | WWW.HURRAREYKJAVIK.IS

Þú skalt verða auðsveipur og undirgefinn þiggjandi

RÚV

Þórarinn Eyfjörð
framkvæmdastjóri SFR – stéttarfélags

Sjálfsmynd þjóðar er merkilegt fyrirbæri. Hún segir þjóð hver hún er, hvaðan hún kemur og mögulega er hún leiðsögn um hvert best væri að stefna inn í framtíðina. Sjálfsmyndin er samsett úr mörgum ólíkum þáttum eins og lífsbaráttu og þrautagöngu á viðsjárverðum tímum, sigrum á hungri og óblíðri náttúru, framförum og sögum um hvernig sigrarnir í ómanneskjulegri baráttu unnust. Til að flytja sjálfsmynd þjóðar milli kynslóða eigum við síðan meðul frásagnarinnar, fréttaþularins og listagyðjanna til að flytja okkur sögurnar um okkur sjálf. Söguna sem gerir okkur að því sem við erum. Miðlarnir miðla okkur sjálfsmynd.

Þannig er það nær undantekningalaust að þegar aðrar þjóðir eru heimsóttar er gestum tryggilega sagt frá þeim sögulegu og menningarlegu táknum sem þjóðin telur sameiningartákn sín. Oftar en ekki er um að ræða náttúruundur annars vegar og menningarstofnanir hins vegar. Stofnanir sem flytja þjóðinni staðfestingu um að hún sé þjóð meðal þjóða og að hún hafi einhverju að miðla til alls heimsins. Oft er um að ræða stofnanir eins og þjóðleikhús, óperu og aðrar menningarstofnanir, merkar byggingar í nútíma- og sögulegu samhengi og … já, sameiginlegt ríkisútvarp.

Í þeirri umbyltingu sem íslenskt samfélag gekk í gegnum á fyrri hluta síðustu aldar, má sjá hvernig forvígismenn og -konur lögðu mikla áherslu á að þjóðin eignaðist menningarstofnanir. Stofnanir sem stæðu upp úr baslinu, dægurmálaþrasi, lágkúru og meðal- og undirmennsku. Menningarstofnanir sem myndu blása þjóðinni hugrekki í brjóst og efla þrótt til að halda fram á veginn. Þessar stofnanir áttu að styrkja sjálfsmynd lítillar þjóðar. Það er athyglisvert að Ríkisútvarpið var stofnað 1930 í upphafi kreppunnar miklu og bæði Sinfóníuhljómsveit Íslands og Þjóðleikhúsið árið 1950 í kjölfar mesta hildarleiks sögunnar, heimsstyrjaldarinnar síðari. Þessar tímasetningar eru trúlega ekki tómar tilviljanir. Á myrkustu skeiðum þarf fólk að sjá ljóstýru í svartnættinu, eygja von í óvissri framtíð, bera höfuðið hátt og vera þjóð meðal þjóða. Eiga sér sjálfsmynd, sjálfstæði og sjálfstraust í eigin menningu.

Mikilvægt hlutverk

Listir og menningarstofnanir eru bæði spegill og bergmál samtímans. Menningarstofnanir okkar gegna mikilvægu hlutverki í að styrkja sjálfsmynd þjóðarinnar og þar er þáttur Ríkisútvarps/sjónvarps ótvíræður. Hjá Ríkisútvarpinu átti Sinfóníuhljómsveit Íslands skjól um langa hríð, tónleika hennar hafa hljóðmeistarar útvarpsins hljóðritað árum saman. Ríkisútvarpið hefur verið varðstöð íslenskrar tungu um árabil, flutningsleið erlendra menningarstrauma og gagnrýnnar hugsunar, miðlari fjölbreyttra lífshátta landans, samfélagsspegill og ljósgjafi nýrra hugmynda. Síðan en ekki síst hefur Ríkisútvarpið verið sá fréttamiðill sem þjóðin hefur alltaf treyst best.

➜ Í froðu engilsaxneskrar lágkúru og neysluauglýsingaofbeldis sem flæðir yfir þjóðina, er mikilvægt að styrkur ríkisútvarpsins sé sem mestur.

Í froðu engilsaxneskrar lágkúru og neysluauglýsingaofbeldis sem flæðir yfir þjóðina, er mikilvægt að styrkur Ríkisútvarpsins sé sem mestur. Einmitt þá stefnir ríkisstjórn Sigmundar Davíðs formanns Framsóknarflokksins einbeitt að því að gelda stofnunina. Þegar spurt er hverju þetta sæti þá blasir við að stjórnarherrarnir og félagar þeirra eru ósáttir við þá umfjöllun sem verk þeirra fá. Sá fjölmiðill sem landsmenn treysta best má ekki vera með faglega umfjöllun um verk núverandi stjórnarherra. Nú skal þagga niður þessa hvimleiðu neikvæðni. Skilaboðin frá stjórnarherrunum eru skýr; ríkisfjölmiðillinn skal læra að sitja, standa og þegja eins og þeir vilja. Þeirra er valdið og stofnunin skal læra að haga sér eins og auðsveipur og undirgefinn þiggjandi. Eins og þjóðinni er núna einnig gert að temja sér.

Enn og aftur „í kjólinn fyrir jólin“

SAMFÉLAG

Helga Mjöll Stefánsdóttir
fjölmiðlafræðikennari

Þegar líða fer að jólum má gjarnan heyra eða sjá fyrirsagnir í fjölmiðlum á borð við „Í kjólinn fyrir jólin“. Þetta er frasi sem allar konur þekkja og sumar hverjar keppast mjög við að fara eftir honum, þ.e. að passa í ákveðna stærð af kjól til að vera fallegar og fínar um jólin. Hvert sem við horfum fá ungar stúlkur og konur þau skilaboð að þær eigi að vera grannar og fallegar því það muni veita þeim hamingju og velgengni. Oft er reynt að láta auglýsingarnar líta vel út og notað frægt og þekkt fólk til þess að kynna vöruna eða þjónustuna. Fallegar, unglegar og grannar konur eru oft notaðar á þennan hátt, til dæmis í kvennatímaritum, eða öðrum miðlum sem eru beinlínis ætlaðir konum. Þessar auglýsingar byggja innihald sitt á minnimáttarkennd lesandans, en í svona auglýsingum eru gjarnan ráðleggingar um hvernig konur geta bætt útlit sitt og þá um leið andlega líðan með hinum og þessum vörum.

Þetta getur haft mikil áhrif á ungar stúlkur og konur, en mikilvægt er að huga að því að börn og unglingar eru viðkvæmur neytendahópur sem verða auðveldlega fyrir áhrifum frá auglýsingum. Auglýsingar sem leggja áherslu á yfirborðseinkenni og nota grannar og unglegar fyrirsætur til þess að gera vöruna/þjónustuna eftirsóknarverða, geta haft neikvæð áhrif á líkamsmynd kvenna og viðhorf þeirra til eigin þyngdar og útlits. Þess vegna þurfa auglýsendur (og fjölmiðlar) að gæta þess hvaða skilaboð þeir senda þegar þeir nota staðalímyndir í auglýsingum sínum.

Fólk á stöðugt að vera í líkamsrækt, hugsa um útlitið, líta vel út og borða hollt og passa upp á aukakílóin, eða m.ö.o. t.d. að passa í kjólinn fyrir jólin. Svona umfjallanir draga ekki upp rétta mynd af heilbrigðum lífsstíl og spila án efa inn í þróun átröskunarsjúkdóma. Hjá flestum einstaklingum byrjar átröskun í kjölfar megrunar þar sem takmarkið er að losna við nokkur kíló.

Desember erfiður

Desembermánuður getur verið einstaklega erfiður fyrir suma aðila hvað varðar mat. Það eru jólaboð, konfekt og smákökur hér og þar, stórsteikur, ís og annar veislumatur á borðum landsmanna. Allt þetta át getur valdið fólki sem hefur verið að glíma við átröskunarsjúkdóma miklum kvíða. Sjálf hef ég glímt við átröskun og finnst enn í dag rosalega erfitt að vera í kringum allt þetta góðgæti í desember og það að heyra í fjölmiðlum áróður um að ég eigi að passa í kjólinn fyrir jólin hjálpar mér ekki að njóta alls hins góða við jólin. Að fenginni reynslu geta fjölmiðlar og svona auglýsingar haft mikil áhrif á líkamsmynd kvenna. Þeir geta ýtt undir líkamsónægju á meðal ungra stúlkna og kvenna og um leið haft áhrif á sjálfsmynd þeirra og líkamsmynd. Átröskunarsjúkdómar geta verið ein birtingarmynd líkamsóánægju á meðal kvenna. Margar konur sem hafa neikvæða líkamsmynd þróa með sér átröskunarsjúkdóma á borð við lystarstol og lotugræðgi. Þær konur sem eru með neikvæða líkamsmynd hafa slæma sjálfsmynd, lítið sjálfstraust, eru þunglyndar og almennt óánægðar með eigið útlit.

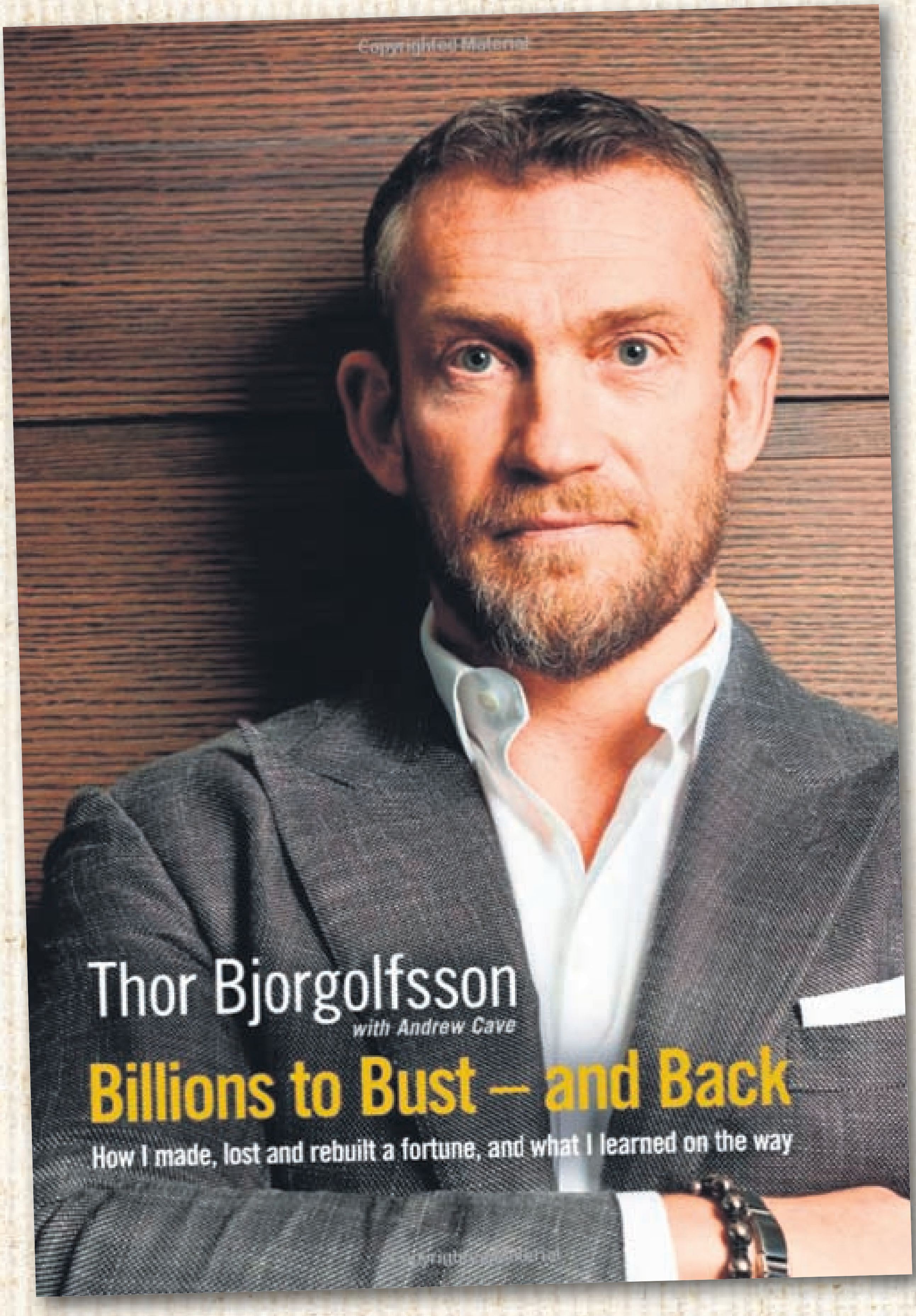
➜ Að fenginni reynslu geta fjölmiðlar og svona auglýsingar haft mikil áhrif á líkamsmynd kvenna.

Megrunariðnaður

Heilmikill iðnaður er í kringum megrun. Fyrirtæki sem vinna í þessum iðnaði stóla á sífellda neyslu viðskiptavina sinna. Margir þeirra einstaklinga, sem byrja í megrun, ná sjaldan, þegar til lengri tíma er litið, að viðhalda þyngdartapi sínu. Það hjálpar þessum fyrirtækjum, sem horfa á megrun, að dafna, því fólk sem mistekst að grenna sig verður óánægt með líkama sinn og reynir áfram að finna nýjar leiðir til þess að grennast. Það eyðir þá oft miklum fjárhæðum í að prófa hina og þessa megrunarkúra í von um að grennast sem fyrst. Því má í raun fullyrða að þessi iðnaður lifi á óánægju fólks og því ekki óeðlilegt að hann reyni að ýta undir óöryggi fólks með eigin líkama til dæmis með því að birta myndir af grönnum einstaklingum í auglýsingum sínum og svo framvegis. Í janúar munu dynja yfir auglýsingarnar um að koma sér í flott og gott form á nýju ári. Reynum að loka á þessi skilaboð úr fjölmiðlum, reynum að njóta jólanna, laus við áhyggjur af að borða of mikið af hinu og þessu. Ekkert mataræði er fullkomið. Gullna reglan er að allt er gott í hófi og jólin eru bara einu sinni á ári. Þó svo ég fái mér nokkra konfektmola eða smákökur þarf það ekki að jafngilda því að ég hafi borðað þrjár rjómatertur. Munum bara að útlitið er ekki allt, þar er svo miklu meira í lífinu sem skiptir máli en útlit okkar.

markhönnun ehf

SPENNANDI BÓKAJÓL



- ÓTRÚLEG UPPLIFUN FÓLKSINS Á BAK VIÐ TJÖLDIN Í ÍSLENSKA BANKAHRUNINU ÁRIÐ 2008

- HVETJANDI GREINARGERÐ UM FRUMKVÖÐLASTARFSEMI OG HVERNIG HÆGT ER AÐ EIGNAST AUÐÆFI Á VAXANDI MÖRKUÐUM

- EINLÆG OG OPINSKÁ VÖRN MANNSINS SEM SAKAÐUR VAR UM AÐ HAFA ORÐIÐ ÍSLENSKU EFNAHAGSLÍFI AÐ FALLI

- MANNLEG SAGA ÁRANGURS, FALLS OG UNDRAVERÐRAR ENDURKOMU

2.999 KR

nettó bækur
Kræsingar & kostakjör

Tilboðin gilda 19. - 21. des. 2014

www.netto.is
Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Höfn · Grindavík
Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss · Akureyri

Læknalaun og lífsgæði

HEILBRIGÐISMÁL

Sigrún Júlíusdóttir
prófessor í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands

➜ Í launadeilu lækna og ríkisins er nú tekist á um hvort koma eigi til móts við launakröfur lækna eða missa þá úr landi. Þetta er nokkuð einfölduð uppsetning á siðferðisklemmunni og lýsir takmarkaðri tvenndarhugsun. Vandinn er flóknari og liggur dýpra.

Ekki aðeins vega nú sitjandi stjórnvöld að menningu og menntakerfi íslensks samfélags heldur líka heilbrigðisþjónustunni. Það má ekki á milli sjá hver þessara grunnstoða er mikilvægust, en óhætt er að fullyrða að gengi heilbrigðiskerfisins er upp á líf og dauða, bæði sjúklinga og starfsfólks. Auk almannahagsmuna varðar það virðingu og velferð þeirra fagstétta sem þar starfa.

Vanræksla og gildismat stjórnvalda

Svo rammt hefur kveðið að vanrækslu stjórnvalda í viðhaldi, endurgerð og nýbyggingum fyrir heilbrigðisþjónustu ásamt aðgerðaleysi í endurnýjun tækjabúnaðar og innleiðingu nýrra meðferðarleiða, að stefnir í starfsstol. Afleiðingarnar hafa meðal annars komið fram í því að lækningaliðið sýkist líkamlega af spillingu húsakostsins og sífellt fleiri sýna einkenni kulnunar eða kikna undan álagi, þrengslum, fjárþrengingum og úrræðaleysi. Tíðni vinnuglapa og mistækra ákvarðana eykst við slíkar aðstæður og veldur í senn skaða, vantrausti og óöryggi meðal notenda þjónustunnar. Ekki er þörf á að mála upp fleiri hliðar á stöðunni. Hún blasir við öllum sem þar starfa, þeim sem sækja þjónustuna og þeim sem fylgjast með samfélagsumræðu lærðra og leika.

Í launadeilu lækna og ríkisins er nú tekist á um hvort koma eigi til móts við launakröfur lækna eða missa þá úr landi. Þetta er nokkuð einfölduð uppsetning á siðferðisklemmunni og lýsir takmarkaðri tvenndarhugsun. Vandinn er flóknari og liggur dýpra. Lausnin gæti hins vegar verið önnur og nærtækari. Í rauninni snýst hún um skipulag, starfsaðstæður, verðmætamat og lífsgæði, og hún á við um allt fagfólk í velferðarþjónustu.

Enginn meðal sérhæfðs fagfólks kýs í dag að vinna við þær aðstæður sem lýst var hér að framan. Allra síst þeir sem kynnst hafa af eigin raun vel rekinni heilbrigðisþjónustu annars staðar, hátæknisjúkrahúsum og fagumhverfi þar sem ríkir eðlilegt aðhald, hvatning og eftirlit með hinum ólíku faghópum. Slíkt felur m.a. í sér að ótakmarkaður vinnutími er ekki leyfður, krafist er endurmenntunar og þannig hvatt til viðhalds og endurnýjunar þekkingar og eigin krafta. Þetta endurspeglar virðingu fyrir manngildi og opinberri stefnumörkun um heilsu- og fjölskylduvernd.

Vinnukvöð, heilsa og mörk

Á Íslandi hefur vinna löngum verið talin dyggð, því meiri vinna, því meiri hamingja. Því meira sem hægt er að afla því meira sé hægt að berast á. Því meira sem þjösnast er áfram því meiri sé hetjuskapurinn. Sú háttsemi snýst þó í reynd oft upp í andhetjuhátt, eins og svo vel er lýst í stolttákni þjóðarinnar Sjálfstæðu fólki. Í bændasamfélaginu var viðtekið að sofa þann (myrka) hluta ársins sem ekki tók til bjargræðistímans þegar unnið var „myrkranna á milli“. Þar stýrði náttúran. Á öldum áður voru kjörin kröpp og oft komust menn í lífsháska við að draga björg í bú – til að lifa af. Liður í aukinni mannvirðingu og menningu þessarar þjóðar var að setja svokölluð vökulög árið 1921 um sex tíma svefn til verndar sjómönnum sem þurft höfðu að nota vökustaura til að sofna ekki ofan í veiðina eftir óheyrilegar vinnutarnir, barning, vosbúð og meðfylgjandi doðasótt – oft nær hvíldarlaust allt árið. Við erum sem betur fer almennt ekki stödd þar lengur. Þó eru nú dæmi um mistök í heilbrigðisþjónustu þar sem hin vökula fagábyrgð hefur sljóvgast vegna svefnleysis, ofurálags eða langtíma starfsþreytu, og umhverfst í doða. Stundum tengist þetta menningarlegu misgengi, gömlum gildum um þrautseigju og þor, en þó líklega mest vanþróuðum starfsaðstæðum, stjórnleysi og skorti á mannafla samhliða góðum vilja og grandaleysi fagfólks.

Enginn meðal notenda þjónustunnar kýs í dag að setja líf sitt og heilsu í hendur þeirra sem búa við þannig starfsaðstæður að líkja má við bráðabirgða-sjúkraskýli og álag sem er í ætt við stríðsástand. Upplýstur almenningur lætur ekki segja sér að þetta sé sæmandi fyrir fagfólk eða boðlegt fyrir eina ríkustu þjóð heims. Allra síst sá hópur sem hefur búið annars staðar á Norðurlöndunum við nám eða störf og notið þar lögverndaðrar velferðarþjónustu, meðal annars um búnað, vinnutíma og málafjölda starfsmanna.

Fagmennska, frítími og fjölskyldulíf

Á Íslandi hafa gæði fjölskyldutengsla lengst af verið í hávegum höfð og við stærum okkur af öflugra fjölskyldunetverki en nágrannalöndin. Vitað er úr rannsóknum að mikil vinna og starfsmetnaður rýrir síður gæði hjónabands og foreldrahlutverka ef tími og skilningur er til að huga að jafnvægi heildarmyndar vinnu-frítíma-einkalífs og forgangsraða í þágu hjónabands og fjölskyldu. Einnig að farsæl sambúð, persónurækt, vinatengsl og frístundaiðkun tryggja heilbrigði og önnur lífsgæði.

Enginn sem virðir eigin þarfir kýs í dag að geta ekki ræktað hjónaband og einkalíf, sinnt börnum sínum og auðgað líf sitt með félagslegum samskiptum vegna of langrar vinnuviku, álags og ofþreytu. Allra síst þeir sem hafa kynnst þeim verðmætum sem felast í hæfilega langri vinnuviku og nægilegum frítíma til að endurhlaða orkuna. Og, enn síður þeir sem hafa notið þeirra lífsgæða í öðrum löndum að skipuleggja barneign, eignast mörg börn, og hafa tíma til að koma heim til þeirra á venjulegum vikudögum meðan þau eru ennþá vakandi. Er þá ónefnt gildi þess að geta tímabundið strokið um frjálst höfuð án bakvakta og áreitis farsíma og tölvu, þannig að hugurinn tæmist og þrekið eflist til að geta stutt við heilsu og velferð annarra.

Eitt af hlutverkum stjórnmálamanna er að hlusta á fólk og leysa mál á grundvelli þekkingar og skilnings á hjartslætti tímans.

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

ÍSLENSK JÓL ERU ÞÖGUL

Julie, **Michelle** og **Amelia Mateeva** segja frá jólasiðum þjóða sinna og kemur glíma, háværi festival-stemning og kommúnistar við sögu.

Þroskaðist á Litla-Hrauni

Margrét Frímannsdóttir segir starfið á Litla-Hrauni gjöfult og þroskandi. Hún er í stöðugri baráttu fyrir vistmenn og vinnast stundum ótrúlegir sigrar.

Erlendir rökstólar

Silja Bára Ómarsdóttir stjórnmálafræðingur og **Inga Dóra Pétursdóttir**, framkvæmdastýra UN Women, ræða það minnisstæðasta á erlendum vettvangi á árinu.

Borgar tvöfalt í hjartanu

Gísli Rafn Ólafsson er fyrstur á hörmungarsvæði og berst gegn útbreiðslu ebólu. Hann segir starfið vera vítamínsprautu fyrir hjartað en passa þurfi andlegu hliðina.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000 | Auglýsingar 512-5401 | **visir.is**

HELGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS *Ómissandi hluti af góðri helgi*

JÓLAGJÖF SÆLKERANS

OSTAKARFA 1

Fine english water crackers
Ljúflingur
Iberico paté
Mexíkó ostur
Rjómaostur pipar
Hagkaup chili sulta
Camembert royal faucon

3.399

OSTAKARFA 2

Fine english water crackers
Iberico paté
Ostarúlla reyktur lax
Mexíkó ostur
Öðlingur
Rjómaostur pipar
Bóndabrie
Hagkaup chili sulta
Camembert royal faucon

4.499

OSTAKARFA 3

Hamlet trufflur
Bleu d´auvergne
Fine english water crackers
Rjómaostur pipar
Bóndabrie
Iberico paté
Camembert royal faucon
Mexíkó ostur
Ljúflingur
Black bomber
Red storm
Hagkaup chili sulta
Hagkaup berjasulta

5.999

OSTAKARFA 4

Fumagali parmaskinka
Ostarúlla reyktur lax
Hamlet trufflur
Bleu d´auvergne
Fine cheese toast cherry
Red storm
Fine english water crackers
Rjómaostur pipar
Iberico paté
Camembert royal faucon
Mexíkó ostur
Öðlingur
Hagkaup chili sulta
Hagkaup berjasulta
Black bomber

6.999

OSTAKARFA 5

Fumagali parmaskinka
Ostarúlla reyktur lax
Fine cheese toast cherry
Hamlet koníaks trufflur
Iberico paté
Brie með engiferi
Fine english water crackers
Red storm

7.999

Öðlingur
Black bomber
Rjómaostur pipar
Bleu d´auvergne
Mexíkó ostur
Ljúflingur
Hagkaup sultaður rauðlaukur
Hagkaup chili sulta
Camembert royal faucon

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

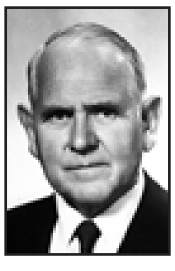
†

Ástkær bróðir minn,

HELGI KNÚTUR GUÐMUNDSSON
Þórðarsveig 1, Reykjavík,

lést á Landspítalanum föstudaginn 5. desember.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey.

Sigfús Guðmundsson



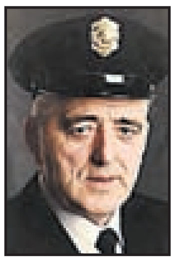
Þökkum auðsýnda samúð og hlýhug við fráfall föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

ÞÓRS GUÐJÓNSSONAR
fyrrverandi veiðimálastjóra.

Fjölskylda Þórs.

---

†



Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og bróðir,

TRAUSTI ÞÓRÐARSON
fyrrverandi varðstjóri,

sem lést þriðjudaginn 16. desember, verður jarðsunginn frá Hafnarfjarðarkirkju 30. desember kl. 13.00.
Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Björgunarsveit Hafnarfjarðar.

Barbro Þórðarson
Tryggvi V. Traustason — Kristín Þorvaldsdóttir
Ásta María Traustadóttir — Óskar Sveinsson
Íris Ósk Tryggvadóttir — Albert Guðjónsson
Helena Rós Tryggvadóttir
Hulda Þórðardóttir — Þórður Helgason

---

†

Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

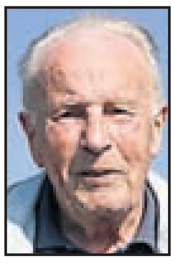
BJARNI JÓNSSON
fv. verzlunarskólakennari,
Hvassaleiti 40, Reykjavík,

lést á Hrafnistu í Reykjavík þann 13. des. sl.
Útför hans fer fram frá Fossvogskirkju þriðjudaginn 30. desember kl. 13.00.
Blóm eru vinsamlega afþökkuð, en þeim sem vildu minnast hans er bent á hjálparstofnanir.

Hólmfríður Árnadóttir
Brjánn Árni Bjarnason — Steinunn Gunnlaugsdóttir
Bolli Bjarnason — Ellen Flosadóttir
Gunnlaugur Bollason — Unnur Þorgeirsdóttir
Unnur Hólmfríður Brjánsdóttir — Hafsteinn Viðar Hafsteinsson
Elva Bergþóra Brjánsdóttir
Fannar Bollason
Fjalar Bollason
og barnabarnabörn.

---

†



ÞÓRÐUR KRISTJÁNSSON
Hreðavatni,

er látinn. Útför hans fer fram frá Reykholtskirkju þann 20. desember klukkan 11.00.
Blóm og kransar eru afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á líknarfélög.

Sigþrúður Margrét Þórðardóttir og fjölskylda.

---

†

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir og amma,

KOLBRÚN SIGURÐARDÓTTIR
Háabergi 17,
Hafnarfirði,

lést á líknardeild Landspítalans þriðjudaginn 16. desember. Útför hennar fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju mánudaginn 22. desember kl. 13.00.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Ljósið eða líknardeild Landspítalans.

Benedikt R. Steingrímsson
Margrét Benediktsdóttir — Pétur Hafliðason
Jenný Ýrr Benediktsdóttir — Ágúst Þórhallsson
Hlín Benediktsdóttir — Gísli Þór Jónsson
Guðrún Benediktsdóttir — Steinn Sigurðsson
Selma Benediktsdóttir — Eiríkur Ástvald Magnússon
og barnabörn.

Styrkir afhentir til ungra vísindamanna

Tíu ungir vísindamenn fengu afhenta eina milljón króna hver úr Vísindasjóði Landspítala – háskólasjúkrahúss í gær. Styrkirnir eru veittir vegna klínískra rannsókna.

Styrkir vegna rannsókna tíu ungra vísindamanna á Landspítala voru afhentir úr Vísindasjóði LSH í gær, 18. desember, í Hringsal Landspítalans. Hver styrkur nemur einni milljón króna. Styrkþegarnir gerðu þar grein fyrir rannsóknum sínum. Þeir eru:

HÓPURINN Vísindamennirnir vinna hver og einn að mikilvægum rannsóknum, ásamt fjölda samstarfsmanna.

1. Anna Kristín Þórhallsdóttir, læknir lyflækningasviði.
Meðumsækjandi: Þórarinn Gíslason yfirlæknir.
Rannsókn: Evrópukönnunin **Lungu og heilsa III:** Ofnæmi á Íslandi.

2. Arnar Jan Jónsson, læknir lyflækningasviði.
Meðumsækjandi: Runólfur Pálsson yfirlæknir.
Rannsókn: Langvinnur nýrnasjúkdómur á Íslandi 2008-2013.

3. Berglind María Jóhannsdóttir, læknir lyflækningasviði.
Meðumsækjandi: Hrefna Guðmundsdóttir nýrnalæknir.
Rannsókn: Áhrif æðakölkunar og blóðfitu á framrás nýrnabilunar.

4. Erna Sigmundsdóttir, læknir skurðlækningasviði.
Meðumsækjandi: Páll H. Möller, yfirlæknir skurðlækningasviði.
Rannsókn: Aðgerðartengd afdrif sjúklinga eftir kviðarholsskurðaðgerðir á LSH, framsýn klínísk rannsókn.

5. Jóhann Páll Hreinsson, læknir lyflækningasviði.
Meðumsækjandi: Einar S. Björnsson, yfirlæknir og prófessor.
Rannsókn: Horfur ristil- og endaþarmskrabbameinssjúklinga sem eru á blóðþynningu.

6. Marta Serwatko, heilbrigðisverkfræðingur lyflækningasviði.
Meðumsækjandi: Erna Sif Arnardóttir, lífffræðingur lyflækningasviði.
Rannsókn: Ný mælingaraðferð til mats á öndunarerfiði í svefni.

7. Rúnar Bragi Kvaran, læknir aðgerðasviði.
Meðumsækjandi: Gísli Heimir Sigurðsson, yfirlæknir aðgerðasviði.
Rannsókn: D-vítamínbúskapur hjá bráðveikum sjúklingum.

8. Sigrún Sunna Skúladóttir, hjúkrunarfræðingur flæðissviði.
Meðumsækjandi: Þórdís Katrín Þorsteinsdóttir, verkefnastjóri flæðissviði.
Rannsókn: Mjaðmabrot meðal 67 ára og eldri sem leituðu á bráðamóttöku Landspítala 2008-2012.

9. Sindri Aron Viktorsson, læknir aðgerðasviði.
Meðumsækjandi: Tómas Guðbjartsson, yfirlæknir og prófessor skurðlækningasviði.
Rannsókn: Samanburður á lifun sjúklinga eftir ósæðarlokuskipti og Íslendinga af sama aldri og kyni.

10. Þórir Einarsson Long, læknir lyflækningasviði.
Meðumsækjandi: Ólafur Skúli Indriðason, sérfræðilæknir lyflækningasviði.
Rannsókn: Faraldsfræði og árangur bráðs nýrnaskaða eftir skurðaðgerðir á Íslandi.

---

†

Ástkær móðir mín, amma okkar og langamma,

MARÝ VALDÍS JÓNSDÓTTIR
áður til heimilis að Grensásvegi 56,

lést sunnudaginn 7. desember á Hrafnistu Boðaþingi. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju í dag, föstudaginn 19. desember, kl. 15.

Anna Steinunn Jónsdóttir
Gylfi Steinar Gylfason
Einar Örn Gylfason
Marý Valdís Gylfadóttir
og langömmubörn.

---

†

Þökkum innilega öllum sem hafa sýnt okkur samúð og hlýhug við andlát og útför hjartkærs föður, tengdaföður, afa, langafa og langalangafa,

GUNNARS H. MELSTED
Seljahlíð, Hjallaseli 55, Reykjavík.

Guð veri með ykkur.

Eyjólfur Melsted — Adelheid Melsted
Guðrún E. Melsted — Hjálmar Gunnarsson
Ólína Melsted — Guðmundur Jónsson
Erna Melsted — Ásmundur Guðjónsson
Steinunn Melsted
Ólafur Jónsson
Unnur Melsted — Guðmundur B. Albertsson
Þóra Melsted — Þórður Sturluson
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

---

†

Hjartans þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við fráfall elskulegs eiginmanns míns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

EINARS ÓLAFSSONAR
Smáragötu 9, Vestmannaeyjum.

Sérstakar þakkir til starfsfólks líknardeildar Landspítalans í Kópavogi fyrir góða umönnun og elskulegt viðmót.

Viktoría Ágústa Ágústsdóttir
Ólafur Ágúst Einarsson — Halla Svavarsdóttir
Agnes Einarsdóttir — Kári Þorleifsson
Viðar Einarsson — Dóra Björk Gunnarsdóttir
Hjalti Einarsson — Dagmar Skúladóttir
afa- og langafabörn.

---

†

Elskulegur faðir okkar, sonur, bróðir og mágur,

JÓN ÁSBJÖRN GRÉTARSSON
netagerðarmeistari,

lést á Landspítalanum 17. desember sl.

Aron Gunnar Jónsson
Rebekka Lind Jónsdóttir
Grétar Þórðarson — Katrín B. Jónsdóttir
Hjörtur Grétarsson — Helga Jóhannesdóttir

---

†

Móðir okkar,

SOFFÍA ZOPHONÍASDÓTTIR
leikskólakennari,
Sigtúni 37, Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Sólvangi í Hafnarfirði 17. desember sl.
Útför verður auglýst síðar.

Karl Friðjón Arnarson
Úlfar Snær Arnarson

---

†

Móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

GUÐRÚN Þ. JÓNSDÓTTIR KRATSCH
Dalbraut 14,
Reykjavík,

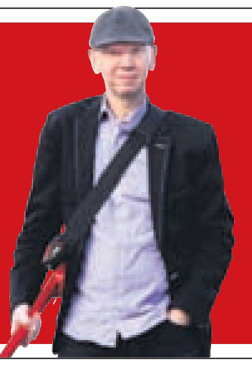
lést á Landspítala Fossvogi 11. desember.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Hjartavernd.

Ellý Kratsch — Þröstur Jónsson
Þorsteinn Óli Kratsch — Rósa Friðriksdóttir
Jón Aðalbjörn Kratsch — Unnur Óladóttir
ömmubörn, langömmubörn og langalangömmubörn.

FRÉTTABLAÐIÐ

Vegna stærðar blaðsins á morgun, laugardag, verður Fréttablaðið prentað í tvennu lagi.

Frestur til að skila inn dánarauglýsingum í laugardagsblað færist því fram til kl. 13.30.



JÓLADJASS
Tríó gítarleikarans Björns Thoroddsen kemur fram á Jazzkvöldi KEX Hostels á sunnudag. Fluttur verður jóladjass af lífs og sálar kröftum. Tónlistin hefst klukkan 20.30 og stendur í um 2 klst með hléi. Aðgangur er ókeypis.

EKKI LENGUR HRÆDD

HRINGSJÁ KYNNIR *Eftir nám hjá Hringsjá er Ninja Dögg Torfadóttir með betra sjálfstraust og er tilbúin að hefja nám og starf að nýju eftir veikindi.*

Hringsjá er náms- og starfsendurhæfing fyrir fólk sem vill komast aftur út á vinnumarkaðinn eftir hlé vegna sjúkdóma, slysa eða annarra áfalla. Ninja Dögg Torfadóttir útskrifaðist úr Hringsjá síðastliðinn miðvikudag ásamt nítján öðrum nemendum. „Námið í Hringsjá hefur gert mér ótrúlega gott, ég er með meira sjálfstraust og líður betur," segir Ninja.

Árið 2007 greindist Ninja með sjálfsofnæmissjúkdóminn lupus. Hún varð mjög veik og varð að hætta að vinna. „Ég einangraðist og varð mjög kvíðin. Ég fór helst ekki út án þess að hafa börnin mín með mér. Til dæmis tók ég dóttur mína með mér þegar ég sótti um í Hringsjá því ég þorði ekki að fara ein. Mágkona mín hafði verið í námi þar og þegar ég sá hvað hún blómstraði þá sá ég að þetta var eitthvað fyrir mig. Ég fór þangað til að reyna að byggja mig upp og fá sjálfstraust því ég vissi að ég gæti ekki farið beint í hefðbundið nám eða út á vinnumarkaðinn."

Eftir þriggja anna nám í Hringsjá er Ninja byrjuð að vinna sem táknmálskennari í grunnskóla og hyggur á nám í félags- og tómstundafræði í Borgarholtsskóla eftir áramót. „Ég hefði ekki þorað það áður en ég fór í Hringsjá. Þetta er allt annað líf núna og mér líður miklu betur, ég get svarað fyrir mig og hef meira að segja haldið ræðu í skólanum," segir Ninja stolt.

Starfið í Hringsjá snýst um hjálp til sjálfshjálpar og byggir fyrst og fremst á námi og kennslu, ráðgjöf, stuðningi og samvinnu. „Í Hringsjá passa kennararnir upp á að hrósa nemendum. Hrós getur gert svo mikið, við erum alltaf að reyna að hrósa börnunum okkar en þó maður sé fullorðinn þarf maður líka að fá að vita að maður sé einhvers virði. Eftir námið finn ég að ég er einhvers virði."

Ninja bætir við að í Hringsjá sé vel haldið utan um hvern og einn nemanda enda hópurinn ekki of stór. „Þegar ég kom inn var ég týnd, ég var búin að týna Ninju. Á fyrstu önninni mætti ég alltaf mjög snemma svo ég þyrfti ekki að setjast við hliðina á neinum því ég hélt að þau hugsuðu: Hvað er þessi að setjast við hliðina á mér! Bekkjarfélagarnir voru hissa á mér strax á annarri önninni því þá var ég farin að rífa kjaft en hafði fram að því bara setið til hliðar. Ég var farin að finna mig aftur og nú nýt ég þess að hitta fólk og er ekki lengur hrædd," segir hún og brosir.

ÚTSKRIFUÐ
Ninja Dögg útskrifaðist úr námi hjá Hringsjá á miðvikudaginn. Henni líður betur og sjálfstraust hennar er meira eftir námið.
MYND/GVA

Skemmtilegir harðir pakkar fyrir alla fjölskylduna.

Apple TV

Horfðu á kvikmyndir, sjónvarpsþætti og hlustað á tónlist í sjónvarpinu þínu þegar þér hentar. Virkar með Netflix, iPhone, iPad, iPod, o.s.frv.

17.990 kr.

iRig Voice hljóðnemi

Míkrófónn sem tengist við spjaldtölvu eða snjallsíma. Einnig er hægt að tengja heyrnartól við. Snilld fyrir stóra sem smáa söngfugla.

7.990 kr.

iStore
Kringlunni

Opið mán. - mið. 10-18.30, fim. 10-21, fös. 10-19, lau. 10-18, sun. 13-18 | Sími 566 8000 | www.iStore.is | iStore@iStore.is

MATGÆÐINGAR Götumatarmarkaðurinn Krás er hugarfóstur Gerðar Jónsdóttur og Ólafs Arnar Ólafssonar. MYND/ERNIR

JÓLAKRÁSIR UNDIR BERUM HIMNI

GÖTUMATARMARKAÐUR *Fógetagarðurðinn í miðbæ Reykjavíkur mun iða af lífi um helgina þegar götumatarmarkaðurinn Jólakrás verður haldinn. Ljúffengar veitingar verða í boði úr öllum kimum veitingahúsaflóru borgarinnar.*

Götumatarmarkaðurinn Krás sló heldur betur í gegn í sumar en hann var settur upp í Fógetagarðinum í miðborg Reykjavíkur fimm laugardaga í röð í júlí og ágúst. Næstu tvo daga verður markaðurinn endurvakinn undir heitinu Jólakrás og þar verður sem fyrr boðið upp á ljúffengan götumat en nú með jólasniði. Krás er hugarfóstur tveggja aðila, Gerðar Jónsdóttur og Ólafs Arnar Ólafssonar. Þau þekktust ekki neitt áður en fengu hugmyndina á svipuðum tíma fyrr á árinu; að halda götumatarmarkað undir berum himni í Reykjavík. Gerður segir viðtökurnar hafa farið fram úr björtustu vonum í sumar. „Við áttum ekki von á þessum gríðarlega jákvæðu viðbrögðum. Það var augljóst að hugmyndin lá í loftinu í vor og greinilega var stemning fyrir svona markaði hér þar sem bæði ég og Óli fengum þessa hugmynd á sama tíma. Fjöldinn sem mætti var þó margfalt meiri en við áttum von á. Það var gaman að sjá ný andlit hverja helgi en einnig gaman að sjá að margir urðu fastakúnnar og mættu allar fimm helgarnar með bros á vör. Svo voru aðstandendur veitingastaðanna himinlifandi og sérstaklega ánægðir með að geta afgreitt matinn beint til viðskiptavinarins og það undir beru lofti. Það er vissulega tilbreyting frá því að standa í eldhúsinu allan daginn."

Um helgina verða ellefu veitingastaðir sem taka þátt eins og áður og þar verða fjölbreyttir réttir í boði að sögn Gerðar. „Hér verða bæði veitingastaðir sem voru í sumar og nýir staðir. Allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi enda koma þar saman veitingastaðir úr öllum áttum og endum veitingaflórunnar í Reykjavík."

Þótt veðurspáin sé góð verður reist stórt tjald yfir básana tólf. „Undir tjaldinu blása hitarar þannig að enginn ætti að láta snjó eða kulda stoppa sig í að gæða sér á ljúffengum mat. Það er því upplagt að koma við í Fógetagarðinum um helgina til að slá af sér mesta jólastressið og fá sér gott í gogginn."

Hún segir að miðað við velgengnina í sumar sé ljóst að það sé stemning fyrir götumatarmörkuðum hérlendis. „Við stefnum ótrauð á að halda áfram með Krás næsta sumar. Við áttum mjög gott samstarf við Reykjavíkurborg og það er markmið okkar að bæta og auka við matarmenninguna í borginni."

Veitingastaðir sem taka þátt á morgun eru Uno, Bergsson mathús, Grillið á Hótel Sögu, Dill Restaurant, The Coocoo's Nest, Meze, Matur og drykkur, Kjallarinn, Sandholtsbakarí, Smurstöðin í Hörpu og Austurlandahraðlestin.

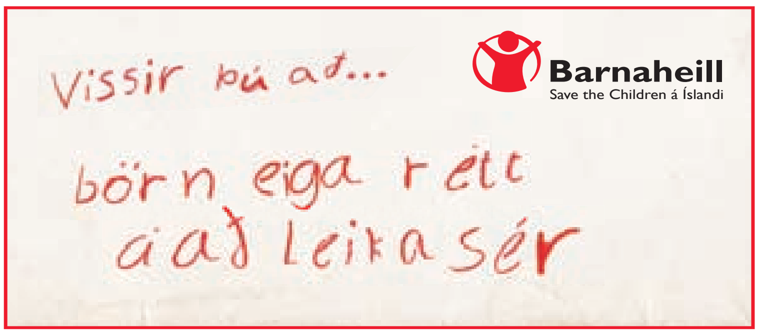
Jólakrás verður opin milli kl. 14 og 19 á laugardag og sunnudag.

Allar nánari upplýsingar má finna á Facebook undir KRÁS Götumatarmarkaður.

STEMNING Veitingamenn elduðu undir berum himni í sumar. MYND/ÚR EINKASAFNI

VEISLA Enginn þarf að fara svangur heim. MYND/ÚR EINKASAFNI

FJÖLBREYTNI Allir finna eitthvað við sitt hæfi. MYND/ÚR EINKASAFNI



FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana ásamt hefðbundnum auglýsingum. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.
Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal** | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434
Kolbeinn Kolbeinsson, kkolbeins@365.is, s. 512 5447

Er kominn tími til að gera eitthvað?

Námskeið í janúar og febrúar

Hringsjá býður úrval af öðruvísi og spennandi námskeiðum sem hafa hjálpað mörgum að komast aftur eða í fyrsta sinn af stað til meiri virkni, meiri lífsgæða og fleiri valkosta í námi eða starfi.

Námskeið Hringsjár standa alveg sjálfstæð sem endurhæfingarúrræði, en góð ástundun á námskeiðunum er ein forsenda þess að lengri tíma úrræði standi til boða.

Einn af þeim mörgu sem hafa nýtt sér endurhæfingu hjá Hringsjá er Kristján Jónsson. Hann sótti námskeið og nám hjá Hringsjá og útskrifaðist vorið 2014. Honum hafði verið bent á sem endurhæfingarúrræði að fara á tölvunámskeið í Hringsjá.

Í viðtali í Fréttatímanum sagði hann, "Mér fannst svo gaman að ég fór í kjölfarið á minnisnámskeið þar. Eftir þessi tvö námskeið var ég farinn að átta mig á því að ég gæti alveg verið í skóla. Það hafði lengi verið draumur en mér fannst ég ekki eiga heima þar. Ég sá að ég gat alveg lært. Þetta er eitt það skemmtilegasta verkefni sem ég hef tekið mér fyrir hendur. Maður kemur syngjandi þaðan út."

Eftir námskeiðin fór Kristján síðan í 3ja anna náms- og starfsendurhæfingu hjá Hringsjá. Samhliða endurhæfingu var Kristján í Tækniskólanum og hefur nú lokið sveinsprófi í málaraiðn.

20.1.-17.2 **TÁT** - ***Tök á tilverunni***
Bjargráð og færni í að takast betur á við daglegt líf og hindranir sem upp koma.

24.2.-26.3 **Fjölskyldan og ég**
Með aukinni þekkingu tileinka þáttakendur sér leiðir til að verða betri fjölskyldumeðlimir, makar og uppalendur.

20.1.-17.2 **ÚFF** - ***Úr frestun í framkvæmd***
Farið yfir ástæður frestunar, einkenni og afleiðingar. Fyrir þá sem vilja hætta að fresta og fara að ná árangri í lífinu.

24.2.-26.3 **Í Fókus** - ***Að ná fram því besta með ADHD***
Eykur skilning á ADHD (athyglisbresti/ofvirkni) og hvernig hægt er að ná betri tökum á ADHD.

24.2.-26.3 **Minnistækni**
Kennd er tækni til þess að efla og bæta minnið. Hentar þeim sem eiga við gleymsku eða skert minni að stríða.

20.1.-17.2 **Tölvur 1**
Námskeiðið er ætlað byrjendum, sem vilja fá góðan grunn í tölvunotkun til að geta nýtt tölvuna sér til gagns og gamans.

24.2.-26.3 **Tölvur 2**
Námskeiðið er ætlað þeim sem hafa notað tölvu í einhvern tíma en vilja ná betri tökum á algengum vinnuforritum.

Hringsjá
Náms- og starfsendurhæfing

Upplýsingar og skráning í síma 510 9380 eða á staðnum að Hátúni 10d.

Heimasíða: www.hringsja.is
Netfang: hringsja@hringsja.is
Facebook: facebook.com/hringsja

CARPACCIO Þótt nautakjöt sé oftast notað í ítalska réttinum carpaccio þá er ekki síðra að nota hreindýrakjöt. Reyndar er það afar ljúffengur réttur.

HÖRPUSKEL Dásamlega léttur og bragðgóður réttur.

PARMASKINKA Hér hefur verið sett upp antipasto, ítalskur forréttur, á disk. Það er líka hægt að hafa bara parmaskinku. Stundum er gott að hafa melónu eða perur með parmaskinku þannig að hún býður upp á margar útfærslur.

SASHIMI Hrár lax er mikið lostæti og óhætt að prófa slíkan forrétt á jólunum.

VANTAR HUGMYND AÐ FORRÉTTI?

LJÚFFENGT *Stundum vantar góða hugmynd að forrétti. Hér eru fjórir vinsælir forréttir sem henta vel fyrir veisluna um jólin. Allir þessir forréttir eru einfaldir og allir geta gert þá.*

HREINDÝRA-CARPACCIO

Hreindýrafilet er einstaklega ljúffengt kjöt. Það er hægt að bjóða matvöndustu gestum upp á forrétt með hreindýri því flestir eru hrifnir af villibráð. Kjötið er skorið mjög þunnt og borið fram með fersku klettasalati, góðri ólífuolíu og nýmöluðum pipar. Uppskriftin ætti að nægja átta manns sem forréttur.

500 g hreindýrafilet
1 poki klettasalat
8 msk. jómfrúarólífuolía
2 msk. nýmalaður pipar

Hreinsið kjötið vel. Brúnið örstutt á heitri pönnu í smá smjöri á öllum hliðum. Kælið, vefjið fast inn í plastfilmu og mótið það. Setjið í frysti í að minnsta kosti klukkustund svo betra sé að skera kjötið í mjög þunnar sneiðar. Þegar kjötið er tekið út er það skorið niður og sneiðarnar lagðar fallega á diska. Setjið smá klettasalat í miðjuna og vætið með ólífuolíu. Kryddið með pipar.

HÖRPUDISKUR MEÐ BLÓMKÁLSMÚS OG CHORIZO-PYLSU

Hörpuskel er hægt að kaupa í frystiborði stórverslana. Látið hana þiðna og þerrið hana með eldhúspappír áður en hún er elduð. Það tekur örstutta stund að steikja hörpuskel og blómkálsmúsina er hægt að gera áður. Uppskriftin miðast við fjóra.

8 stórar hörpuskeljar
½ tsk. salt
¼ tsk. pipar
1 msk. olía
1 msk. smjör
100 g chorizo-pylsa eða beikon
1 msk. olía

BLÓMKÁLSMÚS
1 blómkálshaus
1 hvítlauksrif, rifið
2 dl rjómi (má nota matvinnslurjóma)
2 msk. smjör
¼ tsk. salt
¼ tsk. pipar

Skerið blómkálið í smábita og setjið í pott ásamt rjóma og hvítlauk. Sjóðið þar til blómkálið verður mjúkt, sigtið rjómann frá í skál og maukið kálið með töfrasprota. Blandið rjómanum aftur saman við og hrærið þar til músin verður jöfn og mátulega þykk. Bætið þá smjöri, salti og pipar saman við.

Skerið chorizo-pylsuna í smáa bita og steikið upp úr olíu.

Penslið hörpuskelina með bráðnu smjöri og steikið snöggt á báðum hliðum á vel heitri pönnu. Hellið restinni af smjörinu yfir skelfiskinn á meðan hann er að steikjast.

Setjið blómkálsmús á disk og raðið hörpuskelinni ofan á, tvær á mann, leggið pylsuna fallega með. Skreytt með salati og steikingarolíunni hellt yfir.

SASHIMI LAX MEÐ MANGÓ

Lax og mangó fer mjög vel saman. Með límónudressingu verður til eðalforréttur í veislu. Uppskriftin er fyrir fjóra.

150 g ferskt laxaflak
safi úr tveimur límónum
1 msk. sykur
½ tsk. salt
½ tsk. pipar
1 mangó
150 g salat
1 rauður chili-pipar

Skerið salat, til dæmis kínakál, í fína strimla. Fræhreinsið chili-pipar og skerið hann síðan í þunnar sneiðar og mangóið í litla bita. Blandið öllu saman.

Hrærið saman sykur, salt, pipar og límónusafa og hellið yfir salatið.

Skerið laxinn í örfínar sneiðar og setjið ofan á salatið.

PARMASKINKA MEÐ PARMESAN OG BASIL

Einfaldur og frísklegur forréttur sem hentar vel í veisluna. Uppskriftin hentar fyrir fjóra. Einnig er hægt að útbúa antipasto að ítölskum sið. Þá er bætt við á diskinn tómötum, mozzarella-osti og ólífum.

200 g parmaskinka
6 msk. góð ólífuolía
50 g parmesanostur
3 msk. ferskt basil, smátt skorið
1 tsk. nýmalaður pipar
safi úr einni sítrónu

Penslið diskinn með góðri ólífuolíu. Leggið þunnar sneiðar af parmaskinku yfir. Sneiðið parmesanost með ostaskera og leggið yfir kjötið. Stráið basil yfir, kreistið sítrónusafa og kryddið með nýmöluðum pipar. Gott að bera ristað brauð með.

Það getur líka verið sniðugt að breyta til og vera með svokallað antipasto. Þá er parmaskinka sett á disk öðrum megin með parmesanosti og basil. Á hinum helmingi disksins eru tómatar og mozzarellaostur. Ólífur eru góðar með þessum rétti.

FLOTT FYRIR JÓLIN

Kjólar
áður 14.990
nú 11.990

Margar
gerðir af peysum á
5.000

Kápur
áður 24.990
nú 19.990

Peysukápur
áður 15.990
nú 12.990

FLASH

Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Sjá fleiri myndir á f

Lífið

FÖSTUDAGUR
19. DESEMBER 2014

Ólafur Þór Ævarsson geðlæknir
JÁKVÆTT VIÐHORF SKIPTIR MIKLU MÁLI 6

Sigurlaug Dröfn Bjarnadóttir
ÁRAMÓTIN KALLA Á GLIMMER, GLYS OG GLAMÚR 8

Tíska og trend í fatnaði
CHANEL SÝNIR Á SÉR RÓMANTÍSKA HLIÐ 18

Edda Björg Eyjólfsdóttir

ENGLARNIR ÝTTU VIÐ MÉR

FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

Heilsuvísir

JÓLIN ERU EKKI AFSÖKUN FYRIR ÞVÍ AÐ FARA EKKI Í RÆKTINA

Eftirfarandi lög koma þér í jólaskap hvort sem er á hlaupabrettinu eða í göngutúrnum.

- **JÓLIN ERU AÐ KOMA**
  Í SVÖRTUM FÖTUM
- **ALL I WANT FOR CHRISTMAS IS YOU**
  MARIAH CAREY
- **HAPPY X-MAS (WAR IS OVER)**
  CPR REMIX - PAULETTE
- **JÓL ALLA DAGA**
  EIRÍKUR HAUKSSON
- **CHRISTMAS (BABY PLEASE COME HOME)**
  U2
- **SANTA CLAUS IS COMING TO TOWN**
  BRUCE SPRINGSTEEN
- **OH SANTA!**
  MARIAH CAREY
- **CHRISMTAS LIGHTS**
  COLDPLAY
- **RUN RUDOLPH RUN**
  CEE LO GREEN
- **LAST CHRISTMAS**
  CASCADA

Skipuleggðu og forgangsraðaðu fyrir komandi ár.

TÍMINN ER KOMINN

Á þessum árstíma er upplagt að skoða það sem fram undan er og leggja drög að komandi ári, skipulagi og tímastjórnun svo að hlutirnir fari á þann veg sem við óskum helst.

Edda Jónsdóttir
leiðtogamarkþjálfi CPC
og stofnandi EddaCoaching

Ég gleymi því aldrei þegar mér var bent á það í fyrsta sinn hversu skilningur fólks á tíma getur verið ólíkur. Fólk í vestrænum heimi talar gjarnan um að tíminn fari eða fljúgi frá því en fólk í afslappaðri menningarheimum talar frekar um að tíminn komi. Þessi ólíki skilningur á tíma getur verið ein skýring þess að við eigum erfitt með að lifa í núinu.

Margir glíma við að stjórna þeim tíma sem þeir hafa yfir að ráða. Nú þegar jólin eru á næsta leiti og undirbúningurinn stendur sem hæst, kemur góð tímastjórnun og skipulag að góðum notum. En hvað er til ráða fyrir þá sem upplifa að tíminn flögri sífellt á brott og skipulagið fari gjarnan út um þúfur?

GÓÐAR LEIÐIR TIL ÞESS AÐ NÁ ÁRANGRI Á NÝJU ÁRI

1. **Sestu niður og gerðu lista yfir það sem þú þarft nauðsynlega að koma í verk.**
2. **Forgangsraðaðu listanum.**
3. **Gerðu áætlun um það hversu langan tíma það mun taka að koma hverju og einu í verk. (Hér kemur raunsæi að mjög góðum notum!)**
4. **Notfærðu þér smáforrit (app) fyrir snjallsíma, eins og til dæmis Trello til að búa til lista og merkja við það sem er búið og gert.**
5. **Mundu eftir gleðinni og þakklætinu fyrir að geta hrint hlutum í framkvæmd.**

Skipulagið á vinnustaðnum og heimilinu

Þessi tími árs er tilvalinn til að losa sig við hluti sem ekki er verið að nota. Með tiltektinni myndast rými fyrir nýjungarnar sem árið 2015 ber með sér. Bæði nýjar hugmyndir og nýja hluti. Ég mæli með að þú takir þér tíma milli jóla og nýárs, bæði á vinnustaðnum og á heimilinu. Á vinnustaðnum er tilvalið að fara í gegnum blaðabunkann sem safnast hefurupp á skrifborðinu eða skjölin sem þú hefur ekki gefið þér tíma til að setja í möppu. Farðu í gegnum ólesinn tölvupóst og skráðu þig af póstlistum ef þú lest ekki skilaboðin. Heima við geturðu farið í gegnum fatnaðinn sem þú notar ekki og tekið til í skápum og skúffum. Það er kominn tími til!

VISSIR ÞÚ …

- að jólatré eru upprunalega frá Þýskalandi?
- að það eru fleiri píramídar í Perú en í Egyptalandi?
- að Einstein svaf að meðaltali 10 klukkutíma á sólarhring?
- að gíraffar geta lifað lengur án vatns en kameldýr?
- að dyrabjallan var fundin upp árið 1831?

LÍFIÐ MÆLIR MEÐ

…JÓLAKRÁS

Jólakrás verður haldin næstkomandi helgi í Fógetagarðinum. Settir verða upp básar þar sem veitingamenn selja gestum götumatarútgáfur af þeim mat sem þeir eru þekktir fyrir á sínum stöðum og það má búast við að hann verði jólalegur. Boðið verður upp á heita drykki, jólaglögg, kakó, írskt kaffi, stuð og jólastemningu.

Lífið
www.visir.is/lifid

ÚTGÁFUFÉLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000
Umsjón **Friðrika Hjördís Geirsdóttir** rikka@365.is • Ábyrgðarmaður **Erla Björg Gunnarsdóttir** erlabjorg@365.is • Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is • Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** siljaa@frettabladid.is • Forsíðumynd **Ernir Eyjólfsson** • Hálsmen **Hildur Hafstein**

FARMERS & FRIENDS VERZLUN – HÓLMASLÓÐ 2 – GRANDI – 101 REYKJAVÍK – S 552 1960

WWW.FARMERSMARKET.IS

HOLLRÁÐ HELGARINNAR

Hafðu áfengisneysluna hóflega

Jólin eru hátíð ljóss og friðar og mikil drykkja fer ekki saman við það þema. Haltu áfengisneyslunni í hófi, það er ekkert flott við það að vera fullur eða þunnur í jólaboðunum með börnunum.

STREITURÁÐ VIKUNNAR

Ekki tapa þér í jólastressinu

Gættu þess að gleyma ekki að njóta. Njóttu þess sem vel er gert, líka í því smáa. *Heimild: stress.is*

VERUM VIRK UM JÓLIN

Engin ástæða er til að leggjast í kör yfir hátíðarnar og raða í sig smákökum og sælgæti. Hreyfing er alltaf mikilvæg og nú er rétta stundin til að hvetja fjölskylduna til að fara saman í göngutúr.

Nanna Árnadóttir
íþróttafræðingur

„Margir eiga það til að taka sér frí frá heilbrigðum lífstíl alla þessa 37 daga og gleyma því eða nota jólin sem afsökun."

Nú þegar einungis fimm dagar eru í jól eru líklegast flestir að keppast við að koma heimilinu og heimilisfólkinu í almennilegt stand. Klára að kaupa jólagjafirnar, fara með alla í jólaklippinguna, þrífa heimilið, baka smákökurnar, kaupa í matinn og skreyta jólatréð. Ekki má gleyma öllum jólahlaðborðunum og litlu jólunum þar sem nóg er af mat og víni, áður en sjálf jólahátíðin hefst.

Eins og flestir vita standa jólin yfir frá 24. desember til 6. janúar. Á þessu tímabili er nóg af veislum og áti og svo jólamyndaglápi, jólalestri og spilakvöldum með vinum og ættingjum þar sem skrokkurinn er lítið hreyfður. Við skulum þó hafa það hugfast að í desembermánuði, frá því að jólaundirbúningur hefst og þangað til í byrjun janúar, þegar við sprengjum jólin í burtu á þrettándanum, eru einungis fimm hátíðardagar, ekki 37. Margir eiga það til að taka sér frí frá heilbrigðum lífsstíl alla þessa 37 daga og gleyma því eða nota jólin sem afsökun fyrir að borða ekki hollt og hreyfa sig ekki.

Það gefur auga leið að það er ekki beinlínis hollt að gera líkamanum það að sprengja sig út af söltum og þungum mat, ásamt sætindum, í svona langan tíma og leyfa sér að detta í algjöran letipakka þar sem mesta hreyfingin sem þú færð er að ganga frá ísskápnum og upp í sófa til þess að hafa það kósí.

Að sjálfsögðu er það alltaf gott og blessað að gera sér glaðan dag um jólin, nota hátíðirnar til þess að verja tíma með fjölskyldunni, borða góðan mat og hlaða batteríin fyrir nýja árið. Það er hins vegar svo auðvelt að nýta þennan tíma líka í að halda áfram að byggja líkamann upp til hins betra og koma sterkur inn í nýja árið, í stað þess að hrökklast af stað á nýju ári og ætla sko að fara í „átak" eftir allt sukkið.

Mjög sniðugt er til að mynda að gera það að hefð að fara út í góðan göngutúr á hverjum hátíðardegi með fjölskyldunni og koma þannig endurnærður inn og tilbúinn í næsta jólaboð.

Aðrir þurfa á aðeins meira fjöri að halda og því tilvalið að skora á sig og aðra í kringum hátíðarnar að taka eina æfingu á dag áður en haldið er út í daginn, því líkurnar á því að maður fari að sprikla eftir að hafa borðað 450 grömm af hamborgarhrygg, meðlæti, jólaöli og heimagerðum ís eru afar litlar.

Hér er dæmi um æfingu sem tekur á öllum líkamanum ásamt þoli. Ég skora á ykkur að taka æfinguna að minnsta kosti alla hátíðardagana. Þið getið til dæmis farið einn hring á aðfangadag, tvo á jóladag, þrjá á annan í jólum, fjóra á gamlársdag og komið svo sterk inn í nýja árið og tekið heila fimm hringi á nýársdag.

Þið klárið endurtekningafjölda af öllum æfingum áður en haldið er í næstu. Æfingarnar eru eftirfarandi:

1. **20 armbeygjur**
2. **20 hnébeygjur**
3. **50 sprellikarlahopp**
4. **1 mínútu planki**
5. **20 dýfur á bekk**

Gangi ykkur vel og gleðileg jól!

100% hreinar
Eggjahvítur
Gerilsneyddu eggjahvíturnar eru frábær valkostur í jólabaksturinn.
Hugsaðu um hollustuna, veldu eggjahvítur frá Nesbúeggjum.

Án allra aukaefna!
Íslensk framleiðsla
Nesbú
Fjölvítamín frá náttúrunnar hendi

GJÖFIN SEM GEFUR ÁFRAM

Ég fór í smá sjálfskoðun með jólagjafir fyrir ári. Niðurstaðan varð sú að ég er mikið fyrir að föndra persónulegar gjafir og oftar en ekki eru þær á einhvern hátt kynlífstengdar. Ekkert sóðalegt, bara fallegt. Þá er kannski rétt að taka fram að mér finnst svo mikilvægt að tengjast. Ég reyni að gera það með gjöfunum á einn eða annan hátt. Skapa sameiginlegar minningar sem ylja mér og þér hina 364 dagana.

Ástæða þessarar innri gjafaskoðunar var sú að ég finn að um leið og jólin nálgast þá klæjar mig í fingurna að fara að föndra. Nú hugsar þú kannski „teipar hún saman gulrætur og smellir í smokk"? Þegar ég segi föndra þá meina ég frekar að klippa og líma saman ljósmyndir og gera svo svaðalegan „I-O-U" miða (I owe you eða ég skulda þér), svona inneignarmiða. Þá fær ímyndunaraflið virkilega að leika lausum hala. Þá kemur það sér vel að eiga indverska útgáfu af Kama Sutra, svo ekki sé meira sagt. Stundum er ég líka dúlluleg. Þá geri ég svona skrifaða diska. Það er kannski ekkert sérlega fallegt gagnvart listamönnunum, ég sé það núna, enda er ekki einu sinni geisladrif á nýjustu tölvunum svo það er kannski svolítið úrelt.

Einu sinni heyrði ég sögu af konu sem fór með föndrið sitt handa makanum á næsta stig og klippti og límdi kynfærahár á svæsið jólakort. Ég fékk stjörnur í augun og daman fékk endalaust af rokkstigum. Mér fannst þetta svo sniðugt! En svona í alvörunni samt, hvernig myndi bólfélaginn taka því að fá hjartalaga kynfærakrullur með glimmerlími og jólalímmiðum inn um lúguna til sín? Þetta er kannski ekki heimsins besta hugmynd.

Ég fæ gjarnan svona gjafahugmyndir sem aðrir myndu kannski flokka sem „skrýtið". Eins og krukka full af smokkum með sleipiefni í miðjunni. Eða gjafabréf í gufu þar sem maður má vera nakinn. Eða gömul kynlífsbók frá Kolaportinu þar sem ég hef merkt við ákveðnar blaðsíður og skrifað inn skilaboð á spássíurnar. Eða fínan kaffipoka, súkkulaðimola og tvo bolla með þeim skilyrðum að við njótum þessa saman og eigum kósístund.

Hugmyndirnar eru alls konar. Sumar framkvæmi ég og aðrar ekki. Svona þegar ég pæli í því þá græði ég stundum, eiginlega næstum alltaf, á gjöfunum sem ég gef. Þetta takmarka ég ekki við makann því vinkonur mínar fá gjarnan gjafir með skilyrðum. En á þetta ekki að vera þannig, að gefa og að þiggja?

VILTU SPYRJA UM KYNLÍF?

Ef þú hefur spurningu um kynlíf þá getur þú sent Siggu Dögg póst og spurningin þín gæti birst í Fréttablaðinu.
sigga@siggadogg.is

Opnunartími um jólin í IÐU, Lækjargötu

Þorláksmessa 9-23 Aðfangadagur 9-16
Jóladagur: Lokað Annar í jólum: Lokað

Tilboðin gilda til og með 24. desember.

IÐA

Reykjavík sem ekki varð - verð áður: 7.900 kr. verð nú: 6.400 kr.

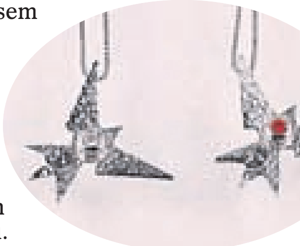
Dancing Horizon - verð áður: 7.900 kr. verð nú: 6.400 kr.

Lækjargata 2a og Vesturgata 2a 101 Reykjavík. Opið frá 9 - 22 alla daga

FRÆÐSLA ER BESTA FORVÖRNIN

ÓLAFUR ÞÓR ÆVARSSON geðlæknir er einn af stofnendum samtakanna Þú getur, sem staðið hafa fyrir fræðslu, styrkjum og stuðningi til þeirra sem eiga við geðræn vandamál að stríða.

Hátíðarnar eru gleðilegur tími þar sem fjölskyldur og vinir sameinast og eiga góðar stundir. Mörgum reynist þessi árstími þó erfiður þar sem að hann ýfir upp erfiðar upplifanir og minningar úr fortíðinni. Einstaklingar sem stríða við geðræn vandamál eru margir hverjir einangraðir og einmana um jólahátíðarnar sem reynist þeim erfitt og ekki til bóta. Ólafur Þór Ævarsson geðlæknir ber hag þeirra sem eiga andlega um sárt að binda fyrir brjósti en hann stofnaði ásamt þeim Ásu Ólafsdóttur, Siv Friðleifsdóttur, Rögnu Árnadóttur, Pálma Matthíassyni, Sigurði Guðmundssyni og Ragnheiði Guðfinnu Guðnadóttur samtökin Þú getur fyrir hartnær sex árum. „Upphaf að stofnun sjóðsins var að í starfi mínu sem geðlæknir hef ég séð hvað hvatning og jákvætt viðhorf skiptir miklu máli í bataferlum. Ég hef með aukinni reynslu fundið fyrir meiri bjartsýni og hef átt þess kost að fylgjast með hetjulegri baráttu margra sem náð hafa miklum árangri og ég hef orðið vitni að mörgum sannkölluðum kraftaverkum. Mig langaði til að starf samtakanna miðlaði þessu. Einnig hef ég séð þá miklu hindrun sem fordómar og neikvæð umræða valda sjúklingum og aðstandendum þeirra," segir Ólafur. Frá stofnun sjóðsins hafa margir komið að starfi og allir sem sjálfboðaliðar en helsta fjáröflunarleið sjóðsins eru árlegir styrktartónleikar þar sem fremstu listamenn þjóðarinnar hafa fúslega gefið vinnu sína af miklu örlæti og með því lagt góðan grunn að starfi sjóðsins. „Í starfi mínu hef ég séð að mikil þörf er á að styðja þá til náms sem átt hafa við geðræn veikindi að stríða. Þetta er oft ungt fólk og ekki búið að koma undir sig fótunum fjárhagslega. Með tiltölulega litlum upphæðum er mögulegt að veita stuðning til að ljúka mikilvægum áfanga í framhaldsskóla eða háskóla og þannig leggja grunn að betri framtíð. Styrkirnir eru veittir í samráði við geðheilbrigðisstarfsmann þann sem stýrir endurhæfingunni. Á sex ára starfi sjóðsins hefur verið veittur 101 námsstyrkur. Í öðru lagi hafa samtökin veitt árleg hvatningarverðlaun til starfsfólks í geðheilbrigðisþjónustunni sem þykir skara fram úr. Í þriðja lagi hafa samtökin í samvinnu við Endurmenntun Háskóla Íslands, skipulagt fræðslu um geðheilsu og geðsjúkdóma fyrir aðstandendur. En fræðsla er ein besta forvörnin," segir Ólafur og bætir við að framtíðarhorfur einstaklinga sem glíma við geðræn vandamál séu ekki alltaf það svartar en mæti þeir neikvæðni eða fordómum verði róðurinn þyngri.



Þessi öflugu samtök hafa látið framleiða fyrir sig kennimerki úr silfri sem Klara Arnalds hannaði og Selma Guðmundsdóttir smíðaði en merkið má nálgast í Gullkúnst Helgu.

NOKKRAR LEIÐIR TIL BETRI SAMSKIPTA

Samskipti eru nauðsynlegur þáttur í því að lifa í samfélagi fólks.

Ragnheiður Guðmundsdóttir
blaðamaður

Góð samskipti þarfnast þjálfunar og geta eflaust margir gert betur á því sviði. Bros, hlýja og skilningur geta skipt sköpum fyrir líðan fólksins í kringum okkur og góð samskipti stuðla að betri líðan fyrir okkur sjálf og þá sem okkur eru næstir.

Hér koma sex atriði sem gott er að hafa í huga þegar við erum í nánum samskiptum við annað fólk.

- **HUGAÐU AÐ LÍKAMSTJÁNINGU ÞINNI.** Það er hægt að lesa ýmislegt í líkamstjáningu fólks. Krosslagðar hendur gefa til dæmis ekki til kynna að þú hafir mikinn áhuga á að eiga í opnum samræðum. Slepptu því að ranghvolfa augunum og gera eitthvað annað á meðan hin manneskjan talar við þig. Leggðu símann frá þér og einbeittu þér að samtalinu.
- **TÓNNINN SKIPTIR MÁLI.** Það skiptir ekki bara máli hvað þú segir, heldur skiptir það jafn miklu máli hvernig þú segir það. Hafðu það í huga þegar þú átt samskipti við fólk í hvaða tón þú segir hlutina.
- **SPURÐU SPURNINGA.** Það geta allir lent í því að detta út og byrja að hugsa um eitthvað annað þegar aðrir tala. Þá hjálpar að spyrja spurninga, endurtaka og umorða það sem hin aðilinn segir. Það kemurðu í veg fyrir misskilning og sýnir þeim sem þú talar við að þú hafir áhuga á því sem hann segir.
- **SETTU ÞIG Í SPOR ANNARRA.** Það þarf tvo til þess að eiga samskipti og fólk upplifir atburði á mismunandi hátt. Tjáðu hinni manneskjunni hvað þú upplifir en hlustaðu líka á hvað hún upplifir og reyndu að sjá öll mál frá öðru sjónarhorni en þínu eigin. Fólk kann að meta það í samskiptum þegar því er sýnd samkennd og samúð. Reyndu því að setja þig í spor annarra, það hjálpar þér að skilja hvað hin manneskjan er að ganga í gegnum og öllum líður betur þegar þeim er sýndur skilningur.
- **HORFÐU Í AUGUN Á FÓLKI.** Hvort sem þú átt í nánum samskiptum eða talar við hóp fólks skiptir augnsamband miklu máli. Það sýnir fólki að þú hafir áhuga á því sem það er að segja og hjálpar þér að vekja áhuga annarra þegar þú talar.
- **HLUSTAÐU, VIRKILEGA HLUSTAÐU.** Það besta sem þú getur gert fyrir bætt samskipti er að hlusta á hinn aðilann. Sýndu áhuga og veittu manneskjunni alla þína athygli. Reyndu að forðast að trufla eða tala ofan í þann sem talar. Það getur verið erfitt að temja sér að vera góður hlustandi en það borgar sig oftast. Fólk kann að meta það þegar það fær að tjá sig óáreitt og fær þá athygli og virðingu sem það á skilið.

„Það skiptir ekki bara máli hvað þú segir, heldur skiptir það jafnmiklu máli hvernig þú segir það."

STEIKTAR RJÚPUBRINGUR Á KREMUÐU GRÆNKÁLI MEÐ BLÁBERJUM OG GRÁÐOSTI

Eyþór Rúnarsson sjónvarpskokkur færir áhorfendum rétta jólaandann heim í stofu með girnilegum hátíðaruppskriftum. Hér gefur hann lesendum Lífsins uppskrift að rjúpu sem tilvalin er sem forréttur á hátíðarhlaðborðið.

Fyrir 4

Rjúpubringa

- **4 stk. rjúpubringur**
- **20 g smjör**
- **olía til steikingar**
- **sjávarsalt**
- **svartur pipar úr kvörn**

Setjið bringurnar á heita pönnu með olíu og brúnið í 45 sek. á annarri hliðinni, snúið þeim við og bætið smjörinu út á pönnuna. Steikið bringurnar á hinni hliðinni í 45 sek. og ausið smjörinu yfir á meðan. Setjið í eldfast mót með álpappír yfir og látið hvíla þar undir í 10 mín. Skerið bringurnar og kryddið með saltinu og piparnum.

Kremað grænkál með gráðosti

- **2 pokar grænkál**
- **½ l rjómi**
- **2 stk. skallotlaukur (gróft skorinn)**
- **1 msk. grænmetisþurrkraftur**
- **safi úr ½ sítrónu**
- **sjávarsalt**
- **svartur pipar úr kvörn**
- **40 g gráðostur**

Skerið stilkinn af grænkálinu og setjið í pott með skallotlauknum og rjómanum. Kveikið undir pottinum og setjið á rúmlega hálfan styrk. Bætið gráðostinum út í og sjóðið allt saman í 10 mín. Smakkið til með grænmetiskraftinum, sítrónusafanum og saltinu og piparnum.

Meðlæti

- **1 stk. fennel**
- **1 box bláber**
- **2 stk. radísur**

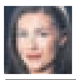
Skerið radísurnar og fennelið þunnt í mandólíni eða með hníf og setjið á diskinn í kringum rjúpuna ásamt bláberjunum.

JÓLA
DAGATAL
epal
H E I
Maurinn og Liljan
Tilboðsverð:
39.800.-
21
15%
afsláttur af öllum
ljósum
til áramóta
12
19
1001 GJAFAVARA FRÁ RÚMLEGA 100 HÖNNUÐUM
Harpa / Skeifan 6 / 5687733 / www.epal.is

ÁRAMÓTIN KALLA Á GLIMMER

Silla hjá Reykjavík Makeup School segir fallegt að farða augu og varir í dökkum lit um hátíðarnar.

„Áramótin kalla alltaf á smá glimmer og því ákvað ég að þessu sinni að gera dæmigerða glamúr-förðun með smá glimmeri og dökkum vörum til að fullkomna lúkkið“



Friðrika Hjördís Geirsdóttir
Umsjónarkona Lífsins

Í síðustu viku fékk Lífið Sigurlaugu Dröfn Bjarnadóttur, förðunarfræðing og eiganda Reykjavík Makeup School, til að sýna okkur réttu handtökin við jólaförðunina. Núna snýr hún aftur og sýnir fallega áramótaförðun sem einfalt er að líkja eftir. „Áramótin kalla alltaf á smá glimmer og því ákvað ég að þessu sinni að gera dæmigerða glamúr-förðun með smá glimmeri og dökkum vörum til að fullkomna lúkkið. Ég veit að „reglan“ er sú að ef maður setur dökkt á augun þá eigi maður aðeins að draga úr vörunum til að hafa augun meira áberandi en reglurnar má aðeins sveigja að mínu mati í förðunarheiminum. Það er líka bara ótrúlega flott að hafa mikið um augun og varir og leggja því bara áherslu á hvort tveggja, sérstaklega um áramótin,“ segir Sigurlaug, eða Silla eins og hún er kölluð. Silla byrjar alltaf á því að setja gott dagkrem á húðina og setur svo svokallaðan primer yfir en hann býr til góðan grunn fyrir farðann og gerir yfirborð húðarinnar fallegra.

„Ég notaði fljótandi farða sem heitir Liquid foundation. Ég nota svo alltaf yfir Wonder powder en það gefur svo fallegan ljóma. Ég setti svo minn uppáhaldskinnalit á hana sem heitir Coral Lace. Til þess að lýsa upp andlitið og móta notaði ég svo highligt, reflex cover undir augun og matt sólarpúður til þess að skyggja andlitið með. Allar þessar vörur sem ég tel upp þarna koma frá Make Up Store.“

Augnfarðinn undirstrikar fegurð augnanna og skiptir miklu máli að nota góða bursta en þeir skila bestu útkomunni.

Sigurlaug Dröfn Bjarnadóttir

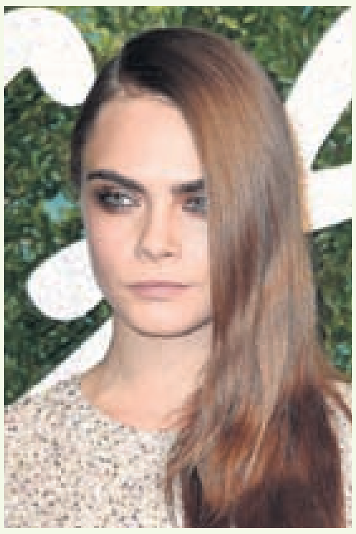
„Á augun notaði ég eyedust frá Inglot sem er nr. 22 beint á augnlokið, síðan skyggði ég með tveimur litum frá Make Up Store en þeir heita Louder og Cupol. Eftir það setti ég glimmer beint á augnlokið en ekki í skygginguna, glimmerið sem ég notaði heitir Nova og fæst í Make Up Store, ótrúlega flottur, bleikur litur,“ segir hún og bætir við að gott sé að nota augndropa til þess að festa glimmerið. „Þá setur þú burstann í litinn dropa og síðan í glimmerið, þá festist það á augnlokinu. Svo eru til ýmsir vökvar til þess að festa glimmer frá hinum ýmsum merkjum en ég notaði Mixing liquid frá Make Up Store. Til þess að toppa svo augnförðunina og glamúrlúkkið er alltaf flott að nota gerviaugnhár en hér notaði ég augnhár frá Tanya Burr sem heita Girls Night out.“

Varirnar eru svo rúsínan í pylsuendanum og er Silla óhrædd við að nota sterkan varalit með dökkri augnmálningu. „Ég mótaði varirnar með dökkum varablýanti og setti vel af honum inn á varirnar og svo notaði ég varalit frá Make Up Store yfir sem heitir Havana.“

Hárgreiðslan er hluti af heildinni og notaði Silla HH Simonsen járn sem heitir ROD 9. „Þetta bylgjujárn er ótrúlega heitt núna. Allt öðruvísi lúkk heldur en beautykrullurnar og því fannst mér viðeigandi að nota það í áramótalúkkinu þar sem það er svona aðeins meira „töff“ lúkk.“

Jennifer Connelly hefur alla tíð verið með veglegar augabrúnir.

Sofia Vergara glæsileg með fallegar augabrúnir.



Cara Delevingne er þekkt fyrir þykkar og fallegar augabrúnir.

ÞYKKAR OG AFGERANDI AUGABRÚNIR

Margar af flottustu konum heims eru búnar að leggja plokkarann frá sér og leyfa augabrúnunum að vaxa.

Vinsældir þykkra og veglegra augabrúna hafa aukist síðustu ár og það virðist engin breyting verða þar á á næstunni. Til eru ýmsar vörur til þess að þykkja augabrúnir og kvenþjóðin leggur plokkarann frá sér í enn meiri mæli. Allar helstu fyrirsæturnar eru með þykkar og fallegar augabrúnir og margar helstu leikkonurnar.

Það eru þó ekki allir sem geta fylgt þessari tísku, sumir eru með þunnar augabrúnir frá náttúrunnar hendi og aðrir hafa skemmt þær með plokkun. Það er þó ekki ástæða til þess að örvænta, það er til fjöldinn allur af vörum sem ætlaðar eru til þess að auka vöxt augabrúna. Til eru olíur og krem sem eru sérstaklega gerð fyrir augabrúnir. Einnig eru til kynstrin öll af snyrtivörum sem ætlaðar eru til þess að fylla upp í augabrúnirnar, algengast er að fólk noti augnabrúnablýanta eða augnskugga til þess.

CLARISONIC

NÚ LOKS Á ÍSLANDI

SEX SINNUM BETRI HÚÐHREINSUN

Clarisonic var stofnað í Seattle í USA árið 2001 af hópi frumkvöðla með sterkan bakgrunn í rafmagnsverkfræði og vísindum. Einn þeirra hafði m. a. hannað Sonicare tannburstalínuna og hugmynd þeirra var að hanna bursta fyrir vandamálahúð. Þremur árum seinna og eftir meira en 40 einkaleyfi var fyrsta Clarisonic tækið markaðssett árið 2004. Clarisonic varð fljótlega í fyrsta sæti yfir þá hreinsibursta sem húðsjúkdómalæknar, snyrtifræðingar og fagfólk á SPA stofum í USA mæltu með. Clarisonic kom á markaðinn á Íslandi í október og hér fást 3 tæki. Plus, Mia2 og Aria ásamt 8 gerðum af burstahausum, fjórum hreinsigelum og maska sem öll eru án parabena, SLS, sápu og olíu.

Clarisonic hefur hlotið fjölda verðlauna allt frá því að vera uppáhaldsvara Opra Winfrey, Genius Awards hjá Elle tímaritinu, Best of Beauty og Beauty Breakthrough Award hjá Allure, Best Beauty buys hjá InStyle magazine, Beauty Hot 100 hjá Harper´s Bazaar, TOP-RATED hjá sephora.com auk margra annarra. Það er ekki bara Oprah sem elskar Clarisonic, heldur hafa stjörnurnar tekið því opnum örmun eins og Courtney Cox, Chelsea Handler, Gwyneth Paltrow, Cameron Diaz og Justin Timberlake.

FRAMLEITT MEÐ EINKALEYFI

Mia2®

300

MÍKRÓSVEIFLUR Á SEKÚNDU

SONIC SVEIFLU-TÆKNI

TITRAR EKKI SNÝST EKKI

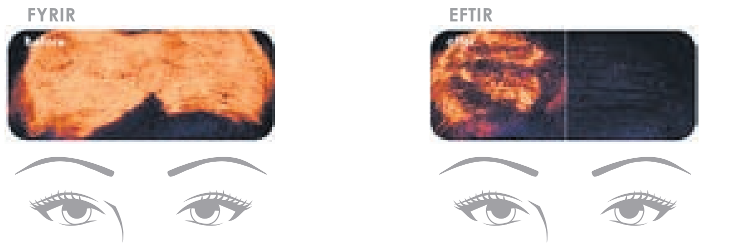
Markmið Clarisonic er að umbreyta húðinni og viðhalda fallegri og heilbrigðri húð. Það sem gerir Clarisonic hreinsiburstana svona einstaka er Sonic Oscillation tæknin sem tryggir milda og örugga húðhreinsun fyrir allar húðgerðir og hreinsar sex sinnum betur en með höndum eingöngu. Clarisonic fjarlægir fitu og óhreinindi sem eru föst í fínum línum og húðholum. Húðin verður mýkri og móttækilegri fyrir virkum efnum úr húðsnyrtivörum. Húðholur minna sjáanlegar og húðin frískleg og ljómandi.

FRAMLEITT MEÐ EINKALEYFI

PLUS

ARIA™

Virkni Clarisonic húðhreinsunar - Farði fjarlægður.



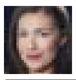
Taktu þátt í Clarisonic leik á facebook síðu Hagkaups og þú gætir unnið bleika Mia2.

clarisonic®

FÆST Í HAGKAUP KRINGLUNNI, SMÁRALIND, AKUREYRI OG Á HAGKAUP.IS

LÍFIÐ LEIÐIR MIG Í RÉTTA ÁTT

Leikkonan og gleðigjafinn EDDA BJÖRG EYJÓLFSDÓTTIR lenti í niðurskurði í Þjóðleikhúsinu en lét það ekki á sig fá og setti saman leikhóp sem fengið hefur frábæra dóma. Hún segir frá endurkomunni í leikhúsheiminn, föðurmissi og ástríku uppeldi.


Friðrika Hjördís Geirsdóttir
umsjónarkona Lífsins

Edda Björg er hugmyndaríkur orkubolti en stundum svolítið utan við sig að eigin sögn. „Ætli þetta sé ekki svona nettur athyglisbrestur," segir Edda og hlær. „Eða kannski er ég svona sveimhugi eða dagdraumamanneskja, en það kemur nú stundum að góðum notum, svona oftast. Stundum er ég samt bara komin í einhvern annan heim og þá þarf að hrista mig til baka en þessu verður ekki breytt," segir hún hlæjandi. „Nema með einhverjum meiri háttar góðum lyfjum," segir þessi hláturmilda leikkona sem brætt hefur hug og hjörtu margra með fallegri útgeislun sinni bæði í sjónvarpi og á sviði. Nýjasta verk okkar konu er leikritið Ofsi þar sem hún leikur stórlynda eiginkonu Eyjólfs ofsa sem leitast við að hefna dauða föður síns. Edda, sem og verkið sjálft, hefur fengið verðskuldaða athygli og frábæra dóma.

Ólst upp hjá ömmu og afa

Edda Björg er alin upp hjá móðurömmu sinni og -afa í austurbæ Kópavogs frá tveggja ára aldri. „Mamma og pabbi voru svo ung þegar þau áttu mig. Við mamma bjuggum upphaflega hjá ömmu og afa. Eftir að við fluttum þaðan þá gerðist mamma flugfreyja og ég var alltaf meira og meira hjá ömmu og afa þar til það hentaði bara betur að ég byggi þar," segir Edda. „Mér þykir óskaplega vænt um þau, ég fékk mjög ástríkt uppeldi og væri ekki manneskjan sem ég er í dag án þeirra. Mér finnst líka einstakt að hafa fengið að alast upp hjá þessari kynslóð," segir Edda. Hjá ömmu sinni og afa kynntist Edda leikhúsheiminum og þá varð ekki aftur snúið. „Þau voru mjög dugleg að fara með mig í leikhús, ekki bara á barnasýningar heldur fullorðins líka. Ég man vel eftir sýningum eins og Ofvitanum og Stundarfriði sem höfðu mikil áhrif á mig og fannst mér allt sem tengdist leikhúsi mjög sjarmerandi og skemmtilegt." Eftir grunnskólagöngu í Kópavogsskóla fór Edda Björg í Menntaskólann við Hamrahlíð og hellti sér þá á fullu út í leiklistina. „Þar byrjaði leiklistin hjá mér og ég var komin með nægilega mikið sjálfstraust til þess að fara í leiklistarhópinn. Þar var verið að setja upp Rocky Horror og við vinkonurnar fórum allar á leiklistarnámskeið hjá Kolbrúnu Halldórsdóttur og þá varð ekki aftur snúið. Þarna fann ég hvar mín braut lá, allt annað var lagt til hliðar." Eftir menntaskólann lá leið Eddu í Leiklistarskóla Íslands þar sem að hún þreytti inntökupróf en eins og margir vita eru örfáir sem komast þar inn ár hvert. „Ég ákvað að taka þessu nokkuð alvarlega og undirbjó mig vel undir inntökuprófið, kynnti mér alls kyns leiklistartækni, raddþjálfun og sökkti mér ofan í bókmenntir, allt til þess að leggja grunninn að því að fara í þetta próf og ég þakka þessum undirbúningi það að komast inn í skólann í fyrstu tilraun. Ég hefði svo sem reynt aftur ef ég hefði ekki komist inn eða farið utan og hvet alla þá sem hafa áhuga að hætta ekki þó að þeir komist ekki inn í fyrstu heldur fylgja draumum sínum."

Bjó til sín eigin tækifæri

Að útskrift lokinni fór Edda að vinna í Borgarleikhúsinu og vann þar í átta ár áður en hún fór í Þjóðleikhúsið þar sem hún vann í rúm fjögur ár áður en samningurinn

rann út og hún þurfti að kveðja leikhúsið að sinni. „Þetta var svolítið erfitt tímabil og ég velti því fyrir mér hvernig ég skilgreindi sjálfa mig. Var það út frá því hvar ég vann eða hver ég væri? Ég vildi það alls ekki því að maður þarf að skilgreina sig út frá því sem maður gerir," segir hún. Edda fór í gegnum mikla sjálfsskoðun og hreinsunareld að eigin sögn á þessum tíma en þrátt fyrir mótlæti gafst hún aldrei upp á leiklistardraumnum. „Ég tók þá ákvörðun að gefast ekki upp, ég ætla að verða alltaf betri og betri leikkona en ég er. Ég hef ótrúlega mikinn áhuga á vinnu minni og tækni leikarans. Ég vil þróast og þroskast í þessu starfi. Mig dreymdi stóra drauma á þessum tíma og þá sparka englarnir manni af stað," segir Edda og bætir við að úr þessu öllu hafi hún fengið dýrmæt tækifæri til að læra af umhverfinu og treysta því að lífið sæi til þess að útkoman yrði sú besta. „Þarna þurfti ég bara að slá í klárinn og spyrja mig að því hvort ég ætlaði bara að gefast upp eða taka þessu ástandi. Ég ákvað að gera hið síðarnefnda og sjá hvað í mér byggi." Í kjölfarið stofnuðu hún og Marta Nordal, vinkona hennar, leikfélagið Aldrei óstelandi og settu upp Fjalla-Eyvind í Norðurpólnum, sem svo sannarlega sló í gegn og fékk verkið sjálft og Edda Björg tilnefningu til Grímuverðlaunanna. „Velgengni Fjalla- Eyvindar var mikil sönnun fyrir mig, að ég gæti gert þetta og gæti gert það sem ég vil gera. Það var mikilvægt fyrir mig að upplifa þetta á þessum tímapunkti þar sem lítið var fyrir mig að hafa í leiklistinni en þarna fann ég að ég gat búið til mín eigin tækifæri."

Erfitt að missa pabba

Edda Björg átti gott samband við föður sinn og hafði jafnvel hug á því feta í hans spor og gerast arkítekt á einum tímapunkti. „Ég vann aðeins með honum á tímabili og fann þá hvað ég hafði mikinn áhuga á því að skapa. Þetta var mjög skemmtilegur tími enda vorum við pabbi mjög lík, bæði hálf utan við okkur og sítalandi," segir Edda og hlær.

> „Það er svo skrítið að mér finnst eins og hann sé nær mér eftir að hann fór en þegar hann var á lífi, það er erfitt að skýra út þá tilfinningu, mér finnst ég alltaf geta kallað á hann."

Eyjólfur, faðir Eddu, lést eftir stutta baráttu við krabbamein í október síðastliðnum. „Pabbi bjó úti í Ósló síðustu árin, mér fannst erfitt að geta ekki verið hjá honum á þessum tíma. Kvöldið áður en hann dó fór ég á æfingu á Ofsa. Marta sagði mér að fara út til hans og stóð það til en í raun var það ekki hægt, ég var búin að skuldbinda mig til að leika og erfitt að snúa sig út úr því. Ég náði þó að kveðja hann í gegnum síma, sem er mér mjög dýrmætt, en svona

er lífið. Það er svo skrítið að mér finnst eins og hann sé nær mér eftir að hann fór en þegar hann var á lífi, það er erfitt að skýra út þá tilfinningu, mér finnst ég alltaf geta kallað á hann.“

Núna, tveimur mánuðum eftir fráfall föður síns, segist hún finna frið og kærleik og vera þakklát fyrir þann tíma sem þau áttu saman. „Ég finn sífellt fyrir nærveru hans. Við Stefán, maðurinn minn, fórum til Kaupmannahafnar um daginn og gistum við eina eftirlætisgötu pabba þar sem antík- og hönnunarverslanir voru allt um kring. Ég hugsaði mikið til hans og hvað hann hefði haft gaman af því að vera með okkur, enda mikill fagurkeri,“ segir hún.

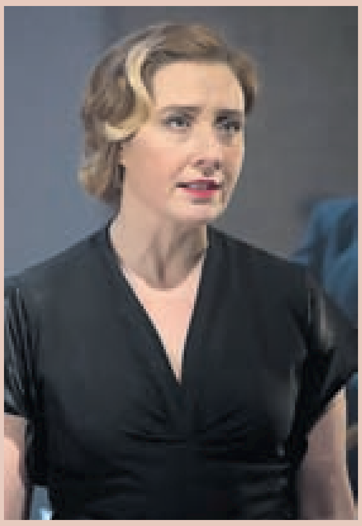
Hálfsystkini Eddu, og börn föður hennar, búa í Kaupmannahöfn og stóð til að hitta þau í ferðinni. „Við vorum ekki búin að festa okkur tíma til að hitta þau en það stóð til. Einn daginn vorum við hjónin að skoða okkur um í Illum og Stebbi stígur út til þess að fá sér ferskt loft. Fyrsta fólkið sem hann mætir úti á götu eru systkini mín, þvílík tilviljun. Þarna sannfærðist ég um það að hann væri með okkur og væri að reyna að tengja okkur.“

Fer úr og í karakter

Framtíðin er jafn björt yfirlitum og Edda Björg sjálf og segist hún vera sátt við sína stöðu í dag. „Ég lifi í núinu og trúi því að lífið leiði mig í rétta átt. Ég væri til í að sanka að mér frekari leikstjórnarreynslu en þau verkefni sem ég hef unnið með Aldrei óstelandi hafa gefið mér mikla útrás fyrir leikstjórann í sjálfri mér. Ég fann þegar við vorum að setja upp fyrstu sýninguna á Fjalla-Eyvindi að mér leið eins og unglingi í uppreisn. Mér fannst gaman að leika og vinna hluti upp á móti því sem ég hafði verið vön að gera eins og að leika með bakið í áhorfendur, hafa handritið inni á sviðinu. Mér finnst gaman að rannsaka hvar þessi mörk liggja og sýna áhorfendum líka hvað gerist „utan sviðs“, hvernig ég drekk kaffið mitt inni á sviðinu, laga búninginn, les handritið. Allt þetta er ég enn að skoða og ekki síst í Ofsa en þar förum við úr og í karakter á sviðinu. Eins og þegar maður fylgist með sinfóníunni flytja verk, þá fylgjast áhorfendur með okkur flytja Ofsa. Þuríður Sturludóttir er magnaður karakter, ég hef held ég aldrei kynnst annarri eins persónu. Það hjálpaði mér mikið námskeið í Grikkjunum sem Pétur Einarsson kenndi á öðru ári í Leiklistarskólanum. Ég fann fljótt að ég yrði að nálgast hana eins og persónu í grískum harmleik. Ég varð hreinlega að þaulhugsa allar hreyfingar og hvernig textinn félli. Öll aukaatriði varð ég að taka út. Mér leið svolítið eins og ég væri alltaf að taka til, en rosalega jarðtengd og bein í baki. Allt vinnuferlið við Ofsa var svo skemmtilegt og átakalaust. Það er einstakt að koma að sköpun verks frá upphafi til enda. Geta valið að vinna með frábæru listafólki allt frá leikmynd, búningum, hljóði eða hönnun kynningarefnis. Maður kemur að þessu öllu á einn eða annan hátt. Innan hópsins ríkir mikið lýðræði og allir eru mjög sjálfstæðir í sinni vinnu og virðing borin fyrir skoðunum hvers og eins. Þannig eigum við svo mikið í sýningunni. Maður er ekki bara að vinna með sína persónu eða senu heldur kemur maður að öllu í heild sinni. Þannig var leikgerðin unnin í sameiningu og allar senur urðu til í mjög svo skapandi ferli. Mér þykir það ákaflega dýrmætt að geta unnið svona með öðrum, því það er ekki sjálfgefið. Þessi vinna hefur kennt mér gríðarlega mikið varðandi svo margt við uppsetningu á leikverki,“ segir Edda Björg og bætir við að hana langi áfram að gera leikhús sem henni þyki „töff“ og langi að sjá. „Við djókuðum oft með það að allar hugmyndir yrðu að vera „töff“ – annars yrðu þær ekki með, en það er einmitt það sem þetta allt snýst um. Ef maður fær tækifæri til þess þá á maður auðvitað að búa til leikhús sem maður sjálfur vill fara að sjá, finnst flott og maður fílar og segja sögur sem maður brennur fyrir, það er mikilvægt,“ segir Edda og bætir við: „Mig langar umfram allt að halda áfram að rannsaka og þenja þetta skemmtilega form sem leikhúsmiðillinn er, kanna hvernig ég get komið að því frá öðru sjónarhorni.“ Ef farið er yfir feril Eddu Bjargar er nokkuð ljóst að okkar kona er frumkvöðull á sínu sviði sem maður sjálfur vill fara... sem missir aldrei sjónar á ástríðunni sem í henni býr, sama hvað bjátar á.

> „Þetta var svolítið erfitt tímabil og ég velti því fyrir mér hvernig ég skilgreindi sjálfa mig. Var það út frá því hvar ég vann eða hver ég væri?“

MYNDAALBÚMIÐ



Fjölskylda Eddu Bjargar saman komin, Edda Björg sýndi snemma leiklistarhæfileika. Á sviði á sýningunni Ofsa.

HELDUR NAFNI AFA SÍNS Á LOFTI

GRÉTA ENGILBERTS hannar slæður sem skreyttar eru myndum eftir afa hennar, Jón Engilberts listmálara. Hún segir hugmyndina vera að koma verkum afa síns út til almennings og halda með því nafni hans lifandi.

Friðrika Hjördís Geirsdóttir
umsjónarkona Lífsins

Gréta Engilberts, förðunarfræðingur og hönnuður, stofnaði nýverið hönnunarfyrirtæki ásamt Hirti Sólrúnarsyni, sambýlismanni sínum. Þar vinnur hún með listsköpun afa síns, Jóns Engilberts listmálara, og býr til slæður, buff og silkiklúta skreytt með myndum eftir hann.

„Hugmyndin var og er að koma verkum Jóns út til almennings og halda nafni hans lifandi. Það eru að vaxa úr grasi kynslóðir sem þekkja ekki verk gömlu meistaranna og Jón höfðar til allra aldurshópa og ekki síst til ungs fólks í dag. Ég hef svo oft fengið að heyra það frá fólki sem er í myndlistargeiranum að það sem málarar í dag eru að gera var Jón að gera fyrir 50 árum svo það er ekki spurning að vekja hann aftur til lífsins með þessum hætti," segir Gréta sem hafði lengi gengið með það í maganum að vinna með verkin og halda nafni afa síns á lífi.

„Mig hafði langað til þess lengi að vinna eitthvað með verkin hans Jóns og þegar við Hjörtur fundum hvort annað þá fóru hjólin að snúast. Ég er náttúrulega svo lánsöm að hafa alist upp hjá Jóni og Tove og eignaðist auðvitað mikið af verkum eftir afa. Þar sem ég er eini höfundarrétthafinn á verkum Jóns þá get ég nýtt listina hans á þennan hátt og ég veit að ef hann væri á lífi í dag, þá væri hann að gera slíkt hið sama, því hann var nýjungagjarn og alltaf að leita leiða til að koma listinni sinni á framfæri," segir hún. Fyrirtækið hefur smám saman fært út kvíarnar í hönnun sinni og eru þau nú byrjuð að hanna vörur úr skinni af landnámsgeitinni. „Við erum að gera bekki og kolla bólstraða með geitastökum og úr íslenskum viði úr Hallormsstað og einnig erum við að gera loðkraga úr geitaskinni," segir hún og bætir við að þau séu með fleiri hugmyndir í pokahorninu sem komi upp á yfirborðið í nánustu framtíð.

Kragar úr geitaskinni.

Gréta Engilberts, förðunarfræðingur og hönnuður.

LYKILLINN AÐ GÓÐU SAMBANDI

HVAÐ EINKENNIR GÓÐ SAMBÖND?

Sigríður Dögg Arnardóttir
kynlífsfræðingur

John og Julia Gottman hafa sérhæft sig í hjónum og samskiptum þeirra. Þau hafa tekið upp samskipti fleiri þúsunda para og rýnt í hvað er sagt, hvernig það er sagt, svipbrigði, tilfinningar og ótjáðar tilfinningar þeirra og í kjölfarið kortlagt hvað einkenni góð pör sem eru líkleg til að vera hamingjusöm og haldast saman. Hjónin segjast geta spáð um með 94% vissu að fólk sem ekki uppfyllir skilyrðin á þessum lista muni hætta saman innan fjögurra ára.

FIMM EINKENNI HAMINGJUSAMRA PARA

1. **Hamingjusöm pör segja frá fyrstu kynnum sínum á hlýlegan hátt og með aðdáun fyrir makanum. Það er kærleikur og virðing í frásögn þeirra.**
2. **Pörin greina frá sögum þar sem þau unnu vel saman, sem teymi, en ekki bara „ég" eða „þú" eins og fólki hættir til að gera í rifrildum.**
3. **Þau þekkja hvort annað. Þau vita hvað hvort öðru líkar vel við og hvað ekki, hvað gerir viðkomandi hamingjusaman og leiðan. Þau passa upp á að halda áfram að læra hvort á annað, langanir og líðan.**
4. **Hamingjusöm pör eru stolt af því að hafa komist saman yfir erfið tímabil og að það hafi styrkt þau sem par. Það skiptir því höfuðmáli hvernig atburðir eru túlkaðir og að pör standi saman og geti lært af þessum erfiðu tímum.**
5. **Óhamingjusöm pör eiga það til að greina frá vonbrigðum með sambandið, að það hafi ekki staðist allar þeirra vonir og væntingar auk þess að sýna kaldhæðni þegar langtímaskuldbindingu ber á góma. Hamingjusömum pörum finnst sambandið hafa uppfyllt væntingar þeirra.**

JS Watch co.

REYKJAVIK

Úrsmíðameistari okkar missir aldrei einbeitinguna

Vegna annálaðrar einbeitingar, nákvæmni og 45 ára reynslu, tryggir úrsmíðameistarinn gæði íslensku úranna.

Gilbert Ó. Guðjónsson úrsmíðameistari og alþekktur fagmaður grandskoðar hvert einstakt úr áður en það yfirgefur verkstæði okkar.

JS úrin eru íslensk hönnun og framleiðsla, sett saman á úrsmíðaverkstæði Gilberts, þar sem viðskiptavinir geta komið og hitt úrsmiðina sem setja saman úrin þeirra.

Úrvalið af JS úrum hefur aldrei verið meira og ættu flestir að geta fundið íslenskt úr við sitt hæfi en úrvalið má skoða á vefsíðu www.gilbert.is eða www.jswatch.com.

GILBERT
ÚRSMIÐUR

Laugavegi 62 - sími: 551-4100
www.gilbert.is

Opnunartími um jólin í IÐU, Lækjargötu

Þorláksmessa 9-23 Aðfangadagur 9-16

Jóladagur: Lokað Annar í jólum: Lokað

IÐA

METSÖLULISTI IÐU 09.12.14 - 16.12.14

1

Sagan um Glókollu
Einar Guðmundsson

2

Búkollukvæði
Sigrún Erla Hákonardóttir

3

Agnarögn
Guðrún Anna Matthíasdóttir

4

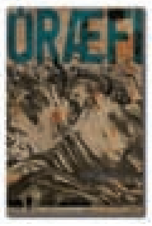
Orðbragð
Bragi Valdimar Skúlason & Brynja Þorgeirsdóttir

5

Reykjavík sem ekki varð
Anna Dröfn Ágústsdóttir & Guðni Valberg

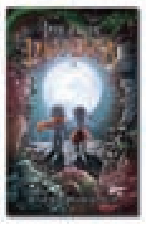
6

Sveitin í sálinni
Eggert Þór Bernharðsson

7

Öræfi
Ófeigur Sigurðsson

8

Þrettán dagar til jóla
Brian Pilkington

9

Þín eigin þjóðsaga
Ævar Þór Benediktsson

10

Bjór - umhverfis jörðina á 120 bjórum
Stefán Pálsson

Lækjargata 2a og Vesturgata 2a 101 Reykjavík

10 SPURNINGAR

Hildur Ragnarsdóttir,
eigandi verslunarinnar Einveru

ER ÓTRÚLEGA MIKIÐ JÓLABARN

1. **Þegar ég var ung** var ég ótrúlega mikið jólabarn.
2. **En núna** er ég alveg jafn mikið jólabarn.
3. **Ég mun eflaust aldrei** skilja fólk sem borðar ekki engifer.
4. **Ég hef ekki sérstakan áhuga** á pólitík.
5. **Karlmenn eru** alveg jafn skrítnir og konur.
6. **Ég hef lært** að maður á alls ekki að gera neitt mikilvægt eða skemmtilegt ósofinn.
7. **Ég fæ samviskubit** þegar ég snúsa of oft á morgnana.
8. **Ég slekk á sjónvarpinu** þegar ég er búin að horfa á alltof marga Criminal Minds-þætti.
9. **Um þessar mundir** er ég mjög upptekin af rekstri Einveru og Die Hard-myndamaraþoninu mínu.
10. **Ég vildi óska þess** að fleiri vissu af því hvað Frasier er skemmtilegur þáttur.

1 Mig hefur dreymt um flík úr „flying tiger" línunni frá Kenzo en maður finnur eiginlega engar nýjar svoleiðis flíkur til sölu lengur. Ég tapaði mjög mörgum uppboðum á eBay úr „flying tiger" línunni áður en ég vann svo loksins þennan bol fyrir mjög stuttu og hann er strax í miklu uppáhaldi.

2 Peysa sem ég nota rosalega mikið því hún er mjög hlý og þægileg en ég stal henni frá mömmu minni. Mamma var held ég hætt að nota peysuna þegar ég eignaði mér hana, en hún klæddist peysunni þegar hún giftist pabba, svo þessi peysa hefur kannski meira persónulegt gildi en margar aðrar bláar peysur.

FATASKÁPURINN ÝR JÓHANNSDÓTTIR

Textílhönnunarneminn og eigandi prjónamerkisins Ýrúrarí opnaði sinn skemmtilega og einstaka fataskáp fyrir Lífið.

„Fatastíllinn minn er yfirleitt frekar litríkur og mikið af mynstrum, en samt frekar praktískur, mér finnst mjög leiðinlegt að vera kalt. Ég kaupi held ég langoftast „second hand" í t.d. Kolaportinu og Rauðakrossbúðum. Þá safnast líka smá peningur upp til þess að geta keypt sér eitthvað vandað og fínt en ég er mjög veik fyrir Marimekko-úrvalinu í Finnsku búðinni og gleymi mér stundum á uppboðum á eBay á notuðum hönnunarflíkum."

3 Carhartt-jólahúfan, „must have" fyrir jólin. Carhartt hefur reyndar enn ekki gefið út neina jólalínu svo ég prjónaði þessa jólalegu húfu og saumaði Carhartt-merki á hana.

4 Mars Attacks-peysa sem ég bjó til sjálf fyrr í vetur á sjálfa mig þar sem mig vantaði hlýja peysu til að vera í á leiðinni í skólann. Mars Attacks er ein af mínum uppáhaldsbíómyndum og síðan var líka uppáhaldspeysan sem ég gerði fyrir netbúðina mína í haust með ápríónuðum heila, svo út kom þessi peysa.

5 Peter Jensen-kjóllinn minn sem ég nota reyndar alltof lítið því hann verður alltof fljótt skítugur, en mér finnst hann engu að síður einn fallegasti kjóll sem ég á. Eyrun á kanínunni eru hnýtt aftan við hálsinn sem mér finnst algjör snilldarhugmynd! Ég keypti kjólinn fyrir nokkrum árum í vel falinni „second hand" tískumerkjabúð í London, þar fjárfesti ég í þó nokkrum gersemum.

CANADA GOOSE
ARCTIC PROGRAM
CANADA GOOSE®
LODGE
MONTEBELLO
CITADEL
KENSINGTON
VICTORIA
TRILLIUM
CHATEAU
HYBRIDGE
GRÍPTU GÆSINA
SETTU ALVÖRU GÆÐI Í JÓLAPAKKANN!
VERÐ FRÁ KR.89.900 - 129.990.-
SPORTÍS
NORDIC STORE
REYKJAVIK ICELAND
MÖRKIN 6 - 108 RVK - S:520-1000
LÆKJARGATA 2 - 101 RVK - S:445-8080

HEIT MÖNDLUMJÓLK MEÐ KANIL OG HUNANGI

Dásamlegur heitur drykkur sem yljar á köldum jólakvöldum og er frábær fyrir svefninn.

Þessi drykkur er ákaflega bragðgóður og ekki skemmir fyrir að hann er afar einfalt að búa til.

1 bolli möndlumjólk
1 tsk. hunang
2 dropar vanillu-extrakt
1 tsk. kanill

Hitið möndlumjólkina á vægum hita þangað til suðan kemur upp og mjólkin freyðir. Lækkið hitann og blandið hinum hráefnunum við. Hrærið allt vel saman á heitri hellunni. Hellið í fallegan bolla og stráið örlitlum kanil yfir í lokin. Njótið!

„Fyrir þá sem vilja náttúrulegan farða án allra óæskilegra aukaefna er þessi uppskrift alveg málið.“

BÚÐU TIL ÞINN EIGIN FARÐA

Heimatilbúinn farði sem auðvelt er að búa til og er án allra aukaefna.

Fyrir þá sem vilja náttúrulegan farða án allra óæskilegra aukaefna er þessi uppskrift alveg málið.

5 msk. örvarrótarduft (fæst í flestum heilsubúðum)
1 tsk. kakóduft (eða eftir þörfum)
1 tsk. kanill

Til þess að búa til laust púður er gott að byrja með örvarrótarduftið og bæta kakóinu og kanilnum rólega saman við þangað til réttur tónn sem passar húðlitnum hefur náðst. Geymið í litlli krukku eða tómum umbúðum undan öðru púðri og berið á með bursta.

Til þess að fá fast púður er hægt að blanda nokkrum dropum af ilmkjarnaolíu eða vodka saman við púðrið og pressa niður í tóma púðurdós.

Einnig er hægt að búa til sólarpúður úr sömu hráefnum en þá er hlutfallið af kakóinu og kanilnum örlítið hærra.

Fallegar Jólagjafir

Rains Regnkápur frá
15.500,-

Úrval af bókum

Viðarúr frá
25.900,-

Marshall hátalari
99.900,-

Lesgleraugu
7.500,-

Plötuspilari
39.900,-

Úrval af hnöttum

Rúmföt
14.900,-

Loðkragar frá
10.900,-

Mikið úrval af
skartgripum

Marshall Headphone
24.900,-

Fallegir loftbelgir

Púði 60x60
19.900,-

Teppi
14.900,-

Rains Töskur frá
12.900,-

Glerbox frá
4.900

MYCONCEPTSTORE

Verslun: Laugavegur 45 / Sími: 519 66 99 / Vefverslun: www.myconceptstore.is

METSÖLULISTI
Bókabúðar Máls og menningar

1\.

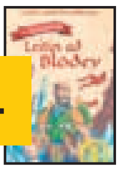
Sveitin í sálinni
Eggert Þór Bernharðsson

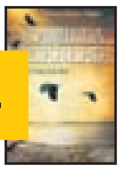
2\.

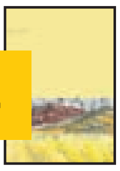
Þín eigin þjóðsaga
Ævar Þór Benediktsson

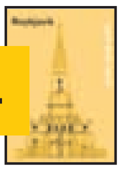
3\.

Orðbragð
Bragi Valdimar Skúlason
& Brynja Þorgeirsdóttir

4\.

Leitin að Blóðey
Guðni Líndal Benediktsson

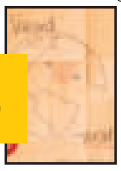
5\.

Ljónatemjarinn
Camilla Läckberg

6\.

Koparakur
Gyrðir Elíasson

7\.

Reykjavík sem ekki varð
Anna Dröfn Ágústsdóttir
& Guðni Valberg

8\.

Náðarstund
Hannah Kent

9\.

Vakandi veröld
Margrét Marteinsdóttir
& Rakel Garðarsdóttir

10\.

Svarthvítir dagar
Jóhanna Kristjónsdóttir

9\. - 16. desember

BÓKABÚÐ
MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Einstakar flíkur á nýjustu sýningu Karls Lagerfeld fyrir Chanel.

NÝ OG RÓMANTÍSK LÍNA FRÁ CHANEL

Chanel frumsýndi nýjustu línu sína, Métiers d'Art Paris-Salzburg 2015, í glæsilegum kastala á dögunum. Línan er falleg og rómantísk og er innblásin af sögu Austurríkis. Mikið var um skikkjur, síðar kápur, fjaðrir, útsaum og leður. Fína og fræga fólkið lét sig að sjálfsögðu ekki vanta og það voru allir í stuði á þessari áhugaverðu sýningu Chanel.

Kendall Jenner and Cara Delevingne eru góðar vinkonur.

Fyrsætan Alice Dellal í fallegum og klassískum fatnaði frá Chanel.

Hönnuðurinn sjálfur, Karl Lagerfeld, og Lilly Allen í stuði á sýningunni.

Cara Delevingne og fatahönnuðurinn Karl Lagerfeld knúsast eftir sýninguna.

Rooney Mara geislaði á sýningu Chanel í fallegum kjól.

Caroline Sieber var sumarleg og sæt í fallegum blómakjól.

KÓKOS-BISCOTTI

Biscotti-kökurnar koma upprunarlega frá Prato á Ítalíu og eru einstaklega ljúffengar.

Margir tengja biscotti-kökurnar við ítalskar hefðir enda eru þær upprunalega frá Prato, sem er örstutt frá Flórens á Ítalíu. Nafnið biscotti er upprunalega úr latínu og þýðir „bakað tvisvar" en það er einmitt raunin með þessar kökur. Kökurnar geymast lengi og er upplagt að bjóða upp á góðan ítalskan kaffibolla með þeim. Í þessari uppskrift bregðum við aðeins út af vananum og bætum kókos við grunnuppskriftina. Einnig er tilvalið að bæta við trönuberjum eða öðrum þurrum ávöxtum sem og alls kyns hnetum.

125 g heilar möndlur, án hýðis
2 stk. eggjarauður
250 g sykur
250 g hveiti
50 g kókosmjöl
Salt á hnífsoddi

Hitið ofninn í 200°C. Dreifið möndlunum á ofnplötu og bakið í 5 mínútur. Kælið og grófsaxið. Þeytið eggjarauðurnar með sykrinum þar til blandan er orðin ljós og létt. Hrærið hveiti, möndlum, kókos og salti saman við og hnoðið þar til deigið er slétt. Mótið deigið í sívalninga og setjið á pappírsklædda ofnplötu og bakið við 180°C í um 25 mínútur. Takið plötuna úr ofninum og hækkið hitann aftur í 200°C. Skerið lengjurnar í um 1 cm þykkar sneiðar og raðið aftur á plötuna og bakið þær í 20-30 mínútur í viðbót, eða þar til þær eru ljósgullinbrúnar og stökkar.

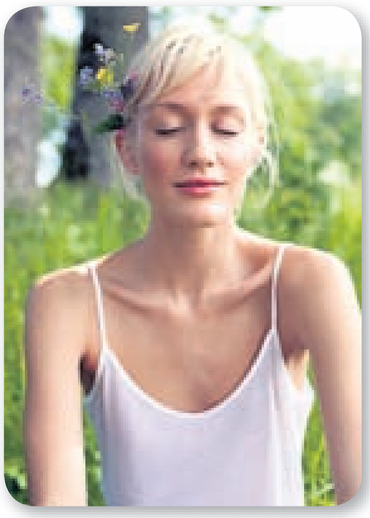
REAL TECHNIQUES
FÖRÐUNARBURSTAR

KOMNIR AFTUR

REAL TECHNIQUES FÖRÐUNABURSTAR OG GJAFASETT
KOMIN AFTUR Í VERSLANIR.

real Techniques®
by Sam & Nic Chapman

Instagram

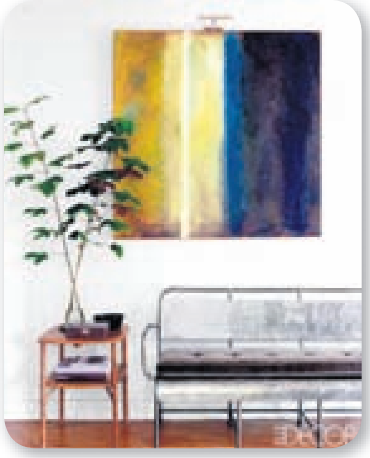


Quiet Mind Meditation

instagram.com/ quietmindmeditation

Sara Fletcher stofnaði heimasíðuna Quiet Mind Meditation til þess að halda utan um allt sem tengist hugleiðslu og jóga. Hún heldur einnig úti Instagram-síðu þar sem hún minnir fólk á að staldra við í amstri dagsins og njóta augnabliksins. Upplífgandi tilvitnanir og falleg skilaboð sem allir hafa gott af að skoða.

Pinterest

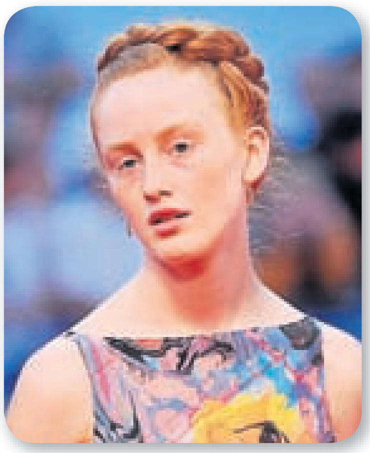


Elle Decor

www.pinterest.com/ elledecor

ELLE DECOR er þekkt tímarit þar sem fjallað er um falleg heimili og hönnun. Pinterest-síðan tímaritsins er full af fallegum ljósmyndum sem gleðja flest áhugafólk um innanhússhönnun og heimili en yfir tíu þúsund myndir eru á síðunni. Falleg hús, áhugavert fólk, sniðugar hugmyndir, frábærar lausnir og elegant hýbýli úti um allan heim.

tumblr.



Indía Salvör

indiasalvormenuez.com

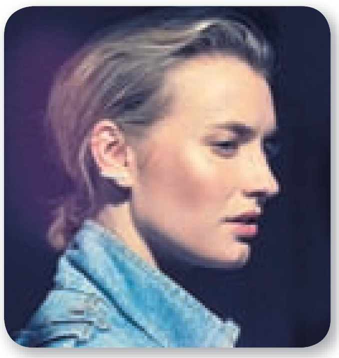
Hin hálfíslenska Indía Salvör er fjölhæf listakona sem ólst upp í New York. Hún hefur fengið mikla athygli fyrir sérstakt útlit sitt og var á meðal annars framan á nýjasta plötuumslagi Pharrell Williams. Hún er dugleg við að skapa alls konar list og notar marga mismunandi miðla í listsköpun sinni. Áhugaverð og skemmtileg síða hjá þessari mögnuðu ungu konu.

BLOGGARINN LJÓSMYNDARI OG FYRIRSÆTA

Zanita

zanita.com.au

Zanita er áströlsk og heldur úti tískubloggi undir eigin nafni. Hún er sjálflærður ljósmyndari og starfar við það ásamt því að starfa sem fyrirsæta. Hún ver tíma sínum í að taka myndir af fyrirsætum, ferðast og starfa með öðrum bloggurum til að búa til einstaka tískuþætti. Hún segir bloggið sitt vera dagbók um feril hennar sem ljósmyndari og hvernig hún hefur þróast og bætt sig með árunum. Hún er með einstakan og töffaralegan stíl og er svo sannarlega sem ferskur andblær í flóru tískubloggara.



5 góðar ástæður til að taka Active Liver

- Eykur virkni lifrarinnar og gallsins
- Eykur fitubrennslu
- Stuðlar að daglegri hreinsun líkamans
- Bætir meltinguna
- inniheldur aðeins náttúruleg jurtaþykkni ss. Mjólkurþistil, Ætiþistil. Túrmerik, Svartan pipar og Kólín.

„Finn mikinn mun á mér, eftir að ég byrjaði að nota Active Liver. Hef minni löngun í óhallan mat, sætindi, kaffi og áfengi. Ég hef líka lést og er mjög ánægð með árangurinn“.

-Kirsten

BÍLAR & FARARTÆKI

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

MERCEDES-BENZ GLK 250 bluetec 4matic cdi. Árgerð 2013, ekinn 48 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.590.000. Rnr.240473.

Kia Sorento EX Luxury 197 hö. Árgerð 2012, ekinn 92 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.290.000. Rnr.990723. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

HONDA Cr-v lifestyle. Árgerð 2012, ekinn 48 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.490.000. Rnr.240080.

CADILLAC Escalade 4x4 luxury sports sedan. Árgerð 2010, ekinn 56 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 9.890.000. Rnr.991094.

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is

ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR

2015 NÝJIR DODGE RAM 3500

Nýtt útlit og flottari innrétting, Dísel, Komdu og kynntu þér málið, erum að taka niður pantanir, Verð frá 9.350þkr m/VSK, Kíktu á síðuna okkar www.isband.is

Íslensk-Bandaríska ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbæ
Sími: 534 4433
Opið virka daga 10-18.00 og lau 11-15
http://www.isband.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

bíll.is
bestir í bílum...

2013 ÁRGERÐ

Benz Sprinter 316 cdi Árg 2013 ekinn 39 Þ.KM Disel langur Háþekja Besta verðið 4.980.000 án VSK Rnr.137976. Sími 6952015 Er á staðnum

BESTA VERÐIÐ

VW Crafter lt3. Árgerð 2008, ekinn 168 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Langur háþekja Verð 2.980.000. Rnr.131617. sími 6952015

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

BMW 3 330xd diesel. 4x4 Árgerð 2007, ekinn 83 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 4.490.000. Rnr.114412.

TOYOTA Rav4 langur 4wd. Árgerð 2005, ekinn 122 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.290.000. Rnr.114598. 1 eigandi

TOYOTA Land cruiser 150 vx. Árgerð 2013, ekinn 42 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 10.490.000. Rnr.114649.

TOYOTA Land cruiser 150 gx 7manna. Árgerð 2013, ekinn 38 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 9.290.000. Rnr.114252.

BMW X5 3.0 diesel. Árgerð 2007, ekinn 131 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.480.000. Rnr.114723. Mjög vel útbúinn jeppi.

Litla bílasalan
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 587 7777
www.litla.is

TOPPBÍLAR

Toyota Land Cruiser 90 LX. Árgerð 2002, ekinn 167 Þ.Km, Dísel, sjálfskiptur. Verð 1.790.000. 1 eigandi frá upphafi Rnr.133541.

Toppbílar
Kletthálsi 2, 110 Rvk.
Sími: 587 2000
www.toppbilar.is

100 bílar.is bílasala

Renault Clio Authentic 6/2014 ek 20 þkm, bensín, beinsk ásett verð er 1990 þús, er á staðnum, raðnr 119434

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00, Lau 11-15
www.100bilar.is

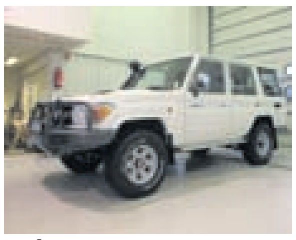
Bílar til sölu

Seldur.is

KAUPUM BÍLA
HÆRRA UPPÍTÖKUVERÐ

Við staðgreiðum bílinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð.

Honda CRV árg. ,06, ek. 97þ. Sumar og vetrard. S. 1.250. tilboð S. 616 2597.



NÝR LAND CRUISER 76 TIL SÖLU

5 dyra 4,2 L túrbódísill, driflæsingar og spil. Útvega einnig háþekjuna, skúffubílinn og Double Cab af 70 gerðinni, tilbúna á götuna. Ísfar ehf. s. 897 3015.

Opel Zafira 2.0TDI 7 manna. ,02, ek. 237þ.km, nýsk. 9/2015, Þarf nýjan rafgeymi og smá lagf. Tilboð 275þ. kr. S. 865 4021.

500-999 þús.

VISALÁN - 21 ÞÚS Á MÁN!

NISSAN MICRA 2005 ek.142 þús, 5 dyra, beinsk, sk.15 tímakeðja, heill og góður bíll sem eyðir litlu (ca 5ltr/100) ásett verð 790 þús TILBOÐ 599 ÞÚS möguleiki á visaláni í 36 man s.841 8955

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-300 ÞÚS!

Óska eftir að kaupa bíla á allt að 300 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

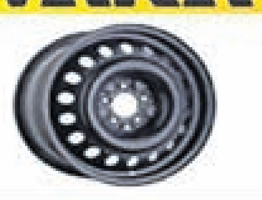
Sendibílar

568 5000
NS
NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Varahlutir

VAKA



FELGUR

Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

SMÁPARTAR.IS

Eigum orðið mikið úrval notaðra og nýja varahluta í margar gerðir bíla. Tökum einnig að okkur viðgerðir. Upplýsingar á Smápartar.is eða í síma 5675040-7785040

þjónusta

Tökum að okkur snjómokstur á höfuðborgarsvæðinu allan sólarhringinn.

LÍNUBORUN EHF

✆ 820 0070 577 5177

ÞJÓNUSTA

Snjómokstur

WWW.GOTTVERK.IS
Tökum að okkur snjómokstur fyrir einstaklinga, húsfélög og fyrirtæki.
www.facebook.com/gottverk
GOTT VERK EHF • S. 897 3057

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð.

Uppl. í s. 663 5315.

FAGLÆRÐIR PÍPARAR

Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnaþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 662 4010 www.vy.is

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Búslóðaflutningar

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

SENDIBILL.IS

Búslóðaflutningar, píanóflutningar, gerum tilboð í búslóðaflutninga út á land. Almenn sendibílaþjónusta. S. 772 3222

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Rafvirkjun

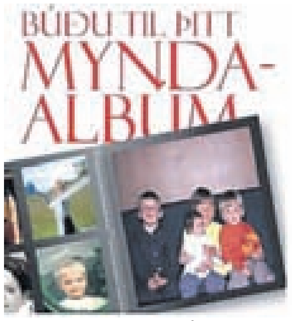
RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

KEYPT & SELT

Til sölu

Leikfimirimlar & óhefðbundnar jólagjafir www.oskarsson.is S. 566-6600



Auðvelt, þægilegt, flott, Ódýrt!!!..eftir þínu höfði. www.prentlausnir.is

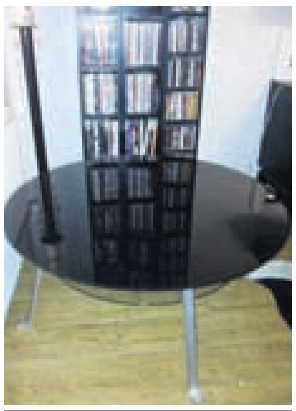
Auðvelt, þægilegt, flott, Ódýrt!!!..eftir þínu höfði. www.prentlausnir.is

til sölu

BOMAG notaður valtari

ÁSAFL Hjallahrauni 2 - 220 Hafnarfjörður
Sími 562 3833 - asafl@asafl.is - www.asafl.is
þjónustuaðilar kringum landið

Auðvelt, þægilegt, flott, Ódýrt!!!..eftir þínu höfði. www.prentlausnir.is



SVART STOFU GLERBORÐ

Til sölu svart háglans kringlótt gler stofuborð, 2 glerplötur (miini glær undir), stálfætur.

Stærð ca. 100 cm x 100 cm, í þvermál.

Hæð ca. 70 cm.

Verð 8 þús.

Upplýsingar í síma 699 2778 Eftir hádegi.

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

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.

Jón og Óskar - jonogoskar.is

s. 552-4910.

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/ öryrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

Verslun

GEFÐ'ENNI GOTT Í SKÓIN

Þú færð We-Vibe fyrir þör - vinsælasta unaðstæki í heiminum og allar flottustu vörurnar á www.hush.is Netgíró, greiðslukort og millifærsla

HEILSA

Heilsuvörur

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www. betriheilsa.is/erla

Nudd

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. 112 Rvk. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

Frábær jólatilboð hjá Aqua Spa í Grafvarvoginum, slakandi hálsnudd. Panta tíma í S. 5870191(ekki erotísk nudd)

HÚSNÆÐI

Atvinnuhúsnæði

ATVINNUHÚSNÆÐI ÓSKAST 30-60FM

30-60fm atvinnuhúsnæði óskast til leigu á jarðhæð eða lyftuhúsi með góðu aðgengi og 3ja fasa rafmagni. Uppl. í s. 867 4922

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.COM

Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

GEYMSLULAUSNIR.IS

Búslóðageymsla og flutningar. Gott verð, sækjum og sendum. S. 615-5005.

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

Búslóðageymsla Olivers 150 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sér geymslur frá 3.900. 1 til 17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

ATVINNA

Atvinna í boði

KAFFIHÚSIÐ 10 DROPAR Á LAUGAVEGI 27

óskar eftir vakstjóra með reynslu af kaffihúsi/bar og talar íslensku.

Okkur vantar líka 1-2 starfsmenn með reynslu af matreiðslu og tala íslensku.

Möguleiki á 100% vinnu.

Umsóknarfrestur er til 3 januar.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Umsóknir berist til 10dropar@gmail.com

TILKYNNINGAR

Einkamál

gjafakort

til sölu

skemmtanir

tilkynningar

Dalvíkurbyggð

AUGLÝSING
um skipulagsmál
í Dalvíkurbyggð

Tillaga að breytingu á Aðalskipulagi Dalvíkurbyggðar 2008-2020, frístundabyggð í landi Hamars.
Breytingin felur í sér að frístundasvæðið í landi Hamars er stækkað og lóðum þar fjölgað. Sveitarstjórn Dalvíkurbyggðar samþykkti þann 25. nóvember 2014 að auglýsa tillöguna samkvæmt 1. m.gr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Tillaga að deiliskipulagi frístundabyggðar í landi Hamars.
Í tillögunni felst deiliskipulag 40 lóða á skipulagssvæðinu ásamt byggingarskilmálum. Gerð er grein fyrir fornleifum og á hvern hátt tillit er tekið til þeirra. Byggðaráð Dalvíkurbyggðar samþykkti þann 21. ágúst 2014 að auglýsa tillöguna samkvæmt 1. m.gr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Tillögurnar munu liggja frammi frá 19. desember 2014 í Ráðhúsi Dalvíkurbyggðar og á heimasíðu Dalvíkurbyggðar www.dalvik.is. Athugasemdafrestur er frá 19. desember 2014 til 30. janúar 2015.
Athugasemdir eða ábendingar skulu vera skriflegar og berast til sviðsstjóra umhverfis- og tæknisviðs í Ráðhúsinu á Dalvík eða á netfangið borkur@dalvikurbyggd.is. Athugasemdir skulu hafa borist í síðasta lagi þann **30. janúar 2015.**

Börkur Þór Ottósson
Sviðsstjóri umhverfis- og tæknisviðs

Skipulagsstofnun

Landsskipulagsstefna 2015-2026

Tillaga til kynningar

Skipulagsstofnun auglýsir tillögu að *Landsskipulagsstefnu 2015-2026* til kynningar ásamt umhverfismati í samræmi við lög nr. 123/2010 og 105/2006 og reglugerð nr. 1001/2011. Í tillögunni er sett fram stefna um:

1. Skipulag á miðhálendi Íslands
2. Skipulag í dreifbýli
3. Búsetumynstur og dreifingu byggðar
4. Skipulag á haf- og strandsvæðum

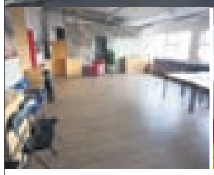
Tillagan, ásamt fylgiskjali, *Skipulagsmál á Íslandi 2014 – lykilmælikvarðar og fyrirliggjandi áætlanir,* er aðgengileg á vef landsskipulagsstefnu, **www.landsskipulag.is** og vef Skipulagsstofnunar, **www.skipulagsstofnun.is**. Gögnin liggja jafnframt frammi til sýnis hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, 105 Reykjavík. Fyrirhugaðir eru kynningarfundir vegna tillögunnar í janúar 2015 og verða þeir auglýstir síðar.

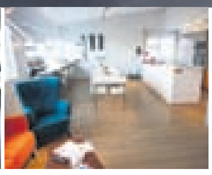
Allir sem þess óska geta gert athugasemdir við tillögu að *Landsskipulagsstefnu 2015-2026* og umhverfismat hennar. Frestur til að koma skriflegum athugasemdum á framfæri við Skipulagsstofnun er til **13. febrúar 2015**.

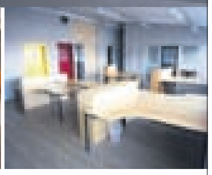
Þeim skal skilað bréflega til Skipulagsstofnunar, með tölvupósti á netfangið **landsskipulag@skipulagsstofnun.is** eða um athugasemdagátt á vef landsskipulagsstefnu **www.landsskipulag.is**.

til leigu

Krókháls – Til leigu
350 til 400 fermetra skrifstofuhúsnæði





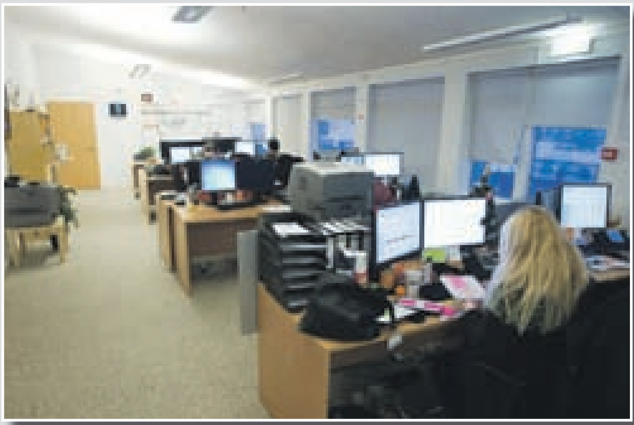


- Leiguhúsnæði Krókhálsi 6, 3. hæð.
- 350 til 400 fermetra skrifstofuhúsnæði.
- Laust til leigu strax.
- Nýuppgert.
- Töluvert til af skrifborðum sem geta fylgt með.

Nánari upplýsingar gefur Viktor í síma: 696-9420.

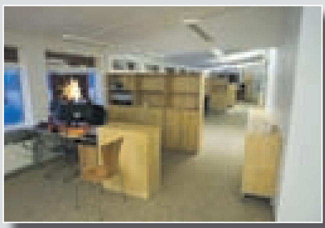
til leigu

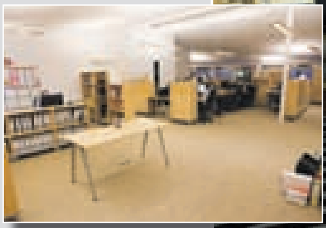
Skrifstofuhúsnæði til leigu

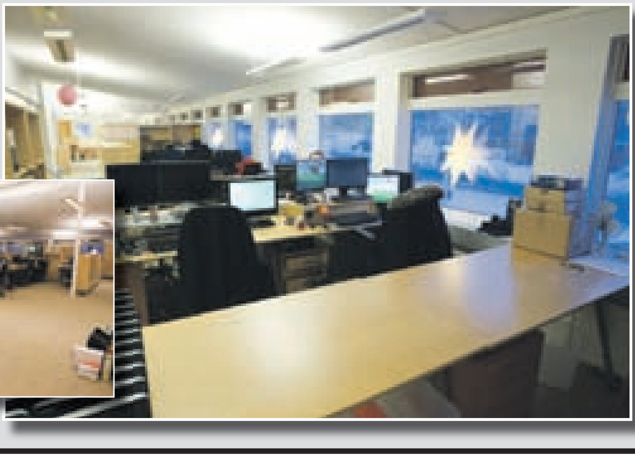


Um 680 fermetra skrifstofuhúsnæði í Grímsbæ til leigu í lengri eða skemmri tíma.

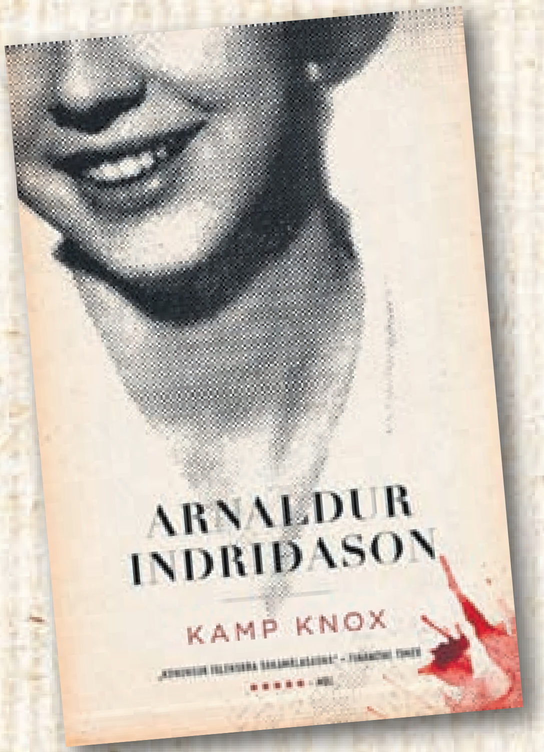
Nánari upplýsingar gefur Viktor í síma 696-9420.



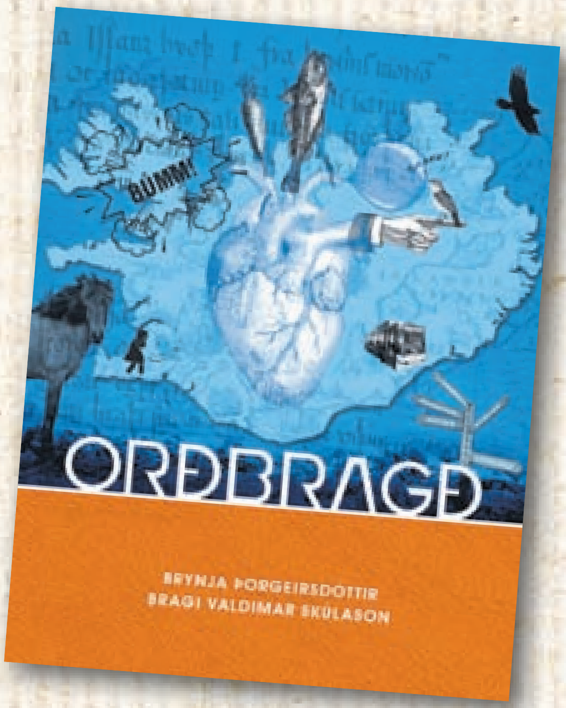




markhönnun ehf



KAMP KNOX
ARNALDUR INDRIÐASON
3.899 KR

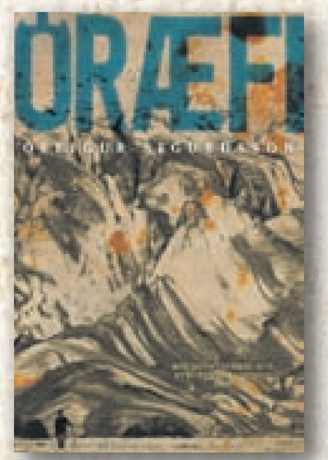


ORÐBRAGÐ
BRYNJA Þ. & BRAGI V. S.
3.839 KR

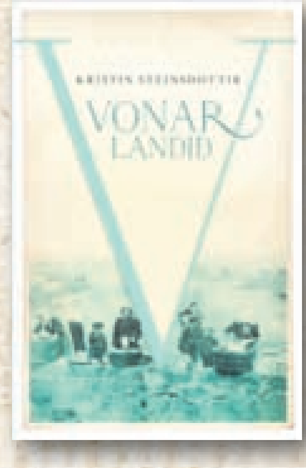
FRÁBÆRT ÚRVAL BÓKATITLA!

SVEITIN Í SÁLINNI
EGGERT ÞÓR BERNHARÐSS.
4.899 KR

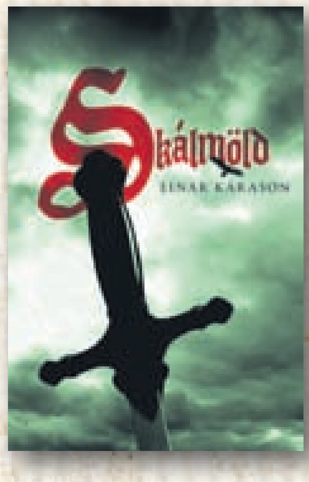
NÁÐARSTUND
HANNAH KENT
3.899 KR



ÖRÆFI
ÓFEIGUR SIGURÐSSON
3.953 KR



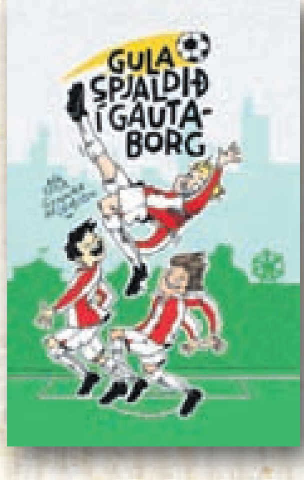
VONARLANDIÐ
KRISTÍN STEINSDÓTTIR
3.968 KR



SKÁLMÖLD
EINAR KÁRASON
3.963 KR

SAGA ÞEIRRA SAGA MÍN
KATRÍN STELLA BRIEM
4.549 KR

ÞÍN EIGIN ÞJÓÐSAGA
ÆVAR ÞÓR BENEDIKTSSON
2.991 KR



GULA SPJALDIÐ...
GUNNAR HELGASON
2.991 KR

nettó bækur
Kræsingar & kostakjör

Tilboðin gilda 19. - 21. des. 2014

www.netto.is
Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Höfn · Grindavík
Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss · Akureyri

KL. 19:50

Logi – Vandræðalega stóri jólaþátturinn

Stórskemmtilegur og hressandi jólaþáttur, fullur af jólalegum tónlistaratriðum og gestum í sínu fínasta jólaskapi.

Skemmtilegt föstudagskvöld

KL. 21:25

NCIS: New Orleans

Mögnuð NCIS þáttaröð sem gerist í New Orleans og skartar hinum stórgóða leikara, Scott Bakula.

KL. 22:45

The Whistleblower

Spennutryllir um konu sem bjargar ungum stúlkum frá Bosnískum glæpasamtökum.

KL. 00:45

The Girls

Kvikmynd byggð á stormasömu sambandi leikstjórans Alfred Hitchcock og leikkonunnar Tippi Hedren.

KL. 22:00

Mandela: Long Walk To Freedom

Mögnuð mynd frá 2013 þar sem ævisaga Nelsons Mandela er rakin og hulunni svipt af æsku hans.

KL. 21:45

A Touch Of Frost

Klassísk sakamálamynd þar sem lögregluforinginn Jack Frost fær á borð til sín flókin glæpamál.

Krakkastöðin | KL. 07:00-20:30

Barnaefni alla daga

Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

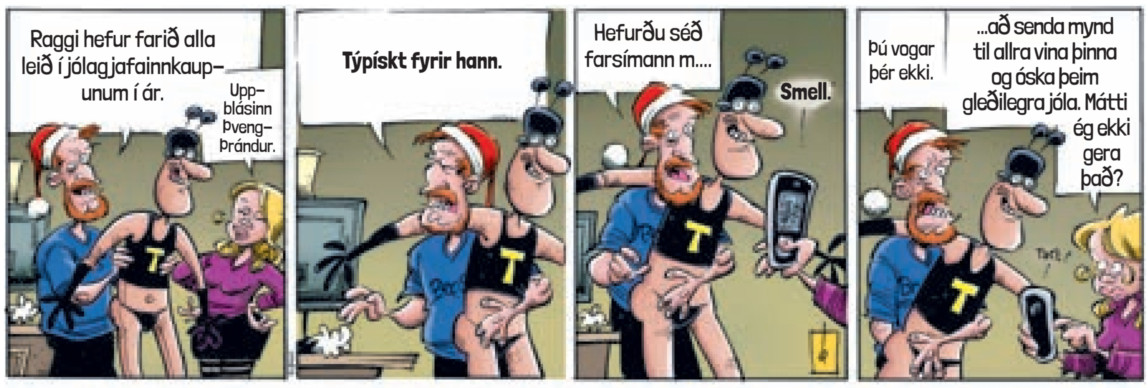
LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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.

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



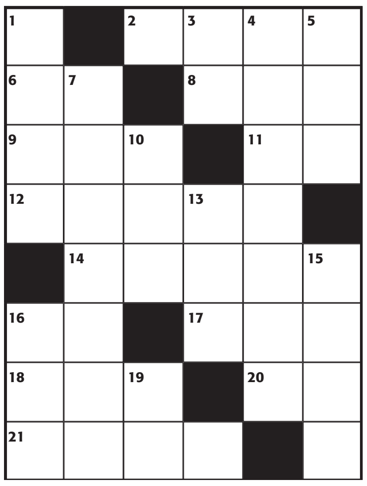
GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Það eru mjög fáir sem hafa gert fleiri en eina jólaplötu.“

Isaac Hanson



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. svín, **6.** tímabil, **8.** stykki, **9.** loka, **11.** Í röð, **12.** korr, **14.** hlátur, **16.** í röð, **17.** gerast, **18.** skelfing, **20.** frá, **21.** útungun eggja.

LÓÐRÉTT
1. loga, **3.** Í röð, **4.** tungumál, **5.** hallandi, **7.** illfygli, **10.** sauðaþari, **13.** stígandi, **15.** sinni, **16.** stal, **19.** átt.

SVÖR

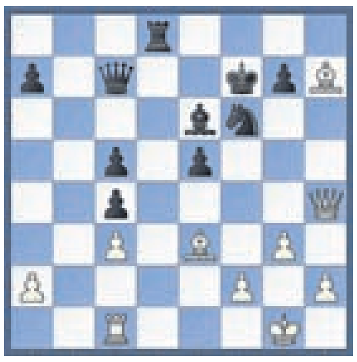
LÁRÉTT: 2. grís, **6.** ár, **8.** stk, **9.** lás, **11.** aá, **12.** snörl, **14.** fliss, **16.** tu, **17.** ske, **18.** ógn, **20.** af, **21.** klak.
LÓÐRÉTT: 1. báls, **3.** rs, **4.** ítalska, **5.** ská, **7.** ránfugl, **10.** söl, **13.** ris, **15.** sefi, **16.** tók, **19.** na.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Áskell Örn Kárason (2.271), Skákfélagi Akureyrar, hafði svart gegn Jakob Vang Glud (2.525), Taflfélagi Reykjavíkur, á Íslandsmóti skákfélaga.

Svartur á leik



32...Dc6! (Þessi litli netti leikur tryggir svörtum yfirburðatafl. 32... Db7 er jafngóður.) **33. Bc2?** (33. Bg5 er eini möguleikinn til mótsspils) **32...Df3!** Hvítur gafst upp. Ekkert gott svar til við 33...Bd5.

www.skak.is Jólapakkamót Hugins á morgun í Ráðhúsinu.

RÝMINGARSALA

Rekstur Tanna hefur verið seldur Margt smátt.
Allt á að seljast. Þetta og margt fleira.

Komið og gerið frábær jólainnkaup!

Bolir
Margir litir og stærðir
Verð frá: **500,-**

Háskólapeysur
Margir litir og stærðir
Verð frá: **1.500,-**

Hettupeysur
Margir litir og stærðir
Verð frá: **2.000,-**

Jakkar
Margir litir og stærðir
Verð frá: **4.900,-**

Polobolir
Margir litir og stærðir
Verð frá: **1.000,-**

Síðermabolir
Margir litir og stærðir
Verð frá: **1.500,-**

Skyrtur
Herra, dömu, stutterma og síðerma
Verð frá: **2.000,-**

Húfur
Margir litir og stærðir
Verð frá: **500,-**

Fiskimálband
Verð frá: **500,-**

Handklæði með ísaumaðri mynd
Verð frá: **1.500,-**

Töskur
Verð frá: **500,-**

Gjafavara
Verð frá: **300,-**

Höfðabakki 9

Opið: Virka daga frá kl. 9:00 - 18:00
Laugard. frá kl. 11:00 - 17:00
Sunnud. frá kl. 13:00 - 17:00

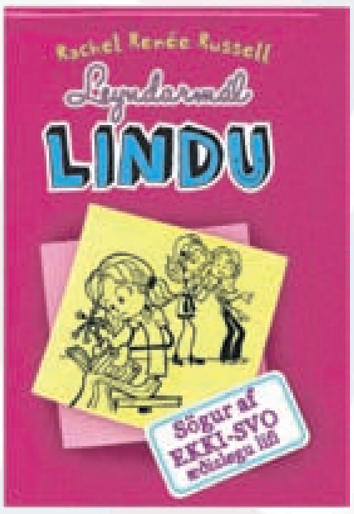
Tanni

russell · Beechfield ORIGINAL HEADWEAR

EKKI LENDA Í JÓLABÓKAKETTINUM!

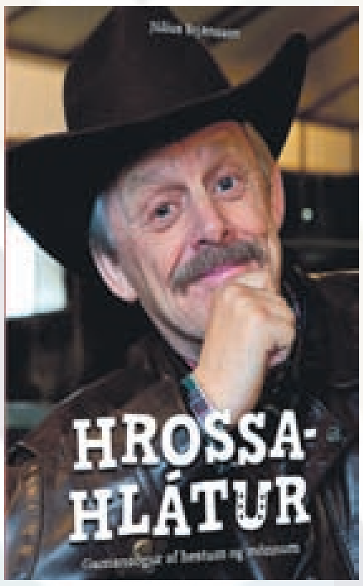
Frozen - Hárbókin
Tilboðsverð: 3.299.-
Verð áður: 3.499.-

Hundurinn minn
Tilboðsverð: 2.699-
Verð áður: 2.999.-

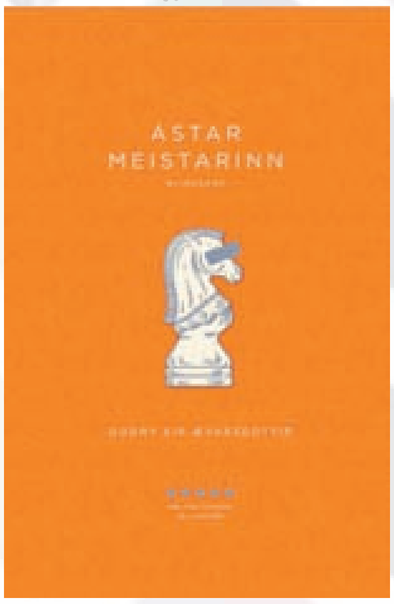


Leyndarmál Lindu
Tilboðsverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

Fyrsta orðabók Depils
Tilboðsverð: 2.699.-
Verð áður: 2.999.-

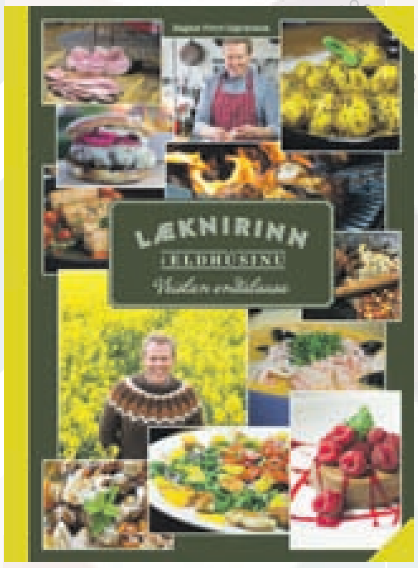


Hrossahlátur
Tilboðsverð: 3.899.-
Verð áður: 4.299.-

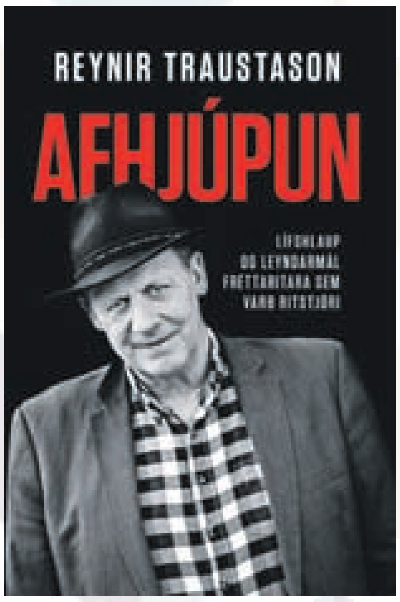


Ástarmeistarinn
Tilboðsverð: 5.899.-
Verð áður: 6.499.-

Íslenska teiknibókin
Tilboðsverð: 11.999.-
Verð áður: 16.899.-



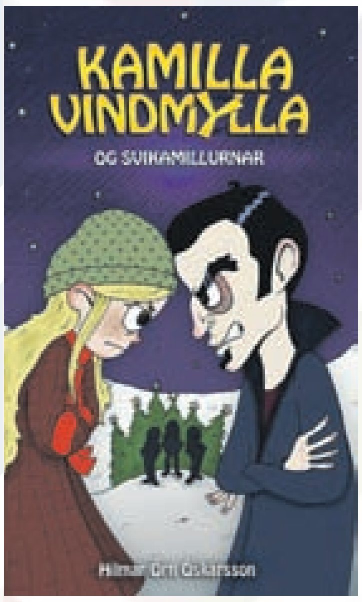
Læknirinn í eldhúsinu - Veislan endalausa
Tilboðsverð: 5.699.-
Verð áður: 7.999.-



Afhjúpun
Tilboðsverð: 5.599.-
Verð áður: 6.299.-

Fluguveiðiráð
Tilboðsverð: 4.599.-
Verð áður: 4.999.-

Laxaflugur
Tilboðsverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

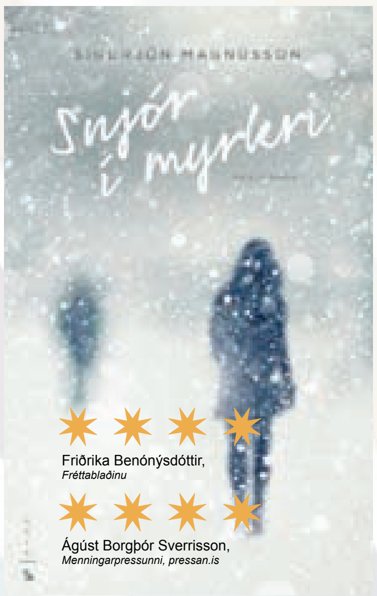


Kamilla Vindmylla og svikamillurnar
Tilboðsverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON

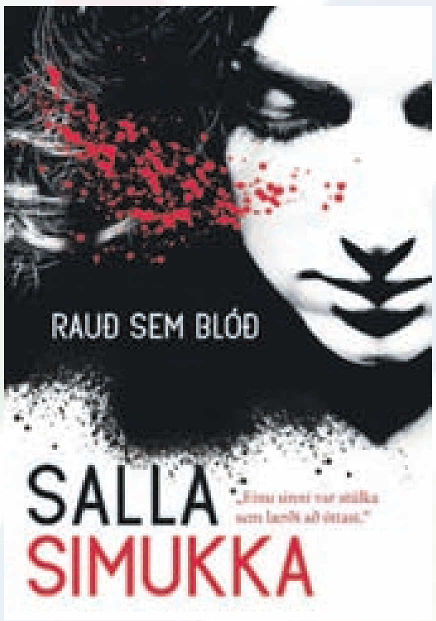
5% afsláttur af ÖLLUM VÖRUM einnig tilboðum

VIÐ PÖKKUM INN FYRIR ÞIG OG ÞÚ KÍKIR Í TÍMARIT!

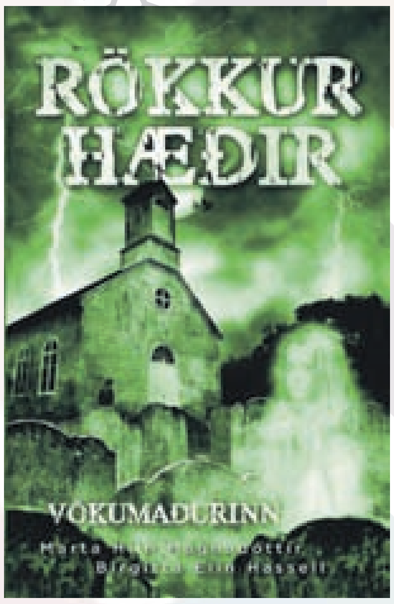


Snjór í myrkri
Tilboðsverð: 4.999.-
Verð áður: 5.499.-

Hinn litlausi Tsukuru og pílagrímsár hans
Tilboðsverð: 5.699.-
Verð áður: 6.299.-

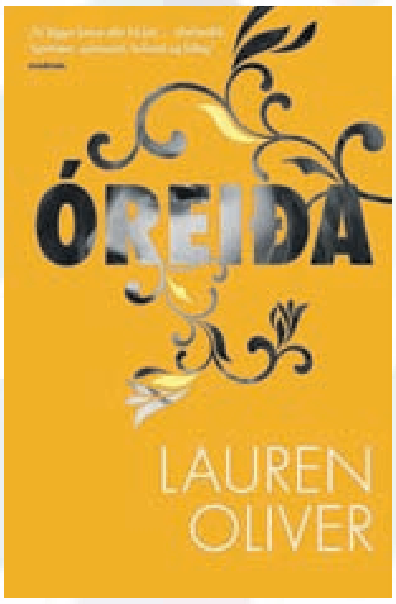


Rauð sem blóð
Tilboðsverð: 3.699.-
Verð áður: 4.299.-



Rökkurhæðir - Vökumaðurinn
Tilboðsverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

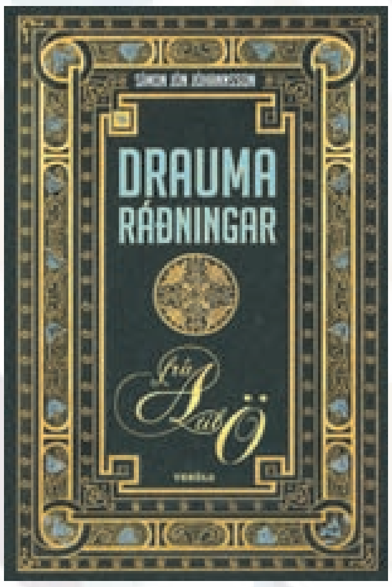
Hjálp
Tilboðsverð: 3.999.-
Verð áður: 4.399.-



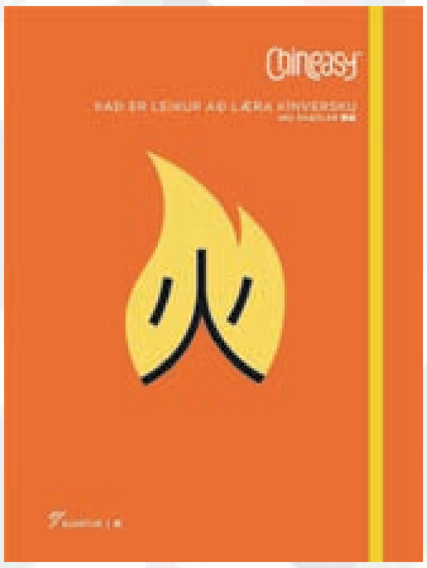
Óreiða
Tilboðsverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

Eleanor og Park
Tilboðsverð: 4.699-
Verð áður: 4.999.-

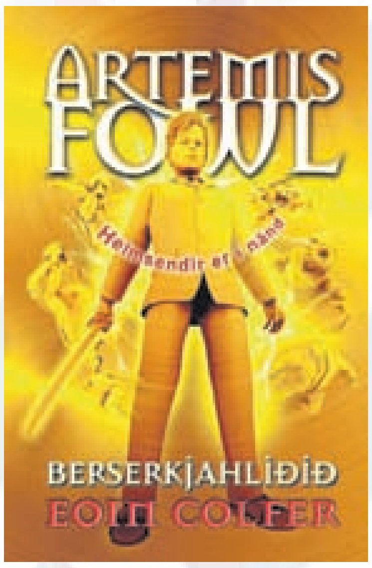
Rottuborgari
Tilboðsverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-



Draumaráðningar frá A-Ö
Tilboðsverð: 6.399.-
Verð áður: 6.999.-



Chineasy
Tilboðsverð: 5.599.-
Verð áður: 6.299.-



Artemis Fowl - Berserkjahliðið
Tilboðsverð: 3.799.-
Verð áður: 4.399.-

Freyju saga 2 - Djásn
Tilboðsverð: 3.899.-
Verð áður: 4.399.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Faxastíg 36
Flugstöð Leifs Eiríkssonar

Penninn Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Tilboð gilda 19. desember, til og með 21. desember eða á meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Spila jólalögin með sínu nefi

Björn Thoroddsen, Jón Rafnsson og Sigfús Óttarsson leika jóladjass á Kexi Hosteli á sunnudagskvöldið. Vona að lögin verði ekki óþekkjanleg.

Við ætlum að spila jólalög í bland við aðra músík, en aðaláherslan verður á jóladjassinn,“ segir Björn Thoroddsen sem á sunnudagskvöldið leikur á djasskvöldi Kex Hostels ásamt þeim Jóni Rafnssyni kontrabassaleikara og Sigfúsi Óttarssyni trommuleikara.

Spurður hvort til sé eitthvað sem heitir jóladjass hlær Björn og segir svo reyndar ekki vera. „Ég held samt að það sé hægt að færa alla tónlist yfir í djassmúsík, það er hrynjandin sem ræður því hvort við köllum það djass. Margir djassistar hafa gefið út jólalög og gert það þá með sínu nefi. Það munum við líka gera og það eru engir tveir sem gera það eins. Kannski verða jólalögin óþekkjanleg en ég held nú samt ekki.“

Tónlistin hefst klukkan 20.30 á sunnudagskvöldið og stendur í um það bil tvær klukkustundir með hléi. Aðgangur er ókeypis. - fsb

DJASSA JÓLALÖGIN „Aðaláherslan verður á jóladjassinn,“ segir Björn Thoroddsen. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Sýningu Sifu að ljúka

Sýningu Sigrúnar Guðmundsdóttur, Spor í spor, í Listhúsi Ófeigs lýkur á sunnudag.

Nú fer hver að verða síðastur að sjá sýningu Sifu, Sigrúnar Guðmundsdóttur, Spor í spor í Listhúsi Ófeigs, Skólavörðustíg 5, en sýningin verður tekin niður eftir sunnudaginn 21. desember. Opið er á verslunartíma miðbæjarins.

Sifa nýtir gamlan útsaum, kaffidúka og puntudúka sem hafa þjónað hlutverki sínu, margþvegnir og misjafnlega slitnir. Hún klippir smábúta úr útsaumnum, setur þá á pappír og heldur áfram að sauma. Þannig tengir hún við fyrri tíma og heldur áfram á sinn eigin hátt. Það verður til eins konar samtal á milli nútíðar og fortíðar og sagan verður áþreifanleg þegar hinir gömlu dúkar bindast pappírnum.

SPOR Í SPOR Sifa nýtir gamlan útsaum, kaffidúka og puntudúka í verk sín.

Ragnheiður þriðja vinsælasta óperan

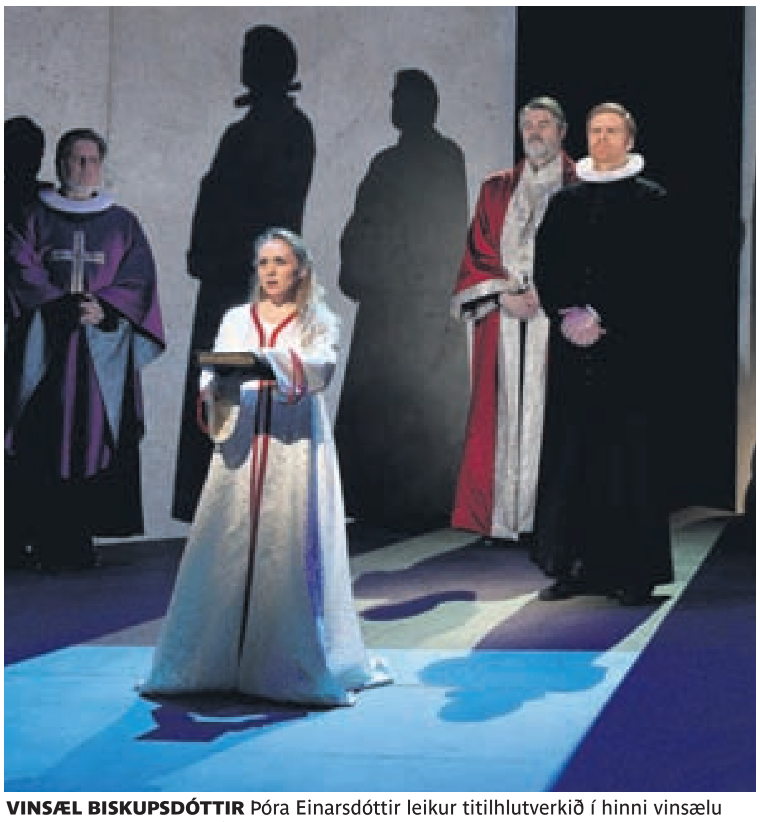
Ópera Gunnars Þórðarsonar og Friðriks Erlingssonar, Ragnheiður, er í þriðja sæti yfir mest sóttu sýningar Íslensku óperunnar frá upphafi. Tvær sýningar eftir.

Óperan Ragnheiður eftir Gunnar Þórðarson og Friðrik Erlingsson hefur nú skipað sér í þriðja sætið á lista yfir aðsóknarmestu óperusýningar Íslensku óperunnar frá stofnun hennar í upphafi 9. áratugarins. Hátt í 15.000 manns hafa nú séð sýninguna eða keypt miða á þær tvær aukasýningar sem verða á verkinu milli jóla og nýárs í Eldborg í Hörpu.

Ragnheiður var frumsýnd í Íslensku óperunni í Hörpu þann 1. mars síðastliðinn, eftir að hafa verið flutt í tónleikaformi í Skálholti sumarið 2013. Sýningin sló samstundis í gegn og spöruðu gestir og gagnrýnendur ekki hrósyrðin. Alls voru níu sýningar í vor og var uppselt á þær allar. Sýningin hlaut síðan tíu tilnefningar til Grímunnar í ár og í kjölfarið þrenn verðlaun, þar á meðal sem sýning ársins 2014. Þá voru tveir aðalsöngvarar sýningarinnar, Þóra Einarsdóttir í hlutverki Ragnheiðar og Elmar Gilbertsson í hlutverki Daða, nýverið tilnefnd til Íslensku tónlistarverðlaunanna fyrir hlutverk sín í sýningunni.

Aðsókn hefur verið meiri en á Ragnheiði á aðeins tvær óperur, Sígaunabaróninn og Töfraflautuna, sem báðar voru færðar upp á árinu 1982 í Gamla bíói.

Örfá sæti eru enn laus á aukasýningarnar tvær þann 27. desember og 28. desember, en það eru ennfremur allra síðustu sýningar á óperunni. - fsb



VINSÆL BISKUPSDÓTTIR Þóra Einarsdóttir leikur titilhlutverkið í hinni vinsælu íslensku óperu Ragnheiði. MYND/GÍSLI EGILL HRAFNSSON

PÉTUR GUNNARSSON „Pétur segir sögur alveg einstaklega vel og skemmtilega.“ FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Þetta voru hreyfiár“

BÆKUR ★★★☆☆

Veraldarsaga mín: Ævisaga hugmynda
Pétur Gunnarsson
JPV

Það kemur á óvart þegar titillinn er hafður í huga hversu stutt tímabil bók Péturs Gunnarssonar, Veraldarsaga mín: Ævisaga hugmynda, nær yfir. Innri tími frásagnarinnar er einungis fimm ár af lífi höfundar, frá 1968, þegar hann heldur utan til náms í Frakklandi, til 1973, þegar bæði fyrsta bók og fyrsta barn hans koma í heiminn. Þetta eru sannarlega mótunarár – árin eftir tvítugt þegar maður er að finna sér stað og hlutverk í heimi hinna fullorðnu og er bæði að kynnast nýrri hugmyndafræði og hefur þroska til að skilja hana. Þær hugmyndir sem maður kynnist á þessum árum eiga yfirleitt stóran þátt í að móta lífsafstöðu manns til framtíðar. En sem ævisaga og veraldarsaga er þetta ansi þröngt sjónarhorn. Maður saknar þess að fá betri innsýn í það samhengi sem þessi reynsla og innspýting hugmynda kemur inn í. Hvort sú ákvörðun að takmarka umfjöllunina á þennan hátt ræðst af því að Pétur hefur þegar notað líf sitt ansi mikið í skáldverkum sínum eða af öðrum orsökum er erfitt að dæma en nafn bókarinnar gefur ekki sérstaklega til kynna að þetta sé einungis fyrsta bindi af mörgum.

Það má alltaf spyrja sig hvert erindi ævisagna sé en hér er það sýnilega ekki markmiðið að gefa heildarsýn yfir æviferil höfundar, gefa innsýn í mótunarferil hans sem rithöfundar eða samfélagsástand. Þessi bók segir fyrst og fremst af lífi Péturs og konu hans á þessum árum, þeim hugmyndum sem hann kynntist í tengslum við háskólanám sitt, ásamt frásögnum af vinum þeirra sem fá allstóran sess í bókinni, sérstaklega skáldið Sigurður Pálsson og Ólafur H. Torfason, sem Pétur tileinkar bókina. Pétur og félagar eru áhugaverðar persónur og því er Veraldarsaga mín ánægjuleg lesning. Pétur segir sögur alveg einstaklega vel og skemmtilega en þó að oft sé hægt að greina væntumþykju hans gagnvart þeim sem standa honum næst á þessum árum (þ.á m. kettinum þeirra) þá fjallar höfundur ekki mikið um eigin upplifanir og tilfinningar gagnvart atburðum, hvort heldur þær sem hann upplifði þá eða þær sem upprifjunin vekur. Að minnsta kosti er hann ekki að hleypa lesendum sínum þar að. Þannig skautar hann t.d. ansi hratt yfir bæði vonbrigðin við að fá höfnun á fyrsta handritinu sem hann sendi inn og viðbrögð sín þegar fyrsta bók hans kemur út. Því síðarnefnda lýsir hann sem svo: „Var ég þar með orðinn skáld? Hvernig átti mér að líða?“ (122) en svarar þeim spurningum ekki nema með sögu af því þegar kunningjakona hans keypti bókina hans og „lagði á borð ásamt nýbökuðu brauði og ilmandi rúnstykkjum“ (123).

Í ljósi rithöfundarferils Péturs Gunnarssonar er þó áhugavert að sjá hvað hann tekur með sér frá þeim heimspekihugmyndum sem hann kynnist á þessum árum. Hann lýsir því hvernig hann hafi heillast af frásögninni af því hvernig Descartes hafi fengið hugmyndir sínar um manninn og í sambandi við þann hugsuð sem hafði mest áhrif á hann, Karl Marx, segir hann: „Það var sagan á bak við sem fangaði mig“(51). Frásagnir af hugmyndum eru í meðförum Péturs fyrst og fremst frásagnir af fólki en það er einmitt það sem hann gerir svo vel. Að því leyti bregður þessi bók upp ágætri mynd af Pétri Gunnarssyni sem rithöfundi. Hann hefur áhuga á að fjalla um fólk – fólkið á bak við atburði og hugmyndir – og gerir það þannig að mannskilningur hans og húmor koma skýrt í ljós.

Ásdís Sigmundsdóttir

NIÐURSTAÐA: Pétur er skemmtilegur sögumaður sem gaman er að fylgja en efnið er frekar þröngt afmarkað til að standa undir titlinum.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Vinsælasta jólagjöfin í Bónus

Gjafakort Bónus

er gjöf sem kemur að góðum notum fyrir alla

SPARAÐU TÍMA OG FYRIRHÖFN. GEFÐU **GJAFAKORT BÓNUS**

Bónusgjafakortið fæst nú til afgreiðslu í öllum verslunum Bónus

Skrifstofa Bónus: Opin alla virka daga kl. 9-17 Skútuvogi 13 Sími: 527 9000

Opnunartími um helgina í Bónus

19.des.	*Föstudagur*	10:00-20:00
20.des.	*Laugardagur*	10:00-20:00
21.des.	*Sunnudagur*	10:00-20:00

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Afgreiðslutími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00 •

KVENNASÖNGHÓPURINN BOUDOIR Hópurinn samanstendur eingöngu af faglærðum söngkonum og tónlistarkonum. MYND: BOUDOIR

Boudoir með jólatónleika

Kvennasönghópurinn Boudoir heldur jólatónleika sína í Fella- og Hólakirkju á sunnudaginn, 21. desember, klukkan 17. Þar verður flutt falleg og hátíðleg söngdagskrá í anda jólanna, lög sem margir kannast við og önnur minna þekkt en spennandi. Frumflutt verða einnig tvö ný jólalög eftir tónskáldið Julian Hewlett, sem er stofnandi og stjórnandi kórsins.

Sönghópurinn Boudoir var stofnaður haustið 2013, og hefur þegar víða komið fram hér á landi, meðal annars á listahátíðum, tónleikum og ýmis konar uppákomum.

Hópurinn samanstendur eingöngu af faglærðum söngkonum og tónlistarkonum og einsöngvarar á tónleikunum á sunnudaginn verða þær Erla Gígja Garðarsdóttir, Guðlaug Pétursdóttir, Kristín R. Sigurðardóttir og Vilborg Helgadóttir.

Brýnt
í jólasteikina

FASTUS_E_05.12.14

Keramik hnífabrýni
Goursharp Pro
Kr. 5.157,-

FASTUS
Veit á vandaða lausn

Síðumúli 16 | 108 Reykjavík | Sími 580 3900 | www.fastus.is
Verslun opin mán - fös 8.30 - 17.00

Drepfyndið ferðalag aftur í tímann

BÆKUR ★★★★☆

Hafnfirðingabrandarinn
Bryndís Björgvinsdóttir
VAKA HELGAFELL

Bryndís Björgvinsdóttir fékk íslensku barnabókaverðlaunin árið 2011 fyrir bók sína Flugan sem stöðvaði stríðið. Nú hefur hún sent frá sér aðra bók, Hafnfirðingabrandarann. Hún er frábær. Vægast sagt. Hún er í fyrsta lagi mjög fyndin. Fyrst fannst mér hún næstum því of fyndin en svo fléttar höfundur alls konar dramatík snilldarlega inn í söguþráðinn.

Bókin fjallar um hina fimmtán ára Klöru sem býr í Hafnarfirði. Foreldrar hennar ákveða að skella sér til Kanaríeyja rétt fyrir jól. Á meðan er henni plantað hjá ömmu gömlu sem foreldrarnir telja hálfelliæra þótt annað komi reyndar í ljós.

Og það er margt fleira sem kemur í ljós, enda er bókin 432 blaðsíður að lengd. Það eru margar blaðsíður. Lesandinn fær mikið fyrir peninginn, en spurningin er: Hvernig kemst maður upp með að skrifa svona langa unglingabók? Jú, með því að gera hana fáránlega fyndna og stútfulla af sögu.

BRYNDÍS BJÖRGVINSDÓTTIR „Það er næstum því ekki hægt að leggja Hafnfirðingabrandarann frá sér,“ segir Halla Þórlaug. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Það er næstum því ekki hægt að leggja Hafnfirðingabrandarann frá sér. Persónusköpun er frábær; sögumaðurinn og sælgætisgrísinn Klara er yndislega gagnrýnislaus á flækjur unglingsáranna en er blessunarlega umvafin skeleggum vinkonum sem deila fast á hið stéttskipta samfélag sem unglingadeildir eru gjarnan. Eitt hressandi persónueinkenni Klöru er hversu ítrekað hún gleymir sér í eigin hugsunum um alla mögulega og ómögulega hluti. Lesandinn fær það á tilfinninguna að höfundur deili þessu persónueinkenni með sögumanninum, en flæðið er svo leikandi að lesturinn verður það líka.

Sagan gerist árið 1999 svo bókin er líka einstaklega skemmtileg lesning fyrir alla þá sem voru unglingar á þeim tíma. En inn í flækjur táningsáranna fléttast einnig spennandi fjölskyldusaga sem Klara kemst á snoðir um í samskiptum við gamla ættingja á meðan á dvöl hennar hjá ömmunni stendur.

Höfundur fléttar einnig inn í söguþráðinn umfjöllun um samkynhneigð, trúmál og einelti. Viðmót sögumannsins gagnvart þessum málum er aðdáunarvert og fær lesandann, ja, eða fékk mig allavega, til þess að langa til að fara aftur í tímann og verða svona svalur unglingur.

Halla Þórlaug Óskarsdóttir

NIÐURSTAÐA: Vel skrifuð, drepfyndin og spennandi saga sem bæði unglingar og fullorðnir ættu að geta gleymt sér í.

ÞÓRARINN ELDJÁRN Skáldið sem á fjörutíu ára rithöfundarafmæli í ár les úr nýjustu ljóðabók sinni Tautar og raular. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Tvær skáldsögur og þrjár ljóðabækur í húsi skáldsins

Fimm höfundar lesa upp úr nýútkomnum bókum sínum á Gljúfrasteini á sunnudaginn og ljúka þannig aðventuupplestraröð húss skáldsins.

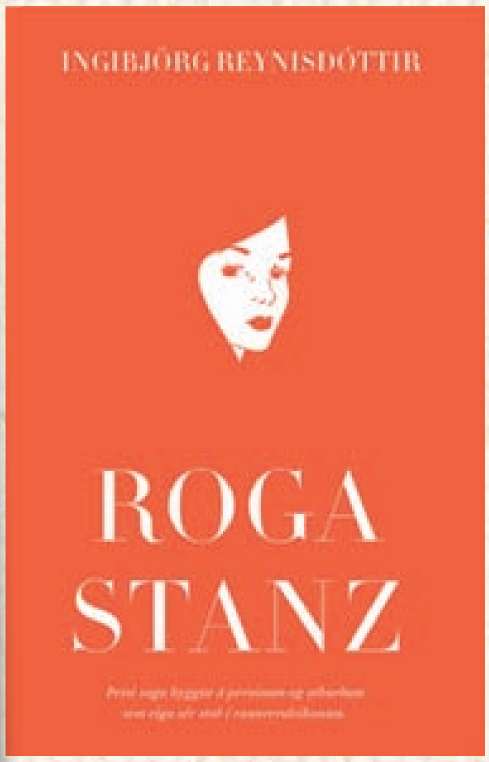
Komið er að síðasta aðventuupplestri vetrarins á Gljúfrasteini en hann fer fram á sunnudaginn, 21. desember. Þeir höfundar sem koma fram að þessu sinni eru þau Hjörtur Marteinsson, Oddný Eir Ævarsdóttir, Soffía Bjarnadóttir, Þórarinn Eldjárn og Þórdís Gísladóttir.

Öll hafa þau sent frá sér ný skáldverk á árinu; Hjörtur ljóðabókina Alzheimer tilbrigðin, Oddný Eir skáldsöguna Ástarmeistarann, Soffía skáldsöguna Segulskekkju, Þórarinn Eldjárn ljóðabókina Tautar og raular og Þórdís Gísladóttir ljóðabókina Velúr.

Dagskráin hefst stundvíslega klukkan 16. Aðgangur er ókeypis og allir hjartanlega velkomnir meðan húsrúm leyfir.

markhönnun ehf

STUNDARFRÓ
ORRI HARÐARSON
3.599 KR

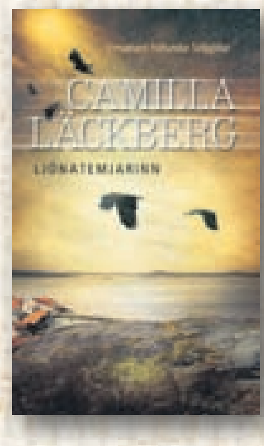


ROGASTANZ
INGIBJÖRG REYNISDÓTTIR
3.599 KR

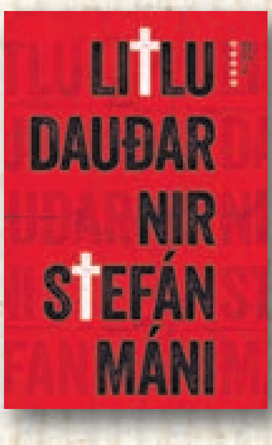
SPENNANDI BÓKAJÓL

SVARTHVÍTIR DAGAR
JÓHANNA KRISTJÓNSDÓTTIR
3.959 KR

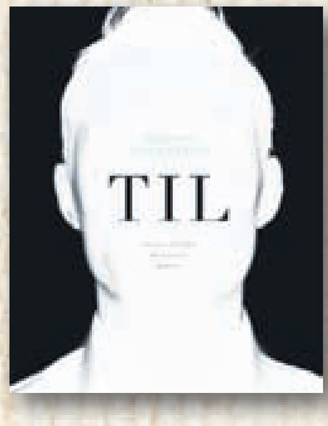
HÁSKI Í HAFI
ILLUGI JÖKULSSON
4.199 KR



LJÓNATEMJARINN
CAMILLA LACKBERG
2.449 KR

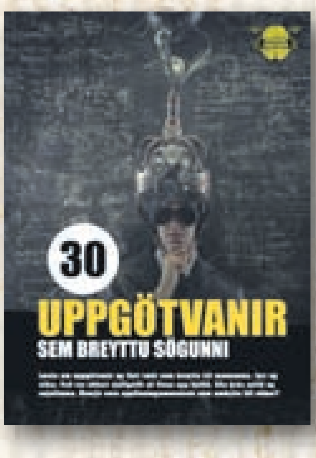


LITLU DAUÐARNIR
STEFÁN MÁNI
4.549 KR



TIL
SNORRI SNORRASON
3.299 KR

15 LANDKÖNNUÐIR
KOLBEINN ÓTTARSSON PROPPÉ
2.309 KR



30 UPPGÖTVANIR
KOLBEINN ÓTTARSSON PROPPÉ
2.309 KR

30 HÆTTULEGUSTU DÝRIN
HELGI HRAFN GUÐMUNDSSON
2.309 KR

DÓRA - AFMÆLISÓSKIRNAR
NICKELODEON
1.749 KR

LEIKJABÓK LATABÆJAR
SÖGUR ÚTGÁFA
1.799 KR

Tilboðin gilda 19. - 21. des. 2014

nettó bækur
Kræsingar & kostakjör

www.netto.is
Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Höfn · Grindavík
Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss · Akureyri

Sérútgáfa af Dancing Horizon

Fimmtíu árituð og tölusett eintök af Dancing Horizon eftir Sigurð Guðmundsson eru komin í sölu.

„Við bjóðum upp á þann möguleika að fólk geti fengið eitthvað beint frá listamanninum með því að gefa út sérútgáfu,“ segir Kristján B. Jónasson, útgefandi í Crymogeu, sem gefur út sérútgáfu af listaverkabókinni Dancing Horizon eftir Sigurð Guðmundsson í fimmtíu tölusettum og árituðum eintökum. „Sérkenni hennar er að engin tvö eintök eru eins. Hver bók er í sérstöku bandi og með sérstakri þrykkingu þannig að um fimmtíu ólík „verk“ er að ræða.“

Á bak við bókina er að sögn Kristjáns sú hugsun að sá sem eignast bók, eignist bók í sérstökum lit sem viðkomandi er hrifinn af. Þannig sé sérútgáfan í nokkurs konar litasamhljómi við innri mann þess sem kaupir. „Þetta snýst um það að búa til einstakan grip sem kitlar litla safnarann í fólki,“ útskýrir Kristján. „Þetta er útgáfa sem gerir fólki kleift að tengjast listamanninum meira og eignast einstakt verk eftir hann án þess að það setji fjárhaginn í uppnám.“ - fsb

SIGURÐUR GUÐMUNDSSON Í Dancing Horizon eru ljósmyndaverk Sigurðar frá 1970 til 1982.
FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Í KEMPTEN Plakötin voru á auglýsingasúlum um alla borg.

Heiður að sýna í Kunsthalle Kempten

Stór einkasýning með verkum íslensk/þýsku myndlistarkonunnar Katrínar Agnesar Klar var opnuð í Kunsthalle Kempten í Suður-Þýskalandi nú í desember.

„Það er vissulega mikill heiður að fá að sýna í Kunsthalle Kempten. Mikilvægur partur sýningarinnar er verkið Color Gradient, plakatverk sem byggir á ljósmynd af sólarlagi. Plakötin voru sýnd á tuttugu og tveimur auglýsingasúlum um alla Kemptenborg,“ segir myndlistarkonan Katrín Agnes Klar, sem opnaði stóra einkasýningu í Kunsthalle Kempten í Suður-Þýskalandi nýlega. Sýningin ber titilinn Democratic Moment og hefur hlotið lof í þýskum fjölmiðlum, til dæmis í Allgäu Zeitung þann 10. desember sem er stærsta blaðið á þessu svæði.

Katrín Agnes er stödd í lest á landamærum Serbíu og Króatíu þegar hún svarar símanum. Hún var ráðin aðstoðarkennari við listaakademíuna í München 1. desember síðastliðinn og er á ferðinni með nemendahóp þaðan.

Samtímis opnun sýningarinnar kom út vegleg bók með verkum Katrínar Agnesar hjá forlaginu Revolver Publishing í Berlín sem gefur út listaverkabækur. Bókin ber sama nafn og sýningin og það var Arnar Freyr Guðmundsson, grafískur hönnuður, sem gekk frá henni. Í bókinni eru textar eftir listfræðinginn Agnieszka Roguski og myndlistarmennina Aernout Mik, Önnu Jermolaewa og Ragnar Kjartansson.

„Það var gaman að vinna að bókinni og það er ánægjulegt að hún skuli vera komin út. Ég vona að hún verði fáanleg á Íslandi,“ segir Katrín Agnes, sem segir áhersluna þar vera á nýjustu verkin en einnig séu myndir frá ferlinum.

> **Ég hef lengst dvalið á Íslandi í eitt ár, það var nýlega og þá var ég að vinna í myndlist.**

Katrín Agnes er að mestu alin upp í Þýskalandi en talar lýtalausa íslensku enda kveðst hún eiga sterkar rætur á Íslandi í gegn um móður sína, Ingu Ragnarsdóttur myndlistarkonu. „Ég hef lengst dvalið á Íslandi í eitt ár, það var nýlega og þá var ég að vinna í myndlist,“ upplýsir hún.

Katrín Agnes útskrifaðist úr akademíunni í München á síðasta ári. Við útskriftina hlaut hún hin svokölluðu Debutanten-verðlaun sem bæverska menntamálaráðuneytið veitir snjöllum upprennandi myndlistarmanni. Þau voru fólgin í að halda einkasýningu í opinberu safni ásamt því að fá styrk til bókaútgáfu. Nú er afraksturinn kominn í ljós.

Fyrir tveimur árum var Katrín Agnes valin úr hópi nemenda akademíunnar og vann samkeppni um að gera verk í opinbera bygginu í Berlín sem væntanlega verður vígð formlega næsta vor og þar með listaverkið hennar líka.

gun@frettabladid.is

LISTAKONAN Katrín Agnes kveðst vona að bókin hennar komi til Íslands.

Á SÝNINGARSTAÐ Verkinu Democratic Moment er varpað á veggi í Kunsthalle Kempten.

KRÓNAN

– fyrst og fremst ódýr!

Opið lengur yfir jól og áramót!

Í stærri verslunum Krónunnar:
Akranesi, Bíldshöfða, Granda, Lindum, Mosfellsbæ og Selfossi

Föstudag til mánudags er opið frá kl. **10-22**

Allar verslanir:

Þorláksmessa **10-23**

Aðfangadagur **9-13**

Nema Vestmannaeyjum og Reyðarfirði 10-22

Sjá nánar á www.kronan.is

Láta hugann reika frá jólastressi

Prins Póló, dj. flugvél & geimskip og Dr. Gunni halda jólatónleika í Iðnó í kvöld.

„Ég er bara á leiðinni í bæinn, er að nálgast Vík í Mýrdal á góðu svelli og hér er fínasta færð,“ segir tónlistarmaðurinn Svavar Pétur Eysteinsson, betur þekktur sem Prins Póló, en hann treður upp í Iðnó í kvöld ásamt þeim dj. flugvél & geimskipi og Dr. Gunna. „Svo erum við búin að ná samningum við mjög jólalegan leynigest. Hann er eldheitur og við erum mjög spennt fyrir honum. Hann ætlar að troða upp og taka einhverja syrpu með okkur,“ segir Svavar en Hugleikur Dagsson mun líma kvöldið saman.

Að sögn Svavars verður jólaleg stemning yfir mönnum í kvöld. „Við ætlum bara að kaupa mikið af jólaseríum, skreyta salinn og sviðið og vera í dálitlum fíling. Fólk getur sleppt fram af sér beislinu rétt fyrir jól og látið hugann reika frá þessu hefðbundna jólastressi,“ segir Svavar, sem er sjálfur þokkalegt jólabarn. „Mér þykir voða vænt um jólin og stemninguna svo lengi sem það verður ekki yfirgengilegt. Ég hlusta mikið á Hauk Morthens fyrir jólin því hann kemur mér í jólafíling.“ - þij

> **Við ætlum bara að kaupa mikið af jólaseríum, skreyta salinn og sviðið og vera í dálitlum fíling.**
>
> *Svavar Pétur Eysteinsson.*

PRINS PÓLÓ Segist vera þokkalegt jólabarn. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

FÖSTUDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

19. DESEMBER 2014

Tónleikar

12.15 Hádegisjazz á Kexi Hostel. Saxófónleikarinn Eyjólfur Þorleifsson og gítarleikarinn Andrés Þór Gunnlaugsson leika jazz með jólaívafi.

17.00 Jólatónleikar Baggalúts í Háskólabíói. Troða einnig upp klukkan 21:00.

19.30 London Philharmonic Orchestra flytur Fantasíuna um Thomas Tallis eftir Vaughan Williams, Sinfónía nr. 1 í g-moll op. 13 eftir Tchaikovsky og hinn vinsæla píanókonsert nr. 5 í Es-Dúr op. 73 eða Keisarakonsertinn eftir Beethoven. Stjórnandi verður Osmo Vänskä, sem hefur unnið til Grammy-verðlauna og var um árabil aðalstjórnandi Sinfóníuhljómsveitar Íslands. Einleikari verður norski píanósnillingurinn Leif Ove Andsnes. Miðar frá 7900 krónum.

20.00 Söngvaskáldin Ragnheiður Gröndal, Kristjana Stefáns og Svavar Knútur halda jólatónleika í Fríkirkjunni undir yfirskriftinni Eitthvað fallegt. 3.500 krónur inn. Halda aðra tónleika klukkan hálf 11.

20.00 Megas og Sauðrekarnir flytja Jesúrímur ásamt Ágústu Evu Erlendsdóttur á Kexi hosteli. Miðasala tónleikanna fer fram í gegnum heimasíðu Kexlands og er miðaverð 3.500 kr.

20.30 Jólatónleikar Stefáns Hilmarssonar í Salnum í Kópavogi. Stefán flytur lög af glænýrri jólaplötu sinni í bland við lög af plötunni Ein handa þér, auk stemnings- og hátíðarlaga. Ásamt Stefáni brýna raust sína sérvaldir gestasöngvarar.

20.30 Þorláksmessutónleikar Bubba Morthens í Bíóhöllinni á Akranesi. Bubbi hefur að undanförnu verið að grúska í lagasafni sínu og hann hefur fundið nokkur frábær lög sem lítið hafa heyrst og aðspurður segist hann ekki skilja í sér að hafa ekki spilað þau oftar frá því að þau komu út. Bubbi segist ætla að æfa þessi gleymdu lög og flytja á tónleikunum auk allra þeirra laga sem þykja ómissandi á Þorláksmessu. 3.990 krónur inn.

21.00 Jón Jónsson stígur á svið í Austurbæ ásamt hljómsveit sinni. 3.900 krónur inn.

21.00 Hljómsveitin Auðn spilar á Dillon.

22.00 AmabAdamA heldur útgáfutónleika á Græna hattinum á Akureyri. 3.200 krónur inn.

22.00 3 raddir og Beatur halda hefðbundna óhefðbundna jólatónleika á Rósenberg. Borðapantanir fyrir matargesti eru í síma 551 2442. 3.500 krónur inn.

22.00 Prins Póló treður upp í Iðnó ásamt dj. flugvél & geimskipi og Dr. Gunna. Hugleikur Dagsson límir kvöldið saman. 2.000 krónur inn.

22.00 Hljómsveitin Gæðablóð heldur tónleika á Ob-La-Dí-Ob-La-Da. Aðgangseyrir er 1.000 krónur.

22.30 Vetrarsólstöðudansleikur Ojba Rasta á Gauknum. Húsið opnað hálf 11. 1.000 krónur inn.

23.00 Bandaríska þungarokkssveitin DARKEST HOUR lýkur tónleikaferðalagi sínu um Evrópu og Bretland á Bar 11. Íslenska dauðarokkssveitin Ophidian I sér um upphitun ásamt Mercy Buckets.

23.00 Eivør Pálsdóttir verður gestur Kórs Langholtskirkju á Jólasöngvum í ár en árlegur tónleikaferð er fyrir tónleikunum. Kór Langholtskirkju og Graðualekór Langholtskirkju syngja undir stjórn Jóns Stefánssonar en auk Eivarar Pálsdóttur koma fram Ólöf Kolbrún Harðardóttir og einsöngvari á táknmáli, Kolbrún Völkudóttir. Einnig koma fram einsöngvarar úr báðum kórunum.

Leiklist

20.00 MAR er ný leiksýning úr smiðju Frystiklefans í Rifi. Sýningin er byggð á tveimur sjóslysum sem urðu við strendur Snæfellsness á síðustu öld. Frystiklefinn notast við svokallað „Pay what you like“-greiðslukerfi. Þetta þýðir að verðlagning á miðum er færð yfir til áhorfenda sem ráða því miðaverðinu sjálfir og greiða eftir sýningu.

Íþróttir

16.00 Skíðabrekkurnar í Hlíðarfjalli verða opnaðar í dag og má segja að þá hefjist formlega skíðavertíðin á Norðurlandi. Opið verður til klukkan 19:00.

Opið Hús

20.00 Mengi fagnar því að ár sé liðið frá opnun þess á Óðinsgötu 2. Í tilefni þess verður opið hús og léttar veitingar í boði.

Tónlist

16.30 DJ Steindór spilar á Stúdentakjallaranum.

21.00 DJ SpeEgill spilar á Frederiksen Ale House.

21.00 DJ KGB þeytir skífum á Húrra.

21.00 DJ Benni B-ruff þeytir skífum á Kaffibarnum.

21.00 Trúbadorinn Ellert spilar á English Pub og síðan taka við Hjálmar og Dagur.

22.00 DJ Katla spilar á Paloma.

22.00 vRONG þeytir skífum á Brooklyn Bar.

22.00 DJ Logi Pedro þeytir skífum á Bar Ananas.

22.30 Plötusnúðatvíeykið It is magic þeytir skífum á Bravó.

23.00 Próflokum og almennri jólagleði fagnað á Dolly. DJ Sunna Ben og Sun-Sura sjá um brjálað hiphop og R&B á fyrstu hæð á meðan Símon fknhndsm tekur housejóladiskósett á efri hæðinni.

Samkoma

20.00 Jólaoratorían á Víkingsheimilinu. Laganemar HÍ fagna próflokum. DJ No Reflex spilar.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á visir.is.

KATLA OG BALDVIN Leynigestir verða á svæðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Saxófónleikur yfir danstónlistina

Katla Ásgeirsdóttir og Baldvin Þormóðsson halda jólaplötusnúðakvöld á Paloma.

„Ég er búin að vera í námi við háskólann í Uppsölum að læra trúarbragðafræði. Ég ætla samt ekki að verða prestur,“ segir Katla Ásgeirsdóttir, plötusnúður hlæjandi. Hún er stödd hér á landi yfir jólin og ætlar að byrja plötusnúðatörnina með stæl á Paloma á laugardagskvöld. Henni til halds og trausts verður listneminn Baldvin Þormóðsson og saxófónleikarinn Birkir Blær sem mun leika af fingrum fram yfir danstónlistina. Plötusnúðakvöld Kötlu bera yfirskriftina „Thank God It's Christmas“ og að sjálfsögðu verða einhver jólalög spiluð. „Auk þess verður aðallega danstónlist. Svo er ég búin að hlakka til í alveg tvo mánuði að spila lokalagið, svo ég mæli með því að fólk verði viðstatt klukkan 20 mínútur yfir fjögur.“ Þetta verða fyrstu plötusnúðatónleikar Kötlu í fjóra mánuði. - þij

Jólaskórnir eru komnir

Fást í þremur litum
svörtu, beige og rauðu

Fást í þremur litum
svörtu, beige og rauðu

Fást í þremur litum
svörtu, beige og rauðu

Kaupfélagið Kringlunni - Smáralind • Steinar Waage Kringlunni - Smáralind • Verslunin Nína Akranesi
Skóbúðin Keflavík • Sentrum Egilssöðum • Siglósport Siglufirði • Flamingó Vestmanneyjar

LÍFIÐ

TREND RAUTT OG JÓLALEGT

Fátt er jólalegra en fallegt rautt dress. Nú þegar styttist óðum í hátíðirnar er tilvalið að kíkja á rauðu og jólalegu dressin sem sáust á tískupöllunum fyrr á árinu.

BOBBY SHMURDA sló í gegn með laginu Hott Nigga í ár. NORDICPHOTOS/GETTY

Bobby Shmurda handtekinn

Hinn 20 ára gamli rappari Bobby Shmurda frá Brooklyn var handtekinn á miðvikudaginn ásamt fjórtán öðrum sem sumir hverjir eru meðlimir rapphóps hans GS9. Handtakan var liður í rannsókn lögreglu á sölu vímuefna og morðum sem tengjast gengjastarfsemi en sextán vopn fundust í bíl Shmurda.

Rapparinn, sem heitir réttu nafni Ackquille Pollard og sló í gegn í ár með laginu Hott Nigga, var handtekinn stuttu eftir að hann yfirgaf hljóðver í Manhattan. GS9-meðlimurinn Rowdy Rebel var einnig handtekinn inni í hljóðverinu þar sem lögreglan lagði hald á skammbyssur.

Of heillandi fyrir kviðdóm

Leikarinn Brad Pitt, sem fagnaði 51 árs afmæli sínu í gær, var boðaður í kviðdóm í síðustu viku. Eftir að hafa mætt á staðinn og farið í hefðbundið viðtal tók við bið eftir að mæta í dómsal. Pitt hafði setið í dágóða stund þegar starfsmaður dómsins kom til hans og tilkynnti honum að viðveru hans væri ekki óskað lengur og hann mætti fara. Þegar leikarinn spurði út í ástæðuna fyrir brottvísuninni, var honum tjáð að nærvera hans hefði truflandi áhrif á aðra í kviðdómnum. Það er því greinilegt að leikarinn hefur ekki misst sjarmann með hækkandi aldri.

Íslendingar á Twitter árið 2014

Samfélagsmiðillinn Twitter nýtur vaxandi vinsælda hér á landi og mætti segja að 2014 væri ár tístsins miðað við hversu margir Íslendingar eru farnir að nota vefinn. Fréttablaðið hefur tekið saman upplýsingar um Íslendinga sem eru áberandi á vefnum. Einnig kemur fram hversu mörgum fylgjendum sumir bættu við sig. Björk á flesta fylgjendur og í öðru sæti er Of Monsters and Men.

TÓNLISTARMENN

Björk

FYLGJENDUR	554.467
FYLGIR	30
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	72.998

Of Monsters and Men

FYLGJENDUR	311.512
FYLGJA	12.945
BÆTTU VIÐ SIG Á ÁRINU	60.227

Sigurrós

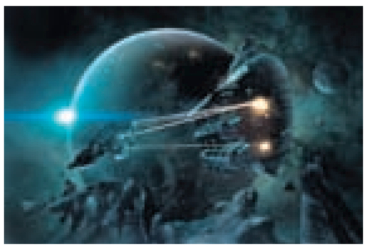
FYLGJENDUR	183.187
FYLGJA	20.692
BÆTTU VIÐ SIG Á ÁRINU	23.286

Jónsi í Sigur Rós

FYLGJENDUR	155.388
FYLGIR	89.737
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	4.085

Ólafur Arnalds

FYLGJENDUR	30.043
FYLGIR	516
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	7.302



FYRIRTÆKI OG STOFNANIR

EVE Online

FYLGJENDUR	54.696
FYLGIR	46

Icelandair

FYLGJENDUR	57.313
FYLGIR	24.338

Inspired by Iceland

FYLGJENDUR	19.997
FYLGIR	812

Iceland Airwaves

FYLGJENDUR	17.454
FYLGIR	641

Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu

FYLGJENDUR	8.354
FYLGIR	41

FJÖLMIÐLAFÓLK

Guðjón Daníel Jónsson (með fótboltastöð á YouTube)

FYLGJENDUR	140.231
FYLGIR	498

Auðunn Blöndal

FYLGJENDUR	14.526
FYLGIR	411
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	3.780

Egill Einarsson

FYLGJENDUR	13.551
FYLGIR	851
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	3.820

Gummi Ben

FYLGJENDUR	11.757
FYLGIR	1.051
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	2.729

Steindi Jr.

FYLGJENDUR	8.973
FYLGIR	165

ÍÞRÓTTAMENN

Aron Jóhannsson

FYLGJENDUR	188.147
FYLGIR	179

Gunnar Nelson

FYLGJENDUR	30.509
FYLGIR	54
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	23.095

Kolbeinn Sigþórsson

FYLGJENDUR	29.395
FYLGIR	96
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	162

Alfreð Finnbogason

FYLGJENDUR	13.595
FYLGIR	126

Hafþór Júlíus Björnsson

FYLGJENDUR	9.069
FYLGIR	136

STJÓRNMÁLAMENN

Birgitta Jónsdóttir

FYLGJENDUR	23.160
FYLGIR	2.989
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	3.436

Jón Gnarr

FYLGJENDUR	15.777
FYLGIR	42
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	8.990

Dagur B. Eggertsson

FYLGJENDUR	3.057
FYLGIR	450
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	2.244

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson

FYLGJENDUR	1.650
FYLGIR	173
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	960

Svandís Svavarsdóttir

FYLGJENDUR	1.208
FYLGIR	683
BÆTTI VIÐ SIG Á ÁRINU	693

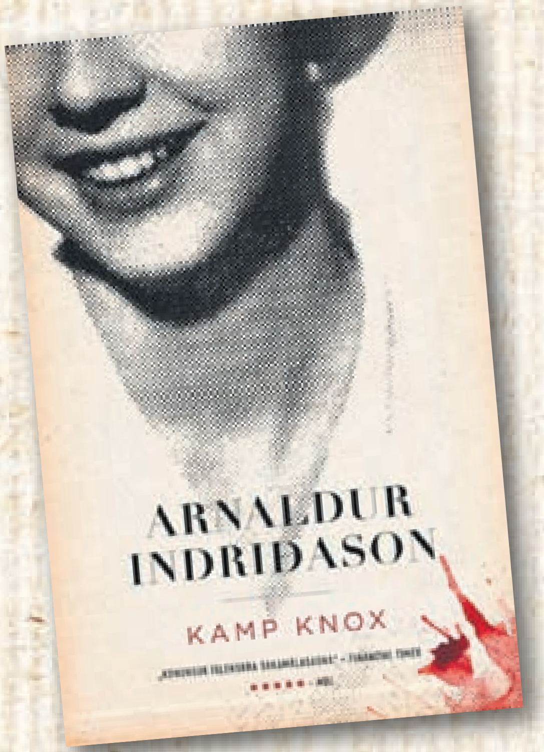
50 ára afmælistilboð

Merrild á 50 ára afmæli!

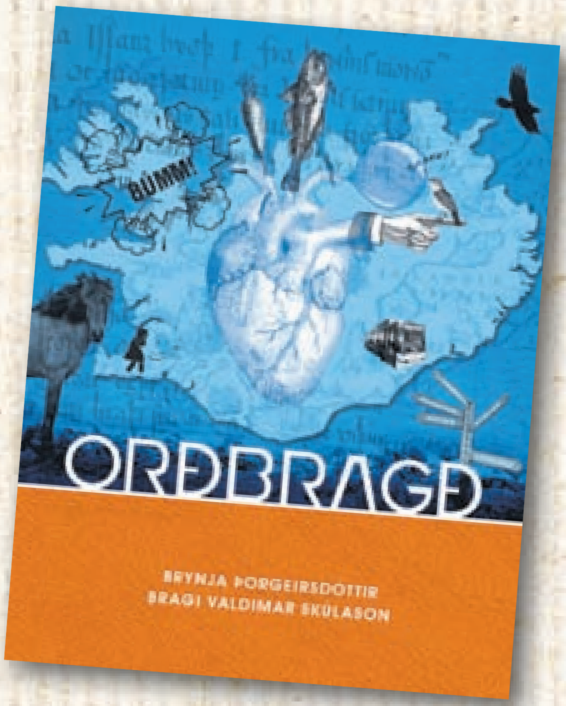
Í tilefni af því er frábært afmælistilboð á 400g Merrild afmælispakka í öllum helstu verslunum. Gríptu þér Merrild á meðan afmælistilboðið endist.

Alltaf í aðalhlutverki

markhönnun ehf



KAMP KNOX
ARNALDUR INDRIÐASON
3.899 KR

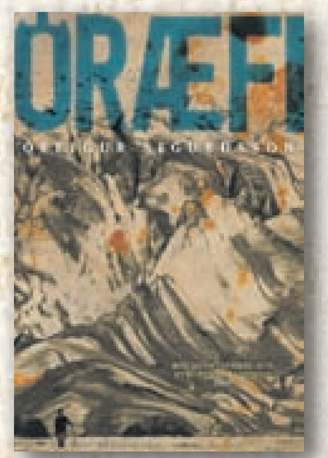


ORÐBRAGÐ
BRYNJA Þ. & BRAGI V. S.
3.839 KR

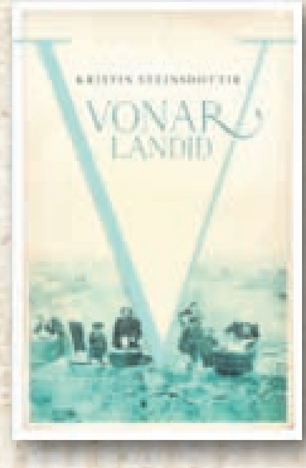
FRÁBÆRT ÚRVAL BÓKATITLA!

SVEITIN Í SÁLINNI
EGGERT ÞÓR BERNHARÐSS.
4.899 KR

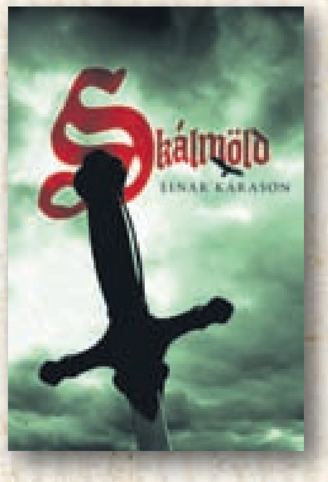
NÁÐARSTUND
HANNAH KENT
3.899 KR



ÖRÆFI
ÓFEIGUR SIGURÐSSON
3.953 KR



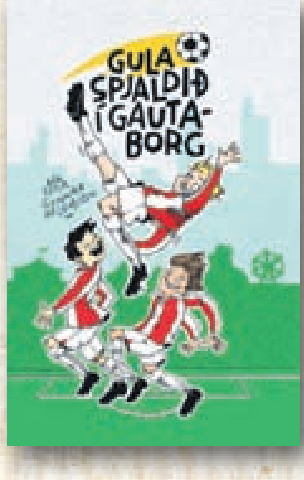
VONARLANDIÐ
KRISTÍN STEINSDÓTTIR
3.968 KR



SKÁLMÖLD
EINAR KÁRASON
3.963 KR

SAGA ÞEIRRA SAGA MÍN
KATRÍN STELLA BRIEM
4.549 KR

ÞÍN EIGIN ÞJÓÐSAGA
ÆVAR ÞÓR BENEDIKTSSON
2.991 KR



GULA SPJALDIÐ...
GUNNAR HELGASON
2.991 KR

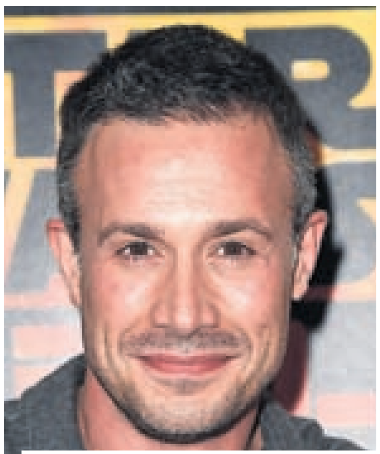
nettó bækur
Kræsingar & kostakjör

Tilboðin gilda 19. - 21. des. 2014

www.netto.is
Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Höfn · Grindavík
Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss · Akureyri

RIFRILDI OG ÁTÖK FRÆGA FÓLKSINS 2014

Stjörnurnar virðast vera alveg óhræddar við það að hrauna hver yfir aðra, hvort sem það er á samfélagsmiðlum, nú eða bara í eigin persónu. Rifrildið á milli Taylor Swift og Katy Perry var á meðal þeirra sem stóðu upp úr á árinu 2014.



Freddie Prinze Jr. kom öllum í opna skjöldu í sumar, þar á meðal **Kiefer Sutherland** sjálfum, þegar hann hraunaði yfir leikarann. „Ég var í 24 með honum, það var hræðilegt. Ég hataði hvert augnablik,“ sagði Prinze. „Kiefer er einn sá ófagmannlegasti.“ Talsmaður Sutherlands sagði síðar að hann hefði heyrt af ásökunum Freddies og óskaði honum bara alls hins besta.

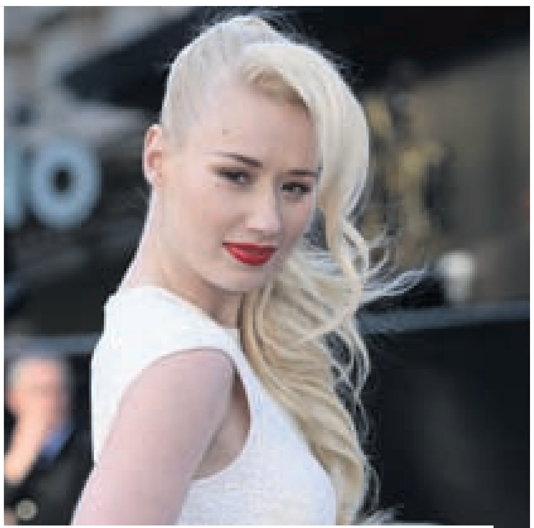
Justin Bieber og **Orlando Bloom** ætluðu í slag á Ibiza í júlí. Ástæðan var fyrrverandi eiginkona Bloom, ofurfyrirsætan Miranda Kerr. Minntist Bieber á hana og ætlaði Bloom að hjóla í söngvarann, en var stöðvaður. Líklegt er að það hafi fokið í Bloom þar sem sögur voru um að Bieber og Kerr hefðu dúllast eitthvað baksviðs á Victoria's Secret-sýningunni árið 2012, og hefur það greinilega setið í Bloom.

Taylor Swift og **Katy Perry** eiga það sameiginlegt að hafa báðar verið með tónlistarmanninum John Mayer. Swift staðfesti í viðtali við Rolling Stone að innblásturinn að lagi hennar „Bad Blood“ væri þekkt söngkona. Eftir að viðtalið birtist skrifaði Perry á Twitter að hún skyldi passa sig á „Reginu George í sauðargæru“ og vitnaði þar í kvikmyndina Mean Girls. Seinna skrifaði kærasti Perry á Twitter að lagið Kickstarter ætti að vera um að Swift ætti skilið spark í rassinn.

Bette Midler fannst viðeigandi að tjá sig um rödd söngkonunnar ungu **Ariönu Grande** og sagði hana vera háa og kjánalega, ásamt því að gera grín að sviðsframkomu hennar, sem henni þótti of kynferðisleg. Grande svaraði fyrir sig á Twitter og sagði Midler vera í mótsögn við sjálfa sig, þar sem hún hefði alltaf sagt að konur mættu gera það sem þær vildu án þess að vera dæmdar fyrir það. Midler baðst afsökunar og sagðist sjálf vera gömul hóra.

Jay Z og **Solange Knowles** áttu líklega umræddasta rifrildi ársins. Í maí birti slúðursíðan TMZ myndband úr öryggismyndavél í lyftu í eftirpartíi á Met Gala í New York. Þar sást Knowles ráðast á mág sinn og þau rífast heiftarlega, á meðan eiginkona Jay Z, Beyoncé, var með þeim í lyftunni. Ástæðan var sögð vera daður Jay Z við hönnuðinn Rachel Roy. Príeykið sendi seinna frá sér yfirlýsingu þar sem þau sögðust vera að vinna í sínum málum og viðurkenndu mistök sín.

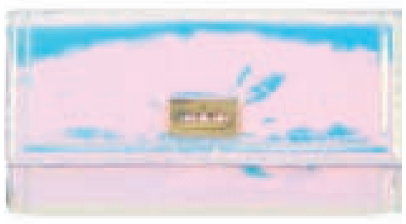
Breaking Bad-leikararnir **Brian Cranston** og **Aaron Paul** voru pirraðir út í **Toys R'Us** í október, þegar leikfangaverslunin tók leikföng úr þáttunum úr sölu. „Ég er svo reiður við þessar Flórída-mömmur og mótmæli þeirra að ég ætla bara að brenna Flórída-mömmudúkkuna mína í mótmælaskyni,“ sagði Cranston í gríni. Paul bætti síðan við að það væri skaðlegra að selja Barbie-dúkkur en fíkniefnasaladúkkur með meth-poka úr þáttunum.



Iggy Azalea og **Snoop Dogg** áttu í rifrildisstríði í mánuð eftir að hann fór ljótum orðum um söngkonuna í október á Instagram-síðu sinni. Hann líkti henni einnig við karakter Marlons Wayans úr myndinni White Chicks. Eftir að Snoop var látinn biðjast afsökunar, sló Azalea þessu upp í grín og mætti sem karakterinn í hrekkjavökupartí.

Martha Stewart og **Gwyneth Paltrow** hafa tekist reglulega á síðan 2013, þegar Stewart efaðist um lífsstílsfyrirtæki Paltrow, Goop. Ekki batnaði það þegar Stewart var með „sambandsslita-böku“ í blaðinu sínu sem hún tengdi við skilnað Paltrow og Chris Martin, söngvara Coldplay. Paltrow svaraði fyrir sig og setti „fangelsisköku“ á síðuna sína, en eins og flestir vita sat Stewart inni fyrir svik árið 2004.

MAIA
REYKJAVÍK



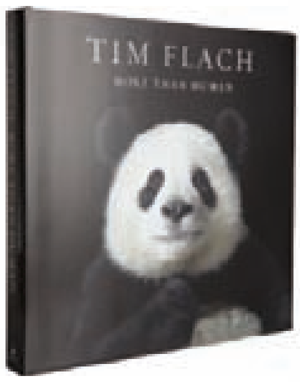
McQ by Alexander McQueen, 44.990 kr.

Stylesnob skór, 16.990 kr.
(fást í fleiri litum)

Fuzzy kollur, 54.990 kr.

Deepa Gurnani hárbönd, frá 4.990 kr.

Voluspa ilmvatn, 5.990 kr.



Bækur í úrvali

Second Female
pallíettujakki, 23.990 kr.

Clarks skór, 16.990 kr.

Just Female
kjóll, 14.990 kr.

McQ by Alexander McQueen
klútur, 34.990 kr.

Voluspa kerti, 2.490 kr.

Voluspa ilmvatn,
2.990 kr.

Clarks herraskór, 22.990 kr.

Comme des Garcons Ilmvötn, frá 6.990 kr.
(mikið úrval)

Happy Socks 1.490 kr.
(mikið úrval)

OPIÐ TIL KL. 22 ALLA DAGA FRAM AÐ JÓLUM

MAIA - LAUGAVEGI 7 - S: 5526067 - WWW.FACEBOOK.COM/MAIAREYKJAVIK

Þungarokkssveitin Skálmöld á leið í annað tónleikaferðalag um Evrópu

Skálmöld lauk fyrir skemmstu sínu lengsta tónleikaferðalagi um Evrópu. Hljómsveitin upplifði margt á ferðalagi sínu og sýna meðfylgjandi ljósmyndir brot af því sem gerðist. Skálmöld er strax farin að undirbúa næsta túr þar sem hljómsveitin Eluveitie verður aftur með í för.

„Við erum að fara í annað tónleikaferðalag í febrúar með sömu hljómsveit og við vorum með á síðasta ferðalagi,“ segir Snæbjörn Ragnarsson, bassaleikari Skálmaldar.

Sveitin er nýkomin heim eftir langt og strangt tónleikaferðalag um Evrópu með hljómsveitinni Eluveitie frá Sviss. „Tónleikaferðalagið í febrúar verður ekki jafn langt og síðasta ferðalag. Við verðum úti í rúmar tvær vikur,“ bætir Snæbjörn við. Á meðal landa sem Skálmöld heimsækir eru Portúgal, Spánn, Ítalía, Grikkland og Búlgaría svo nokkur séu nefnd. Þá verður Skálmöld aðalupphitunarhljómsveitin á tónleikaferðalaginu. „Á síðasta túr þá opnuðum við giggið en núna verðum við síðasta upphitunarbandið fyrir aðalnúmerið.“

Eins og fyrr segir eru Skálmaldarmenn nýkomnir heim eftir rúmlega sex vikna langt ferðalag, þar sem sveitin lék á 38 tónleikum. „Þetta var stærsti túrinn okkar hingað til, við höfum aldrei spilað fyrir jafn marga,“ segir Snæbjörn. Skálmöld lék fyrir um 800 manns að meðaltali en áhorfendafjöldinn á tónleikum túrsins var frá 500 til 2.000 manns.

gunnarleo@frettabladid.is

RÓLEGT Í RÚTUNNI Skálmöld ferðaðist um í svipaðri rútu og þeir voru í á síðasta ferðalagi sem var á síðasta ári. „Þetta var mjög flott rúta, enginn lúxus en við erum ágætir í því að láta hlutina ganga. Við erum alltaf með sömu kojurnar. Litli bróðir minn, Baldur Ragnarsson, sem er vaxinn eins og api tekur að sér neðstu kojuna en hlunkurinn ég treð mér alltaf í efstu kojuna. Ég hef alveg rispað mig og marið við það að klifra upp í koju þegar maður er í stuði,“ segir Snæbjörn.

DREPA TÍMANN Meðlimir sveitarinnar slaka á fyrir gigg. „Það er mikilvægt að komast í internet-tengingu. Hérna erum við að drepa tímann fyrir gigg.“

GAMAN SAMAN Hér er hljómsveitin ásamt Axel Flex Árnasyni sem sá um að hljóðblanda tónlistina og rífa kjaft þegar á þurfti að halda.

TEKIÐ Á ÞVÍ Tékkinn Robert var bílstjóri ferðarinnar og var það líka í fyrra og er mikill líkamsræktariðkandi. „Robert hefur keyrt okkur tvo túra og fer með okkur í þann þriðja í febrúar. Hann er í geggjuðu formi og túrar með ketilbjöllur í rútunni. Hann var duglegur að reyna draga okkur út að hlaupa og hér er Þráinn að reyna að halda í við kappann.“

HITTI FYRIRMYNDINA „Halli fékk algjöran bónus við túrinn þegar hann fór að grafreit Ludwigs van Beethoven og fleiri merkra manna. Hann dró okkur eldsnemma að morgni í kirkjugarðinn, ég var hissa hvað þetta var magnað. Halli er klassíski gaurinn í hópnum og við hefðum líklega ekki farið að skoða hefði hann ekki verið með. Það er gaman að gera eitthvað sem maður hefði ekki gert annars. Við fórum til að mynda með þýskum blaðamanni frá Metal Hammer í eitthvert jólaþorp, drukkum öl og nutum okkar í botn í kringum jólaandann.“

KNATTSPYRNA Menn eru duglegir að fylgjast með fótbolta á tónleikaferðalagi, hvort sem það er að spila Manager-leikinn eða horfa á fótbolta. „Þarna er Þráinn líklega að spila Managaer eða horfa á fótbolta. Það voru eiginlega bara við Baldur sem spiluðum ekki Manager á milljón. Menn voru að spila Manager í símaum eða iPad. Flex er samt bestur í Manager og fór í gegnum svona 30 tímabil á túrnum.“

ÞÖKKUM FRÁBÆRAR VIÐTÖKUR VEGNA TAX FREE DAGA
OG ENDURTÖKUM TILBOÐIÐ, TIL ÞORLÁKSMESSU!

TAX FREE

AFNEMUM VIRÐISAUKASKATTINN AF ÖLLUM VÖRUM*

TAX FREE VERÐIN GILDA AF
OUTLETVERÐUM OG GETA ÞVÍ NUMIÐ
ALLT AÐ 80%
AFSLÆTTI FRÁ UPPHAFLEGU VERÐI VERSLANA!

TÖKUM UPP NÝJAR VÖRUR • ATH! • ALLA DAGA

FULL BÚÐ AF VÖNDUÐUM SKÓM OG FATNAÐI Á ALLA FJÖLSKYLDUNA!
Nike • Adidas • Puma • Asics • Didrikson • Champion • Roxy • Speedo • Seafolly
Arena • Zara • Levis • Lee • Wrangler • Boswell • Lindbergh • Shine • Sixmix • Imac
Bullboxer • Kaffe • Veto • B young • Oasis • All saints • Fransa • ... og fl.

*Afnám vsk. jafngildir 20,32% afslætti og er alfarið á kostnað Korpu Outlet.

Opið frá kl. 11-20 til Þorláksmessu

STÆRSTA OUTLET LANDSINS!

KORPU OUTLET

KORPUOUTLET, KORPUTORGI • S. 578 9400

ÞAU INNSIGLUÐU ÁSTINA Á ÁRINU

Brúðkaup fræga fólksins vekja alltaf jafn mikla athygli og voru þau bæði mörg og glæsileg þetta árið. Fréttablaðið tók saman helstu stjörnubrúðkaup ársins 2014.

Kim Kardashian og Kanye West giftu sig við glæsilega athöfn þann 24. maí í París. Veislan var svo haldin í Flórens á Ítalíu. Kim klæddist sérhönnuðum kjól frá Givenchy.

Leikkonan Sara Gilbert og 4 Non Blondes söngkonan Linda Perry gengu í hjónaband þann 30. mars, næstum ári eftir að Perry bað Gilbert.

George Clooney og Amal Alamuddin gengu í það heilaga við glæsilega athöfn á sjö stjörnu hótelinu Aman Canal Grande í Feneyjum þann 27. september. Kjóllinn sem brúðurin klæddist var síðasti brúðarkjóllinn sem Oscar de la Renta hannaði.

Adam Brody og Leighton Meester gengu að eiga hvort annað í febrúar. Þeim tókst að halda brúðkaupinu frá fjölmiðlum, en parið trúlofaði sig í nóvember í fyrra.

Olivia Palermo og Johannes Huebl gengu að eiga hvort annað þann 28. júní í Bedford í New York og var athöfnin látlaus. Brúðurin klæddist fallegum tvískiptum kjól frá Carolina Herrera.

Leikkonan Jodie Foster gekk að eiga Alexöndru Hudson í apríl, eftir árs samband. Foster kom út úr skápnum opinberlega á Golden Globe-verðlaunahátíðinni árið 2013

Fyrrverandi kærasta George Clooney, Stacey Keibler, gekk að eiga Jared Pobre á strönd í Mexíkó þann 8. mars og var athöfnin einföld. Parið á von á lítilli stúlku í byrjun næsta árs.

Leikarinn Neil Patrick Harris og David Burtka giftu sig á Ítalíu í september og var athöfnin glæsileg. Fyrsta dansinn sem hjón dönsuðu þeir við lag Kelly Clarkson, „A moment like this“.

Angelina Jolie og Brad Pitt giftu sig þann 23. ágúst í fámennri athöfn í villu þeirra í Frakklandi. Aðeins nánustu fjölskyldu var boðið. Kjóll Jolie var frá Versace og var slörið skreytt með teikningum barnanna þeirra.

Fatahönnuðurinn Tom Ford gekk að eiga Richard Buckley, kærasta sinn til 27 ára. Dagsetningin er óljós, en þeir tilkynntu hjónabandið opinberlega þann 8. apríl.

SPORTS DIRECT.com

ÚTSALA

-60%

-40%

-20%

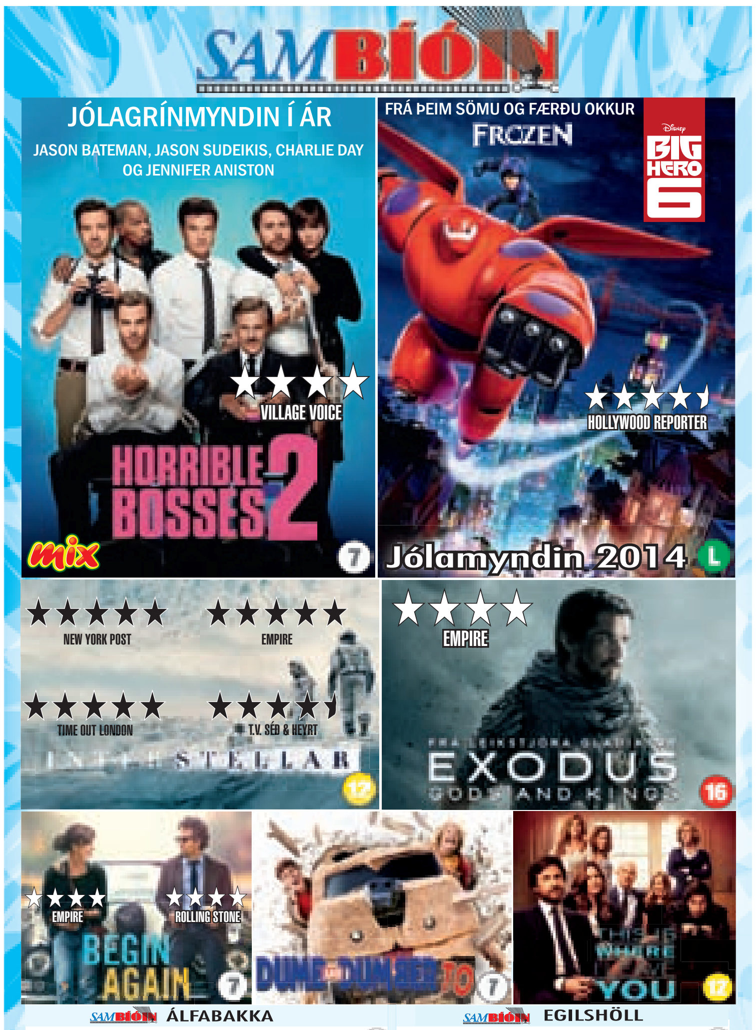
OPNUNARTÍMAR:

10-23 ALLA DAGA - AÐFANGADAGUR 10-14

JÓLADAGUR OG ANNAR Í JÓLUM - LOKAÐ

LONSDALE LONDON karrimor PUMA Slazenger adidas

facebook WWW.FACEBOOK.COM/SPORTSDIRECTISLAND



SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

HORRIBLE BOSSES 2	KL. 5:40 - 8 - 10:20	7
HORRIBLE BOSSES 2 VIP	KL. 3:20 - 5:40 - 8 - 10:20	
BIG HERO 6 ÍSLTAL 2D	KL. 3:20 - 5:40	L
BIG HERO 6 ÍSLTAL 3D	KL. 4:20 - 6:40	L
BIG HERO 6 ENSKT TAL 2D	KL. 3:20 - 8 - 10:20	L
BEGIN AGAIN	KL. 8 - 10:20	7
THIS IS WHERE I LEAVE YOU	KL. 10:20	
DUMB AND DUMBER TO	KL. 5:40 - 8	7
INTERSTELLAR	KL. 9	
ALGJÖR SVEPPI	KL. 3:20 - 5:40	L
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 3:40	L

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

HORRIBLE BOSSES 2	KL. 8 - 9 - 10:20 - 11:15	7
BIG HERO 6 ÍSLTAL 2D	KL. 4:20 - 6:40	L
BIG HERO 6 ÍSLTAL 3D	KL. 3:20 - 5:40	L
BIG HERO 6 ENSKT TAL 2D	KL. 5:40 - 8 - 10:20	L
ALGJÖR SVEPPI	KL. 3:20	L

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

HORRIBLE BOSSES 2	KL. 5:40 - 8 - 10:20	7
BIG HERO 6 ÍSLTAL 2D	KL. 5:40	L
EXODUS: GODS AND KINGS 3D	KL. 10	
EXODUS: GODS AND KINGS 2D	KL. 8	
INTERSTELLAR	KL. 6:30 - 10	

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

HORRIBLE BOSSES 2	KL. 8 - 10:20	7
NIGHT AT THE MUSEUM 3	KL. 8	L
BIG HERO 6 ÍSLTAL 3D	KL. 5:40	L
EXODUS: GODS AND KINGS 2D	KL. 10:10	
MÖRGÆSIRNAR FRÁ MADAGASCAR ÍSLTAL 3D	KL. 5:50	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

HORRIBLE BOSSES 2	KL. 8 - 10:20	7
BIG HERO 6 ÍSLTAL 3D	KL. 5:40	L
BIG HERO 6 ENSKT TAL 2D	KL. 8 - 10:20	L
ALGJÖR SVEPPI	KL. 5:40	L

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU EÐA APPELSÍNUGULU KR.750 Á APPELSÍNUGULT OG KR. 1000 Á GRÆNT

Hvernig huggar maður sturlaða konu?

BAKÞANKAR
Lilju Katrínar Gunnarsdóttur

Fyrir ekki svo löngu síðan fékk ég að vita að ég bæri barn undir belti. Sem var satt best að segja mikið áfall. Fyrst var ég ringluð, síðan leið, svo pirruð og þegar ég hélt að hormónarnir mínir gætu ekki farið með mig í hærri, lengri og hraðari rússíbanareið þá varð ég glöð. Mjög glöð. Ég átti nefnilega von á þessu barni með einfaldlega frábærum manni.

ÉG HLAKKAÐI líka til að upplifa þetta með honum því heil sautján ár eru síðan hann var síðast með ungbarn. Það hlyti svo ótalmargt að hafa breyst á þessum sautján árum. Hér er búið að berjast ötullega fyrir jafnrétti. Feður geta eytt meiri tíma með nýfæddum börnum sínum ef þeir kæra sig um og annað hvert skilnaðarbarn er jafnt hjá báðum foreldrum.

ÞAÐ KOM mér því á óvart hvernig fyrstu skoðanirnar eru búnar að vera. Við erum búin að fara í þrjár. Í þeirri fyrstu horfði ljósmóðirin talsvert oftar á mig en hann og voru flestar spurningar tengdar þunguninni miðaðar að mér. Hvernig mér liði. Hvort ég væri hraust. Hvað ég væri þung. Hann var ekki spurður hvernig honum litist á að verða pabbi eftir svona langt hlé. Það skipti greinilega engu máli.

Í ANNARRI skoðun var nánast ekki yrt á hann. Í þriðju skoðuninni kom síðan í ljós að nafnið hans var ekki einu sinni inni í kerfinu sem faðir þessa barns. Þá var símanúmerið hans í fyrsta sinn tekið niður. Svona ef ske kynni að eitthvað kæmi upp á. Hann hefur ekki enn verið spurður hvernig honum líði. Hann er samt alveg jafn stressaður og ringlaður og ég.

AUÐVITAÐ er þetta skrítinn tími fyrir konur. Það breytist ótalmargt. Líkaminn er í einu orði sagt í fokki og geðheilsan dansar á línu sturlunar. En þetta er líka skrítið fyrir karlmenn. Eða vita þeir allir með tölu hvernig á að bregðast við þegar fullorðin kona kemst ekki fram úr rúminu fyrir gráti út af kvöldmatnum sem brann við í fyrradag?

„Nútíma fullorðins“

TÓNLIST ★★★☆☆

Svefnljóð
Ragga Gröndal
SENA

Svefnljóð er áttunda hljóðversplata Ragnheiðar Gröndal, sem hefur, þrátt fyrir ungan aldur, lengi verið meðal eftirlætis söngkvenna þjóðarinnar. Ferill hennar hefur verið farsæll, hún hefur tekið þátt í ýmsum samstarfsverkefnum, tekið þátt í undankeppni Eurovision og verið krýnd söngkona ársins. Á þessari nýjustu afurð hennar er nýtt hlutverk fyrirferðarmikið, eða móðurhlutverkið. Svefnljóð eru tileinkuð syni Ragnheiðar, eða Röggu, eins og hún er titluð í þetta sinn, sem gefur til kynna persónulega plötu … sem er einmitt raunin.

Lögin eru öll nema eitt eftir Ragnheiði og fjórir textar af níu, en annars nýtir hún sér ljóð eftir Kristínu Jónsdóttur frá Hlíð, Hallgrím Helgason í þrígang og loks öndvegisskáldið Sigurð Pálsson. Tónlistin er lágstemmd og erfitt að staðsetja hana innan einhverrar sérstakrar stefnu. Einhvern tímann var Ragga kölluð „Norah Jones Íslands“, sem er smá glatað en tja, kannski nær lagi. Þetta er í öllu falli ákveðin „AC-tónlist“ (adult contemporary), eða „nútíma fullorðinstónlist“, væri líklega tilvalin til hugleiðslu – þótt hér sé alls ekki farið alla leið í Frikka Karls (ekki að það væri neitt að því).

Í titillaginu er áberandi bassalína sem minnir á hið geggjaða That Loving Feeling með Isaac Hayes. Það hefði verið gaman ef sú hugmynd hefði verið tekin lengra en lagið er engu að síður mjög frambærilegt. Það sama má segja um Lifandi vatnið, sem er einmitt sungið við ljóð Sigurðar Pálssonar, tilfinningaríkur flutningur sem nær inn að beini.

Lagið Sólon Íslandus, síðasta lag plötunnar, er það sem væri líklegast til að ná langt á vinsældalistum, léttpoppað með skemmtilegri innkomu frá Pálma Gunnars í bakröddum – en hann á annars einkar góða spretti á plötunni sem bassaleikari.

Heilt yfir er Svefnljóð vel heppnuð plata og í takt við það sem Ragga hefur fengist við á sínum sólóferli. Tónlistin hentar vel við arineld þegar norðangolan lemur gluggana þótt hún teljist seint rík af slögurum sem fara rakleiðis í efstu sæti vinsældalista. En að því sögðu er Röggu líklega alveg sama, hún hefur alltaf farið sínar eigin leiðir. Og það er kúl.

Björn Teitsson

NIÐURSTAÐA: Ragga Gröndal sendir frá sér sína áttundu hljóðversplötu sem rímar vel við feril hennar hingað til. Platan er lágstemmd og ljóðræn, hentar vel í inniveru vetrarins.

RAGGA GRÖNDAL Svefnljóð er áttunda hljóðversplata Ragnheiðar Gröndal.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

SMÁRABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

NIGHT AT THE MUSEUM 3	KL 3.30 – 5.45 – 8 – 10.15	L
EXODUS 2D	KL 8 – 11	16
EXODUS 2D LÚXUS	KL 4.30 – 8 – 11	16
MOCKINGJAY – PART 1	KL 8 – 10.45	12
BIG HERO 6 3D	KL 3.15 – 5.30	L
BIG HERO 6 2D	KL 3.15 – 5.30	L
MÖRGÆSIR ÍSL TAL 2D	KL 3.15	L
DUMB AND DUMBER TO	KL 5.30 – 8 – 10.30	7

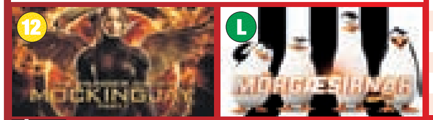
HÁSKÓLABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

NIGHT AT THE MUSEUM 3	KL 5.30 – 8 – 10.15	L
EXODUS 2D	KL 5.45 – 9	16
MOCKINGJAY – PART 1	KL 8 – 10.40	12
DUMB AND DUMBER TO	KL 5.30	7
MÖRGÆSIR ÍSL TAL 2D	KL 5.30	L
NIGHTCRAWLER	KL 8 – 10.30	16

FJÖLSKYLDUPAKKINN
MINNST 4 MIÐAR, A.M.K. 2 BÖRN Á ALDRINUM 2-12 ÁRA
Barnafjölskyldur fá alla miða á barnaverði
Miðasala á: eMiði

LAUGARÁS BÍÓ — midi.is Miðasala og nánari upplýsingar — ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.



LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

NIGHT AT THE MUSEUM 3	4:30, 5:50, 8	L
EXODUS	7, 10	16
BIG HERO 6 2D	4:30	L
MÖRGÆSIRNAR 2D	3:50	L
HUNGER GAMES	10:10	12

AUKAKRÓNUR 5% Sími: 553-2075 www.laugarasbio.is

BÍÓ ★ PARADÍS HAPPY HOUR Á BARNUM 17-20

Whiplash	17.45
White God	17.45
Turist	17.45, 22.30
Mommy	20.00, 22.30
Clouds of Sils Maria	20.00
Hross í Oss, Eng sub	20.00
20,000 days on earth	22.00

JÖR

– by –

GUÐMUNDUR JÖRUNDSSON

Laugavegur 89

Ólafía Þórunn á réttri leið í Marokkó

GOLF Ólafía Þórunn Kristinsdóttir og Valdís Þóra Jónsdóttir eru í hópi þeirra tæplega 120 kylfinga sem berjast um þrjátíu laus sæti á Evrópumótaröðinni í golfi á næsta tímabili. Tveimur keppnisdögum af fimm er nú lokið og stendur Ólafía Þórunn betur að vígi en Valdís Þóra.

Ólafía Þórunn er á samtals fjórum höggum yfir pari í 47.-55. sæti en aðeins 60 efstu kylfingarnir fá að spila á fimmta og síðasta keppnisdeginum.

Valdís Þóra er sem stendur fjórum höggum frá niðurskurðinum en hún er í 91.-98. sæti og þarf því að bæta sig nokkuð í dag og á morgun til að komast í hóp sextíu efstu. Hún tók einnig þátt í þessu sama móti í fyrra en var þá ekki á meðal þrjátíu efstu.

Mótið fer fram í Marrakesh í Marokkó og er spilað þar á tveimur keppnisvöllum. - esá

Þórir ætlar að vera til taks ef meiðsli koma upp í hópnum

HANDBOLTI Selfyssingurinn Þórir Ólafsson fer að öllu óbreyttu ekki með íslenska landsliðinu á HM í Katar en hann var ekki valinn í 20 manna æfingahóp liðsins sem Aron Kristjánsson landsliðsþjálfari tilkynnti í gær.

„Auðvitað vill maður helst fá að ráða því sjálfur hvenær maður hættir að spila með landsliðinu en ég virði ákvörðun þjálfarans,“ sagði Þórir í samtali við Fréttablaðið. Hann ætlar þó að vera til taks ef meiðsli koma upp í hópnum. „Aron bað mig um að vera til taks og ég er tilbúinn til þess.“

Aron lét Þóri vita af ákvörðun sinni með nokkurra daga fyrirvara og segist Þórir því vera að mestu búinn að jafna sig á þessu. „Maður er auðvitað spældur en ég mun halda áfram að gefa kost á mér þar til annað kemur í ljós. Ég tel að ég eigi enn heima í landsliðinu enda gefur maður það ekki upp á bátinn svo auðveldlega.“

Þórir sneri heim úr atvinnumennsku í sumar og spilar með Stjörnunni í Olísdeild karla. Hann segist ætla að sanna sig upp á nýtt í íslenskum handbolta. „Þetta er öðru vísi bolti en maður hefur vanist síðustu ár og það væri gaman ef manni tækist að sýna góða takta og hjálpa Stjörnunni að gera einhverjar rósir.“ - esá

ÞÓRIR ÓLAFSSON

ÚRSLIT

OLÍSDEILD KARLA

ÍBV - VALUR	**26-19 (13-10)**
FH - AKUREYRI	**26-23 (12-13)**
ÍR - HK	**34-27 (15-10)**
FRAM - STJARNAN	**25-24 (11-13)**
HAUKAR - AFTURELDING	**22-23 (12-9)**

STAÐAN

Valur	16	11	2	3	436-385	24
ÍR	16	11	2	3	447-406	24
Afturelding	16	10	2	4	392-375	22
FH	16	9	2	5	422-391	20
ÍBV	16	8	1	7	421-404	17
Akureyri	16	7	1	8	402-405	15
Haukar	16	4	4	8	390-394	12
Fram	16	6	0	10	354-411	12
Stjarnan	16	4	2	10	402-424	10
HK	16	2	0	14	387-458	4

DOMINO'S-DEILD KARLA

NJARÐVÍK - ÞÓR Þ.	**96-68 (45-30)**
ÍR - STJARNAN	**78-79 (39-39)**
TINDASTÓLL - SKALLAGR.	**104-68 (44-38)**
GRINDAVÍK - SNÆFELL	**98-87 (53-43)**
KR - FJÖLNIR	**103-62 (53-33)**

STAÐAN

KR	11	11	0	1126-889	22
Tindastóll	11	9	2	1048-926	18
Stjarnan	11	7	4	962-922	14
Haukar	10	7	3	891-829	14
Njarðvík	11	6	5	927-868	12
Snæfell	11	5	6	962-1005	10
Þór Þ.	11	5	6	998-1031	10
Keflavík	10	5	5	807-832	10
Grindavík	11	4	7	959-1029	8
Skallagrímur	11	2	9	881-1037	4
ÍR	11	2	9	900-943	4
Fjölnir	11	2	9	902-1052	4

Í KVÖLD

19.15: Keflavík - Haukar **TM-höllin**

visir.is

Meira um leiki gærkvöldsins

Kapphlaup um Katarmiðana

Tuttugu handboltamenn munu á næstu vikum berjast um farseðla á HM í Katar. Landsliðsþjálfarinn mun taka sextán eða sautján leikmenn með sér út. Hann mun láta liðið æfa nýtt varnarafbrigði fyrir mótið.

Henry Birgir Gunnarsson

henry@frettabladid.is

HANDBOLTI „Þetta var mjög erfitt val. Ég var að kljást við síðustu tvær stöðurnar í svolítinn tíma. Þá þarf maður að skoða heildarpakkann út frá taktísku sjónarmiði,“ segir Aron Kristjánsson landsliðsþjálfari en hann tilkynnti í gær hvaða 20 leikmenn muni keppa um farseðlana á HM í Katar sem fram fer í næsta mánuði.

Aron má vera með sextán menn í hópnum hjá sér en má gera tvær breytingar meðan á mótinu stendur. Hann segist vera að skoða þann möguleika að taka sautján leikmenn með út enda um langan veg að fara ef það þarf að kalla inn leikmann.

Þórir skilur mína stöðu

Mesta athygli vakti í valinu að hann skyldi skilja hornamanninn Þóri Ólafsson eftir heima en Þórir hefur átt mjög farsælan landsliðsferil.

„Þetta er vísir að ákveðnum kynslóðaskiptum hjá okkur en Þórir er til í að hjálpa okkur áfram og vera til taks ef á þarf að halda. Auðvitað var samt mjög erfitt að tjá honum tíðindin. Hann er keppnismaður en skilur samt mína stöðu og veit um hvað málið snýst. Við ræddum þetta fyrst síðasta sumar. Það er þessi fína lína, hvar og hvenær á að skipta út. Bæði Arnór Þór og Guðmundur Árni hafa spilað vel og svo eigum við Ásgeir Örn og Alex sem geta líka leyst hornið,“ segir Aron.

Leitað að arftaka Sverres

Ólafur Gústafsson gefur ekki kost á sér í hópinn vegna meiðsla og svo er enn óvissa með þátttöku Sverres Jakobssonar. Þar af leiðandi fær Tandri Már Konráðsson tækifæri í hópnum að þessu sinni.

„Ólafur átti að fá aukið vægi í vörninni hjá mér enda verið að spila vel í vörninni í Danmörku. Við vitum að það styttist í að það þurfi að finna mann fyrir Sverre. Valið á Tandra er í ljósi þess að við erum að reyna að finna mann sem getur staðið í miðju varnar og líka borið upp boltann. Tandri er sterkur í því. Hugmyndin með 20 manna hópinn er líka að koma mönnum eins og Tandra nær landsliðinu og kynnast því sem við erum að gera. Við erum líka með fimm æfingaleiki þannig að okkur vantar mannskap og við verðum að passa upp á álagið. Það verður gaman að sjá hvernig Tandri kemur út úr þessu.“

Ólafur þarf að taka næsta skref

Ólafur Andrés Guðmundsson kemst ekki í hópinn að þessu sinni en hann hefur tekið þátt á stórmótum áður. Nú síðast á EM í Danmörku fyrir tæpu ári.

„Hann hefur verið meiddur undanfarið. Ólafur hefur verið svolítið óstöðugur með landsliðinu. Hann hefur átt ágætis innkomur og í öðrum leikjum hefur vantað upp á. Hann þarf kannski að fá tíma til þess að taka næsta skref á sínum ferli í þýsku úrvalsdeildinni. Þá gæti hann komið sterkur aftur inn í landsliðið. Ég er alls ekki búinn að afskrifa hann.“

Það verður engin barátta um markvarðastöðurnar fyrir HM. Aron velur aðeins þá Björgvin Pál og Aron Rafn og þeir fara því til Katar nema þeir meiðist.

NÆR HANN AÐ MÚRA UPP Í VÖRNINA? Aron ætlar að láta liðið æfa nýtt varnarafbrigði fyrir HM í Katar. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

„Ég tel að þetta séu þeir markmenn sem eru að standa sig best núna. Þeir hafa unnið vel saman og markvarslan á síðustu tveimur mótum með þá tvo hefur gefið góða raun. Þeir hafa náð að vega hvor annan ágætlega upp,“ segir landsliðsþjálfarinn.

Unnið í varnarleiknum

Liðið kemur saman til æfinga þann 30. desember og spilar svo tvo æfingaleiki við Þjóðverja þann 4. og 5. janúar. Liðið tekur svo þátt á æfingamóti í Danmörku frá 9. til 11. janúar. Lokahópurinn verður svo tilkynntur í kjölfarið.

„Ég gæti verið búinn að skera aðeins niður hópinn fyrir þetta mót. Svo er spurning hvort ég taki sextán eða sautján með út. Það veltur líklega á ástandinu á liðinu. Undirbúningur verður annars með frekar hefðbundnu sniði en við munum leggja mikla áherslu á varnarleikinn. Við ætlum að koma með nýtt varnarafbrigði sem við gætum beitt að hluta til í leikjum,“ segir Aron Kristjánsson landsliðsþjálfari.

TUTTUGU MANNA ÆFINGAHÓPUR ÍSLANDS FYRIR HEIMSMEISTARAMÓTIÐ Í KATAR

VARNARMENN

Sverre Andreas Jakobsson

Bjarki Már Gunnarsson

NIÐUR
BREKKU FER
ÁRNASYNIR
HERRASKÍÐASKÓR
ROSSIGNOL ALIAS 80
37.990 KR.
DÖMUSKÍÐI
MEÐ BINDINGUM
ROSSIGNOL UNIQUE 2
84.990 KR.
HJÁLMUR
ROSSIGNOL TOXIC
11.990 KR.
SNJÓBRETTI
ROSSIGNOL MYTH EÐA
ROSSIGNOL CURCIUT
57.990 KR.
HJÁLMUR
K2 THRIVE
15.990 KR.
HERRASKÍÐI
MEÐ BINDINGUM
ROSSIGNOL PURSUIT 13
84.990 KR.
DÖMUSKÍÐASKÓR
NORDICA CRUISE 55
29.990 KR.
SKÍÐAGLERAUGU
UVEX
FRÁ 7.990 KR.
SNJÓBRETTASKÓR
NORTHWAVE SUPRA EÐA
NORTHWAVE DIME
26.990 KR.
20% PAKKAAFSLÁTTUR EF KEYPT ERU SKÍÐI
OG SKÓR EÐA BRETTI, BINDINGAR OG SKÓR
ROSSIGNOL, NORDICA, K2, BLIZZARD, NORTHWAVE
DRAKE, UVEX OG FLEIRI FRÁBÆR MERKI
Fatnaður á mynd: Helly Hansen
ÚTILÍF
síðan 1974
SKÍÐADEILDIN ER Í GLÆSIBÆ
utilif.is

Chelsea stóð sig best á leikmannamarkaðnum

Nýir leikmenn Lundúnaliðsins hafa hækkað raunvirði sitt á meðan United-menn hafa lækkað í verði.

FÓTBOLTI Efsta lið ensku úrvalsdeildarinnar stóð sig frábærlega á leikmannamarkaðnum í sumar, en þeir leikmenn sem liðið keypti hafa margfaldað verðgildi sitt og sumir þeirra sem fóru hafa hríðlækkað í verði.

Þetta kemur fram í ítarlegri tölfræðiskýrslu The Football Observatory sem starfar innan Alþjóðlegu íþróttarannsóknamiðstöðvarinnar í Neuchatel í Sviss.

Árlega reiknar hópurinn út verðgildi rétt tæplega 1.500 knattspyrnumanna sem spila í ensku úrvalsdeildinni, spænsku 1. deildinni, Seríu A á Ítalíu, þýsku 1. deildinni og frönsku 1. deildinni og hafa fært sig um set á síðustu fimm árum.

Rannsóknarhópurinn notast við sinn eigin algóriþma sem metur verðgildi leikmanns út frá lengd samnings, aldri, leikstöðu, mörkum, skotum á mark og mínútum spiluðum. Miðað var að þessu sinni við tímabilið 13. desember 2013 til 12. desember 2014.

Þegar litið er yfir félagaskipti sumarsins og algóriþmi TFO notaður kemur í ljós að Chelsea gerði langbestu kaupin. Liðið keypti Diego Costa á 44 milljónir evra en raunvirði hans í dag er 84 milljónir evra vegna frammistöðu hans til þessa með Chelsea.

Cesc Fábregas kostaði Chelsea 37 milljónir evra en er nú metinn á 62 milljónir. Þeir tróna á toppi listans yfir bestu kaupin. Þá lét Chelsea David Luiz fara til PSG fyrir 50 milljónir en raunvirði hans í dag er 24 milljónir evra.

Manchester United var ekki jafn öflugt á leikmannamarkaðnum miðað við þessa rannsókn. Ángel di María kostaði liðið 75 milljónir evra en er nú metinn á 57 milljónir og Juan Mata hefur farið úr 44,7 í 33 milljónir evra.

Luis Suárez, sem fór til Barcelona, hefur einnig hríðlækkað í verði, sem stafar að stórum hluta til af því að hann spilaði ekki fyrr en í október. Hann kostaði Barcelona 81 milljón evra en raunvirði hans í dag miðað við algóriþma TFO er 48 milljónir evra. Liverpool „græddi“ því á sölu hans sé miðað við skýrsluna. - tom

VERÐMÆTUR Diego Costa hefur hækkað raunvirði sitt. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Kláraði dekkin á hjólaskíðunum

Sævar Birgisson var í fyrra fyrsti Íslendingurinn í tuttugu ár til að taka þátt í skíðagöngu á Ólympíuleikum og hann gerir sér vel grein fyrir mikilvægi sínu sem fyrirmynd í sportinu sem honum þykir svo vænt um.

SKÍÐAGANGA Sævar Birgisson er bæði eldri og reynslumeiri en liðsfélagar hans í skíðalandsliðunum og á undanförnum árum hefur hann horft á eftir mörgum leggja skíðin á hilluna. Ólympíuleikar eru oft endastöð hjá skíðafólki en Sævar gaf hins vegar í eftir ÓL í Sotsjí síðasta vetur. Hann flutti heim og æfði eins af krafti í allt sumar og fram undan er heimsmeistaramót í byrjun næsta árs.

„Ég er búinn að vera heima síðan á Ólympíuleikunum og ég er búinn að æfa hérna í borginni,“ sagði Sævar þegar Fréttablaðið hitti hann áður en hann fór út til æfinga í Noregi.

Númer 1, 2, 3, 4 og 5

„Þetta snýst um að safna tímum í æfingadagbókina og þú getur gert það hvar sem er á haustin og á sumrin,“ segir Sævar.

„Ég verð meira eða minna í Noregi fram að heimsmeistaramótinu í febrúar. Ég verð bara að elta mót í Noregi og Svíþjóð og undirbúa mig sem best fyrir heimsmeistaramótið sem er númer eitt, tvö, þrjú, fjögur og fimm í vetur,“ segir hann um markmið vetrarins.

Sævar er búinn að vera í sex ár í landsliðinu en ætlar hann að bæta mörgum við? „Ég veit það ekki. Ég ætlaði ekki að bæta þessu við því ég er kominn svolítið inn í uppbótartíma núna. Ég þarf að fara að skora mark til þess að það verði framlenging,“ segir Sævar og bætir við: „Ef ég held áfram eftir þetta tímabil þá þarf virkilega allt að ganga upp í vetur. Það ætti nú að gera það því ég er búinn að vinna heimavinnuna mína. Ég hef verið að æfa í 80 tíma í mánuði og líður bara vel.“

Þarf að þola ýmislegt

Sævar Birgisson var titlaður eigin þjálfari á kynningarfundi Skíðasambandsins á dögunum.

„Ég hef ráðgjafa hér og þar sem ég heyri í reglulega. Ég sé samt eiginlega um allt utanumhald sjálfur, bæði í að skipuleggja æfingar sem og að plana æfinga- og keppnisferðir. Það er erfitt að standa í þessu einn endalaust en ég er líka einfari enda verður maður að vera það í þessu sporti. Skíðagöngumaður verður að þola það að fara út í þrjá til fjóra tíma í skítaveðri. Maður þarf að þola ýmislegt og gera það oft einn,“ segir Sævar en úti í Noregi hefur hann fengið tækifæri til að æfa með öðrum.

Sævar gerir sér vel grein fyrir mikilvægi sínu sem fyrirmynd. „Ég lít á það sem gríðarlega hvatningu og það er hluti af því sem heldur manni í þessu áfram. Ef ég hætti þá er voðalega lítið eftir því það er mjög langt í næsta. Það eru krakkar úti í skíðamenntaskóla en þeir eru rosalega ungir og það er enn langt í það að þeir taki skrefið. Ég vonast samt til þess að fljótlega fari þau að anda ofan í hálsmálið á manni en eins og staðan er núna þá virðist það ekki vera alveg á næstunni,“ segir Sævar sem var með sumarskíðaskóla þar sem hann reyndi að ýta krökkum í rétta átt.

„Þessi íþrótt liggur manni nær og mér þykir vænt um það að krakkarnir haldi áfram eins lengi og þau geta og sýni það að við Íslendingar getum átt einhverja framtíð í þessu.“ En hvað með næstu Vetrarólympíuleika í PyeongChang í febrúar 2018?

„Það kitlar en það hefði verið gaman að hafa þá nær í stað þess að þeir séu hinum megin á hnettinum. Ef þeir hefðu verið í Noregi þá hefði þetta ekki verið nein spurning. Ég held því svolítið opnu og tek bara eitt ár í einu,“ segir Sævar.

Fékk aukakraft eftir ÓL

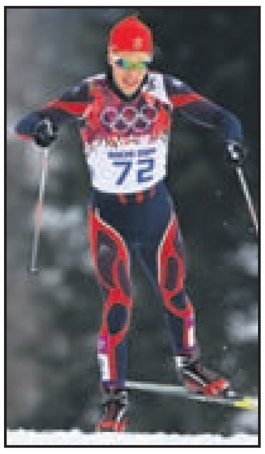
„Fyrir ári þá hefði ég hugsað að það væri ekki möguleiki á því að ég héldi áfram eftir Ólympíuleikana því þá var ég orðinn svolítið þreyttur. Ég fékk mikla hvatningu og aukakraft eftir Ólympíuleikana. Ég náði að nýta mér það sem meðbyr inn í æfingatímabilið. Það hefur skilað sér því ég er að auka magnið um fimmtán til tuttugu prósent síðan í fyrra. Ég enda því í einhverjum sjö hundruð plús tímum í ár. Ég er að leggja allt í þetta,“ segir Sævar.

Hans mesti Akkilesarhæll

Hann hefur nýtt þessi tímamót í að breyta því aðeins hvernig hann æfir.

„Ég er að æfa meira rólegt og þá þoli ég fleiri tíma. Ég hef trappað mig örlítið niður í þessum keyrsluæfingum sem rífa mann svolítið og tæta. Ég er því meira í því að taka rólegt og vinna lengi. Ég er að reyna að byggja upp grunnmótorinn sem mér hefur fundist vera minn mesti Akkilesarhæll hingað til, að hafa úthaldið til að halda út þessar lengri vegalengdir. Ég er búinn að vera góður í sprettgöngum og hef margoft sýnt mig og sannað þar. Mig langar til að sýna hvað ég get í lengri vegalengdunum líka,“ segir Sævar.

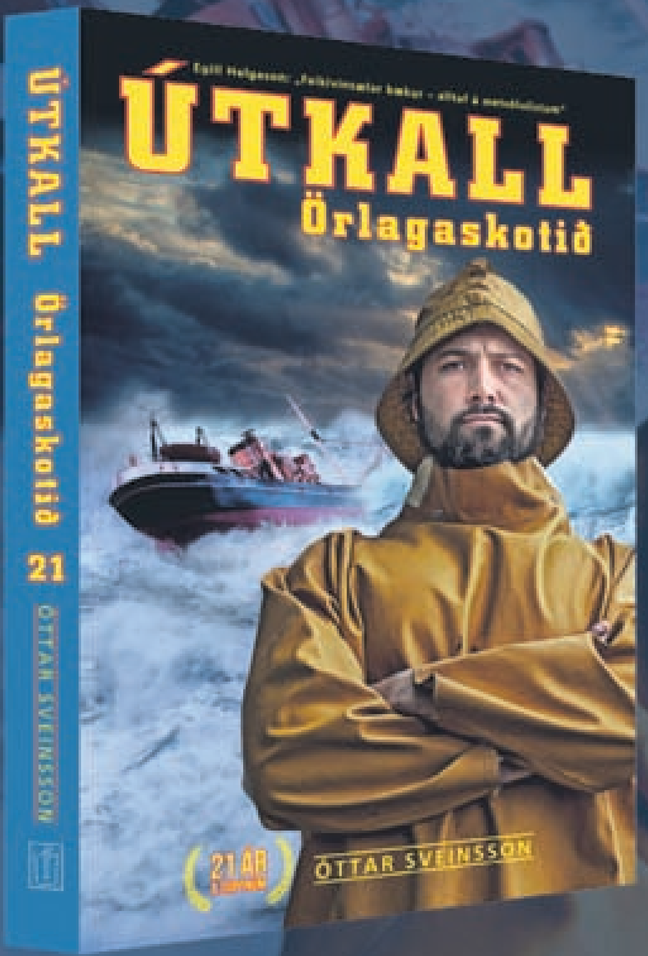
Hann var feginn að komast út í snjóinn enda snjóaði ekkert á höfuðborgarsvæðinu áður en hann fór út til Noregs. „Ég var orðinn pínu þreyttur á þessum hlaupum á hjólaskíðum enda búinn að klára alveg dekkin á þeim. Það var því gott að komast í snjóinn,“ segir Sævar hlæjandi. ooj@frettabladid.is



TÍMAMÓTAÁR Sævar Birgisson varð í 74. sæti í 15 kílómetra göngu á ÓL í Sotsjí en hann var einnig fánaberi Íslands á leikunum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR, GETTY OG AFP

> „Ég er kominn svolítið inn í uppbótartíma núna. Ég þarf að fara að skora mark til þess að það verði framlenging.
>
> *Sævar Birgisson, skíðagöngumaður.*

HÖRKUSPENNA OG DRAMATÍK



Útkallsbækur Óttars Sveinssonar hafa verið eitt vinsælasta lesefni Íslendinga tvo áratugi. Spennuþrungnar frásagnir úr íslenskum veruleika. Í þessari bók er lýst ótrúlegri samkennd, fórnfýsi og þrautseigju íslenskra sjómanna á úrslitastundum. Um hver jól grúfa þúsundir Íslendinga sig niður í Útkallsbækurnar og leggja þær ekki frá sér fyrr en að lestri loknum.

Hér er sagt frá ævintýralegum björgunaraðgerðum út af Breiðafirði árið 1962 eftir að togarinn Elliði frá Siglufirði hafði legið á hliðinni í glórulausu hafróti og éljagangi. 28 manna áhöfn beið örlaga sinna svo klukkustundum skipti.

„Ég hata þig ekki,“ sagði Sigurður Guðmundsson, fyrrum háseti á Goðafossi, er hann í október 2011 hitti mann af kafbátnum U 300 sem skaut niður stolt Íslendinga við bæjardyr Reykjavíkur árið 1944. Við fáum einnig lýsingu á þessum tilfinningaþrungna fundi og kynnumst nýrri hlið af sögunni um árásina á Goðafoss.

ÚTKALL ELDRI TITLAR

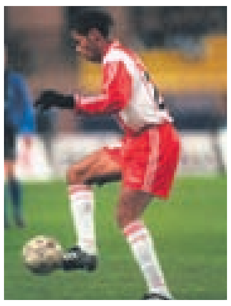
ÚTKALL Lífróður | ÚTKALL Sonur þinn er á lífi | ÚTKALL Ofviðri í Ljósufjöllum | ÚTKALL Pabbi hreyflarnir loga | ÚTKALL Við Látrabjarg | ÚTKALL Flóttinn frá Heimaey | ÚTKALL Þyrluna strax | ÚTKALL Leifur Eiríksson brotlendir | ÚTKALL Hernaðarleyndarmál í Viðey | ÚTKALL Týr er að sökkva

ÚTKALL Árás á Goðafoss | ÚTKALL Geysir er horfinn | ÚTKALL Í djúpinu | ÚTKALL Upp á líf og dauða | ÚTKALL Á jólanótt | ÚTKALL Fallið fram af fjalli | ÚTKALL Sextíu menn í lífshættu | ÚTKALL Á elleftu stundu | ÚTKALL Íslenska neyðarlínan | ÚTKALL Alfa TF-SIF

21 ÁR Á TOPPNUM

VANTAR ÞIG BÆKUR INN Í ÚTKALLSSAFNIÐ?
VIÐ EIGUM ELDRI TITLA HJÁ FORLAGINU.
HAFIÐ SAMBAND Í S. 891-6872 OG 893-1091
EÐA Á FACEBOOK - ÚTKALL BÓKAÚTGÁFA.

FERILLINN



MONACO
1992-1999

Spilaði sinn fyrsta leik **17 ára gamall** undir stjórn Arsene Wenger

Kjörinn **besti ungi leikmaðurinn** í Frakklandi 1997

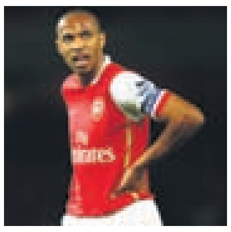
Vann deildina með Monaco 1997

Komst í **undanúrslit Meistaradeildarinnar** 1998

JUVENTUS
1999

Spilaði 20 leiki og skoraði þrjú mörk

Fór til Arsenal í ágúst 1999



ARSENAL
1999-2007

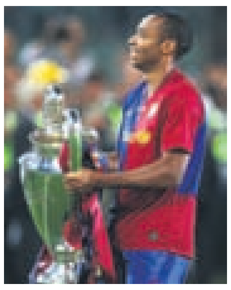
Leikir 258
Sigrar 157
Mörk 175
Stoðsendingar 74
Sigurhlutfall 61 prósent

Markahæsti leikmaður liðsins í öllum keppnum með 228 mörk í 377 leikjum

Vann ensku úrvalsdeildina tvívegis; 2001/2002 og 2003/2004

Vann enska bikarinn þrisvar sinnum og samfélagsskjöldinn í tvígang

Var fjórum sinnum **markahæsti leikmaður úrvalsdeildarinnar**



BARCELONA
2007-2010

Skoraði 49 mörk í 121 leik

Vann spænsku 1. deildina árin 2008/2009 og 2009/1010

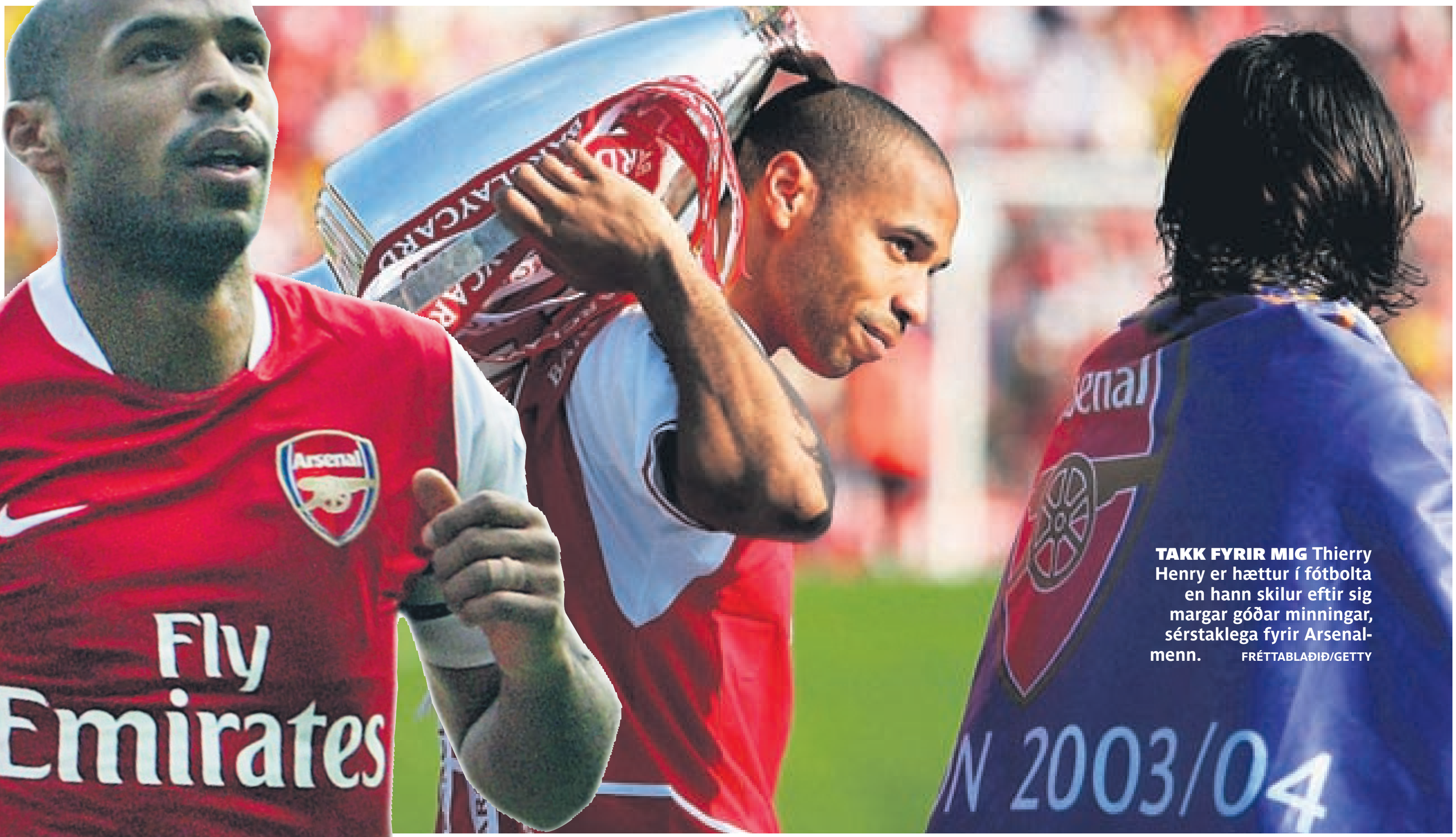
Vann Meistaradeildina og **spænska konungsbikarinn**

Henry, Lionel Messi og Samuel Eto'o skoruðu **100 mörk samtals** á einni leiktíð

NEW YORK
2010-2014

MEISTARADEILD

Leikir 112
Sigrar 54
Mörk 50
Stoðsendingar 15
Sigurhlutfall 48 prósent



TAKK FYRIR MIG Thierry Henry er hættur í fótbolta en hann skilur eftir sig margar góðar minningar, sérstaklega fyrir Arsenalmenn. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

KVEÐUR SEM KÓNGUR Í ÖÐRU LANDI

Frakkinn Thierry Henry batt enda á stórkostlegan knattspyrnuferil sinn í byrjun vikunnar, 37 ára að aldri. Hann er einn af albestu leikmönnum í sögu ensku úrvalsdeildarinnar og er dáður þar í landi. Sama gildir ekki um hans föðurland.

Tómas Þ. Þórðarson
tomas@frettabladid.is

FÓTBOLTI Thierry Henry, einn besti leikmaður ensku úrvalsdeildarinnar í fótbolta frá upphafi, lagði skóna á hilluna sem leikmaður New York Red Bulls í Bandaríkjunum í vikunni. Þar með batt hann enda á magnaðan feril sem teygir sig yfir fimm lönd á 20 ára tímabili. Hann vann marga stóra titla á ferlinum og skoraði ógrynni marka.

Hann er elskaður og dáður á Englandi, sérstaklega hjá stuðningsmönnum Arsenal. Hann býr í Lundúnum og hefur nú nýjan feril sem sjónvarpsmaður hjá Sky Sports þar í borg. Hann er í raun meiri Englendingur en Frakki. Hann hefur aldrei verið vinsæll í sínu heimalandi og ekki notið þeirrar virðingar sem hann á skilið.

Byrjaði hjá Wenger

Henry fæddist og ólst upp í úthverfi Parísarborgar þar sem hann hóf knattspyrnuferilinn ungur að aldri. Fréttir fóru að berast af liprum strák sem gat fíflað menn upp úr skónum og skorað að vild þegar hann var barnungur. Þegar hann var þrettán ára gamall var útsendari frá Monaco sendur til að fylgjast með honum. Það var ekki að spyrja að því, hann var lokkaður yfir um leið.

Þjálfari Monaco á þessum tíma var Arsene Wenger, og samstarf þeirra tveggja var rétt að byrja. Henry braut sér leið inn í byrjunarliðið sautján ára gamall og var hann kjörinn besti ungi leikmaður Frakklands 1996. Ári síðar varð hann Frakklandsmeistari með liðinu og 1997 skoraði hann sjö mörk í Meistaradeildinni á leið Monaco í undanúrslitin. Það var franskt met á þeim tíma.

Stóru liðin fóru að fylgjast betur með Henry og var hann á endanum seldur til eins þess stærsta á þessum tíma. Juventus var lið sem enginn sagði nei við á tíunda áratugnum og keypti „gamla konan“ Henry fyrir 10,5 milljónir punda árið 1999.

Aftur til Wengers

Einu alvöru erfiðleikar Henrys á ferlinum voru hjá Juventus. Hann fékk ekki að spila sem framherji því á undan honum voru menn á borð við Davor Suker og Alessandro Del Piero. Hann var geymdur á kantinum þar sem hann skilaði ekki miklu og entist hann ekki nema hálft ár hjá Juventus.

Þarna hefði ferill margra geta tekið væna dýfu niður á við, en Henry átti góðan að. Arsene Wenger var orðinn þjálfari Arsenal og búinn að vinna Englandsmeistaratitilinn með liðið. Hann vissi hvað í Henry bjó og bjargaði honum frá Ítalíu. Þó allir muni núna eftir Henry sem stórkostlegum leikmanni hjá Arsenal byrjaði hann ekki að raða inn mörkum strax.

„Þegar ég fékk hann frá Juventus var hugmyndin að láta hann spila frammi með Anelka, en Anelka fór til Real Madrid og þar með dó það. Thierry komst ekki í byrjunarliðið strax því það voru öflugir framherjar á undan honum,“ sagði Arsene Wenger þegar hann rifjaði upp árin með Henry hjá Arsenal fyrr í vikunni.

Hélt hann gæti ekki skorað

Henry skoraði 28 mörk fyrir Monaco og þrjú fyrir Juventus. En þegar hann kom til Arsenal vissi hann ekki hvort hann gæti skorað mörk reglulega. „Hann kom til mín fyrir leik þegar ég lét hann spila frammi og taldi sig ekki geta skorað. Það má segja að hann hafi blekkt sjálfan sig og alla um leið miðað við það sem svo gerðist,“ sagði Wenger, en Henry skoraði í heildina 226 mörk fyrir Skytturnar.

Hann vann Englandsmeistaratitilinn, enska bikarmeistaratitilinn og komst í úrslitaleik Meistaradeildarinnar með Arsenal. Hann varð fjórum sinnum markakóngur úrvalsdeildarinnar og mölbraut ógrynni meta. Stytta var reist af honum fyrir utan Emirates-völlinn sem segir allt sem segja þarf um feril hans í úrvalsdeildinni.

Hjá Barcelona vann hann þrennuna, en tímabilið 2008/2009 skiluðu hann, Samuel Eto'o og Lionel Messi 100 mörkum samtals. Eitthvert eitraðasta sóknarþríeyki seinni tíma. Hann lauk svo ferlinum í Bandaríkjunum þar sem hann spilaði við góðan orðstír hjá New York Red Bulls. Fyrir utan að spila mjög vel fyrir liðið fékk hann mikið lof fyrir framkomu sína og vilja til að gera vel fyrir deildina. Hann var draumur bandaríska markaðsmannsins og auðvitað þjálfara liðsins.

STÓRU STUNDIRNAR

1 Eini leikmaðurinn sem hefur skorað 20 mörk fimm ár í röð í úrvalsdeildinni

20 Metið yfir flestar stoðsendingar á einu tímabili í úrvalsdeildinni (2002/2003)

34 Skoraði á móti 34 af þeim 35 liðum sem hann spilaði á móti í úrvalsdeildinni

114 Flest mörk nokkurs leikmanns á Highbury-vellinum

4.312 Spilaði flestar mínútur á 49 leikja sigurgöngu Arsenal sem tryggði liðinu m.a. titilinn árið 2004

Ekki elskaður í Frakklandi

Sagt er að enginn sé spámaður í sínu föðurlandi og það á svo sannarlega við um Thierry Henry. Hann er afskaplega misskilinn í föðurlandinu og er í raun litið á hann sem Englending þar. Hann hefur eiginlega of gaman af fótbolta og nýtur sín bæði inni á vellinum sem utan að tala um fótbolta. Þetta skilja Frakkar ekki.

Hann var óheppinn að vera uppi á sama tíma og Zinedine Zidane sem var algjör kóngur í franska landsliðinu. Og þegar Zidane hætti og komið var að Henry að bera fyrirliðabandið breyttust viðhorf Frakka í hans garð lítið.

Það hjálpaði auðvitað ekki til að hann sat inni í rútu og gerði ekkert þegar Frakkar fóru í verkfall á HM 2010. Fyrirliðinn sem hefði átt að hjálpa til við að leysa málin hreyfðist ekki úr sæti sínu. Svo var það höndin á móti Írlandi í EM-umspilinu 2011. Meira að segja Frökkum, sem nutu góðs af svindli Henrys, var misboðið. „Ég dæmi ekki leikinn,“ sagði Henry við blaðamenn eftir leikinn.

Henry verður aldrei borinn saman við Zidane eða Platini þótt hann eigi allt hrós skilið. Þannig verður það bara í Frakklandi. Franska íþróttablaðið L'Equipe birti þó stóra mynd af honum af forsíðu þegar hann hætti með fyrirsögninni: „Kóngur kveður“. Kóngur er að kveðja. Kóngurinn á Englandi sem samlandar hans telja vart vera prins.

Jólagjöf grillmeistarans
Grillbúðin
www.grillbudin.is
Niðurfellanleg hliðarborð
84.900
FULLT VERÐ 98.900
• 3 brennarar úr ryðfríu stáli
• Postulínsemalerað eldhólf
• Grillgrindur úr pottjárni
• Kveiking í öllum rofum
• Auka steikarplata fylgir
• Niðurfellanleg hliðarborð
• Efri grind
• Bakki fyrir fitu
• Hitamælir
• Fáanlegt í fleiri litum
LANDMANN
Er frá Þýskalandi
VELDU GRILL SEM ENDAST OG ÞÚ SPARAR
104.900
FULLT VERÐ 124.900
• 4 brennarar úr ryðfríu stáli
• Postulínsemalerað eldhólf
• Grillgrindur úr pottjárni
• Kveiking í öllum rofum
• Auka steikarplata fylgir
• Gashella
• Efri grind
• Bakki fyrir fitu
• Hitamælir
LANDMANN
Er frá Þýskalandi
Ofurgrill grillmeistarans
390.000
FULLT VERÐ 490.000
• 6 brennara gasgrill
• 4 brennarar úr stáli
• OFUR-brennari fyrir þá allra kröfuhörðustu
• Bakbrennari
• Grillteinn
• Hliðarhella
• Kælibox
• Innbyggt ljós
• Orka 26,3 KW 90.000 BTU
LANDMANN
Er frá Þýskalandi
weber
219.900
FULLT VERÐ 269.900
• 3 brennarar úr ryðfríu stáli
• Ryðfríar 7mm stálgrindur
• Ryðfríar bragðburstir
• Ryðfrítt stál ytra birði
• Þykk álsteypa í botni
• Rafstýrður kveikjari
• Niðurfellanleg hliðarborð
• Orka 11 KW 38.000 BTU
Þráðlaus kjöthitamælir
5.990
FULLT VERÐ 7.990
Fyrir grill og ofna
Stilltu á kjöttegund og steikingu. Mælirinn lætur vita þegar maturinn er tilbúinn
LANDMANN
15”
Pizzusteinn
Fyrir grill og ofna
5.990
FULLT VERÐ 8.990
Spaði og skeri fylgja
LANDMANN
LED ljós fyrir grillið
3.990
FULLT VERÐ 4.990
Nú er ekkert mál að grilla allt árið
Öflugt ljós með 10 LED ljósum
Festist á handfang grillsins
Snúanlegt í 360 gráður
LANDMANN
Hamborgarapressa
Gerðu þína eigin hamborgara
Stillanleg þykkt
4.500
FULLT VERÐ 5.500
WESTON
Kjúklingastandur
Eldaðu safaríkan kjúkling
3.490
FULLT VERÐ 4.490
Fyrir grill og ofna
LANDMANN
Reykbox
Gefðu matnum einstakt bragð
2.990
FULLT VERÐ 3.990
LANDMANN
JIM BEAM Whisky
mackmyra Whisky
Reykflísar
30% afsl
Einiber
Beyki
Álmur
Grillgrind
2.990
FULLT VERÐ 3.990
Fyrir hamborgara
Fyrir kjúklinginn
Fyrir fiskinn
Fyrir ýmislegt
LANDMANN
LANDMANN
2.990
FULLT VERÐ 3.990
Grænmetisgrind
Komdu og fáðu ráðleggingar
Grillbúðin
Smiðjuvegi 2, Kópavogi | S. 554 0400 | Opið 11-16 laugardag og 13-16 sunnudag

Stöð 2 kl. 19.50
Logi

Lauflétttur og bráðskemmtilegur þáttur þar sem Logi Bergmann fer á kostum sem þáttarstjórnandi. Hann fær til sín vel valda og skemmtilega viðmælendur og auk þess verður boðið upp á frábær tónlistaratriði og ýmsar óvæntar uppákomur.

Í KVÖLD

The Three Musketeers
BÍÓSTÖÐIN KL. 20.05 Spennandi ævintýramynd um ódauðlegu sögurnar af Skyttunum þremur. D'Artagnan hinn ungi leitar liðsinnis hjá Skyttunum þegar ógn steðjar að frönsku krúnunni.

The Carrie Diaries
STÖÐ 3 KL. 19.20 Í þessum skemmtilegu þáttum er fylgst með Carrie Bradshaw, sem áhorfendur þekkja úr þáttaröðinni Sex and the City, þegar hún var yngri og að stíga sín fyrstu skref á framabrautinni.

2 Broke Girls
GULLSTÖÐIN KL. 19.00 Hressileg gamanþáttaröð sem fjallar um stöllurnar Max og Caroline sem kynnast við störf á veitingastað. Við fyrstu sýn virðast þær eiga fátt sameiginlegt.

FM957 kl. 16.00
FM95 Blö

Auðunn Blöndal hitar upp fyrir helgina á FM957.

STÖÐ 2

07.00 **Barnatími Stöðvar 2**
07.40 **Young Justice**
08.05 **Wonder Years**
08.30 **Drop Dead Diva**
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.35 **Doctors**
10.15 **Last Man Standing**
10.40 **White Collar**
11.25 **Heimsókn**
11.45 **Junior Masterchef Australia**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Airheads**
14.30 **Jack the Giant Slayer**
16.30 **New Girl**
16.55 **Bold and the Beautiful**
17.20 **Nágrannar**
17.45 **The Simpsons**
18.10 **Jóladagatal Skoppu og Skrítlu** Bestu vinir barnanna, þær Skoppa og Skrítla, opna nýjan glugga í nýju jóladagatali á hverjum degi frá og með 1. desember og fram að jólum á Stöð 2.
18.23 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.47 **Íþróttir**
18.54 **Ísland í dag** Umsjónarmenn fara yfir helstu tíðindi dagsins úr pólitíkinni, menningunni og mannlífinu. Ítarlegur íþróttapakki og veðurfréttir.
19.11 **Veður**
19.20 **Simpson-fjölskyldan** Tuttugasta og sjötta og jafnframt nýjasta þáttaröð þessa langlífasta gamanþáttar í bandarísku sjónvarpi í dag. Simpson-fjölskyldan er söm við sig og hefur ef eitthvað er aldrei verið uppátækjasamari.
19.50 **Vandræðalega stóri jólaþátturinn**
21.25 **NCIS: New Orleans**
22.15 **Louie**
22.45 **The Whistleblower**
00.45 **The Girl**
02.15 **Brighton Rock**
04.05 **Simpson-fjölskyldan**
04.30 **Jack the Giant Slayer**

SPORT *besta sætið*

11.10 **Real Sociedad - Athletic Bilbao**
12.50 **Tottenham - Newcastle**
14.30 **Bournemouth - Liverpool**
16.10 **League Cup Highlights**
16.40 **Liverpool - Basel**
18.20 **Getafe - Barcelona**
20.00 **La Liga Report**
20.30 **Derby - Chelsea**
22.10 **Stjarnan - Njarðvík**
23.45 **Hang Time Road Trip**

SPORT 2 *enski boltinn*

11.20 **Sunderland - West Ham**
13.05 **Bolton - Ipswich**
14.50 **Messan**
16.05 **Man. Utd. - Liverpool**
17.45 **Premier League World 2014** Skemmtilegur þáttur um leikmennina og liðin í ensku úrvalsdeildinni.
18.15 **Everton - QPR**
20.00 **Match Pack**
20.30 **Enska úrvalsdeildin - upphitun**
21.00 **Messan**
21.40 **Swansea - Tottenham**
23.20 **Crystal Palace - Stoke**
01.00 **Messan**

STÖÐ 3

19.00 **Raising Hope**
19.20 **The Carrie Diaries**
20.05 **Community 3**
20.30 **X-factor UK**
22.05 **True Blood**
23.00 **Constantine** Spennuþáttur með hrollvekjandi ívafi um ungan mann sem er þjakaður af erfiðri fortíð en er skyndilega kominn í það hlutverk að vera verndari mannkynsins fyrir myrkum öflum sem eru að sækja í sig veðrið.
23.45 **Longmire**
00.30 **Raising Hope**
00.50 **The Carrie Diaries**
01.35 **Community 3**
02.00 **X-factor UK**
03.30 **True Blood**
04.25 **Constantine**

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Rasmus Klumpur og félagar **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveins **08.45** Elías **08.55** UKI **09.00** Ofurhundurinn Krypto **09.22** Kalli á þakinu **09.47** Töfrahetjurnar **10.00** Ljóti andarunginn og ég **10.25** Latibær **10.47** Tommi og Jenni **10.54** Tommi og Jenni **11.00** Dóra könnuður **11.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.45** Doddi litli og Eyrnastór **11.55** Rasmus Klumpur og félagar **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveins **12.45** Elías **12.55** UKI **13.00** Ofurhundurinn Krypto **13.22** Kalli á þakinu **13.47** Töfrahetjurnar **14.00** Ljóti andarunginn og ég **14.25** Latibær **14.47** Tommi og Jenni **14.53** Tommi og Jenni **15.00** Dóra könnuður **15.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **15.45** Doddi litli og Eyrnastór **15.55** Rasmus Klumpur og félagar **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveins **16.45** Elías **16.55** UKI **17.00** Ofurhundurinn Krypto **17.22** Kalli á þakinu **17.47** Töfrahetjurnar **18.00** Ljóti andarunginn og ég **18.25** Latibær **18.47** Tommi og Jenni **18.53** Tommi og Jenni **19.00** Jóladagatal Skoppu og Skrítlu **19.10** Epic **20.50** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

18.05 **Strákarnir**
18.35 **Friends**
19.00 **2 Broke Girls**
19.25 **Modern Family**
19.50 **Two and a Half Men**
20.15 **Pressa**
21.00 **The Americans**
21.45 **Touch of Frost**
23.30 **It's Always Sunny in Philadelphia**
23.55 **Derek**
00.20 **Fringe**
01.05 **Pressa**
01.50 **The Americans**
02.35 **Touch of Frost**
04.15 **It's Always Sunny in Philadelphia**

BÍÓSTÖÐIN

08.35 **Jayne Mansfield's Car**
10.35 **Fun With Dick and Jane**
12.05 **Garfield: The Movie**
13.25 **The Three Musketeers**
15.15 **Jayne Mansfield's Car**
17.15 **Fun With Dick and Jane**
18.45 **Garfield: The Movie**
20.05 **The Three Musketeers**
22.00 **Mandela: Long Walk to Freedom**
00.30 **Wrong Turn**
02.05 **Phil Spector**
03.35 **Mandela: Long Walk to Freedom**

RÚV

14.35 **Ástareldur**
15.25 **Ástareldur**
16.15 **Jesús og Jósefína**
16.35 **Turnverðirnir**
16.50 **EM kvenna í handbolta** Bein útsending frá fyrri undanúrslitaleiknum á Evrópumóti kvennalandsliða í handknattleik.
18.35 **Táknmálsfréttir**
18.45 **Jólasveinarnir**
19.00 **Fréttir**
19.20 **Íþróttir**
19.30 **Veðurfréttir**
19.40 **Frú Brown.**
20.15 **Útsvar** Bein útsending frá spurningakeppni sveitarfélaga.
21.30 **Svolítil huggun** James Bond er fengið það hlutverk að stöðva alræmdan glæpahring. Á sama tíma gengur hann eigin erinda í hefndarskyni.
23.15 **Beck - Þögult óp**
00.45 **Kosningaklækir**
02.25 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SKJÁREINN

08.00 **Everybody Loves Raymond**
08.20 **Dr. Phil**
09.00 **The Talk**
09.45 **Pepsi MAX tónlist**
14.50 **Top Chef**
15.40 **Minute to Win It Ísland**
16.30 **Beauty and the Beast**
17.10 **Agents of S.H.I.E.L.D.**
17.50 **Dr. Phil**
18.30 **The Tonight Show**
19.10 **The Talk**
19.50 **The Voice**
21.20 **The Voice – Úrslitaþáttur**
22.50 **The Tonight Show**
23.35 **Under the Dome**
00.25 **Betrayal**
01.15 **The Tonight Show**
02.00 **The Tonight Show**
02.45 **Pepsi MAX tónlist**

Golfstöðin

08.25 **Golfing World 2014**
09.15 **The Open Championship**
14.25 **The Open Championship Highlights**
14.55 **Golfing World 2014**
15.45 **PGA Tour 2014 - Highlights**
16.40 **Golfing World 2014**
17.30 **The Open Championship**
22.30 **The Open Championship Highlights**
23.00 **Golfing World 2014**

ÍNN

20.00 **Hrafnaþing**
21.00 **Kling Klang**
21.30 **Eldhús meistaranna**

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

BORÐA
DREKKA
TYGGJA
Tannlæknafélag Íslands mælir
með notkun xylitols sem
aðalsætuefnis í tyggigúmmíi
WRIGLEY'S
Extra

JÓLAPLATAN

„Ég hlusta alltaf á The Beatles Christmas Album, mikil sýra og kemur manni í súrt jólaskap!“

Axel Björnsson, söngvari og gítarleikari Pink Street Boys

Messufall verður á Drekktu betur í fyrsta sinn

Spurningakeppnin langlífa Drekktu betur fellur niður í fyrsta sinn í tólf ára sögu hennar í dag.

„Það verður messufall í fyrsta sinn í sögunni. Keppnin í kvöld fellur niður, sem hefði verið keppni númer 593,“ segir rithöfundurinn Ævar Örn Jósepsson, einn þeirra sem koma að hinni langlífu spurningakeppni Drekktu betur.

Halda átti keppnina á Ölstofunni en úr því varð ekki. Er þetta fyrsta skiptið sem keppnin fellur niður í tólf ára sögu hennar en hún hefur verið haldin vikulega frá árinu 2002. „Það hefur ekki orðið messufall fyrr en nú en einhvern tímann verður allt fyrst, það hlaut að koma að því. Það er einfaldlega af því að við erum á þannig stað að við höfum ekki sérrými fyrir okkur eins og þegar keppnin byrjaði á Grand Rokk. Ölstofan er náttúrulega í miðri hringiðunni í miðbænum, það verður svo stappfullt af kúnnum sem eiga leið hjá á þessum mikla verslunardegi að húsbændur á Ölstofunni vildu hvorki leggja það á okkur né aðra gesti að reyna að skeyta þessu saman,“ segir Ævar. „Það eru tímamót í þessu – Bandaríkin fara að tala við Kúbu og það verða messuföll á Drekktu betur. Það sýnir að allt geti gerst.“

> **Bandaríkin fara að tala við Kúbu og það verða messuföll á Drekktu betur. Það sýnir að allt geti gerst.**

Þyrstir aðdáendur keppninnar þurfa þó ekki að örvænta þar sem næsta keppni verður haldin á annan í jólum á Ölstofunni. - þij

ÆVAR ÖRN JÓSEPSSON Segir keppnina verða næst á öðrum í jólum. FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

Fuss púði 13.900.-

Honkabell vasi 14.900.-

Cross teppi frá 13.500.-

Mikið úrval af fallegum hönnunarvörum. Fáðu sent heim að dyrum.

Snúran

www.snuran.is

vefverslun S: 537-5101

Hirtu lag af Wham! og jólasvein frá Finna

Myndband við jólalag Gillz og StopWaitGo var fjarlægt af YouTube vegna stuldar á myndbroti. Hafa enn ekki fengið leyfi fyrir notkun lagsins Last Christmas.

STOPWAITGO Piltarnir segja lögfræðinga sína hafa sótt um leyfi fyrir laginu. MYND/HAG

Egill Einarsson, einnig þekktur sem Gillz og DJ Muscleboy, sendi frá sér myndband við jólalagið Musclebells fyrir skemmstu á YouTube. Egill og framleiðendur myndbandsins þurftu að fjarlægja það af vefnum fljótlega, vegna ásakana um stuld á myndskeiði sem þar var notað.

„Það var ein nokkurra sekúndna löng, sex ára gömul jólasveinaklippa sem einhver gaur frá Finnlandi á, sem við þurftum að taka út. Þessi finnski gaur hringdi í mig alveg brjálaður,“ segir Ingi Þór Bauer, framleiðandi myndbandsins hjá fyrirtækinu Ice Cold.

Ingi Þór segist hafa fundið klippuna á YouTube. Í henni er að finna feitan jólasvein en í laginu syngur Egill meðal annars um feitan jólasvein. „Leyfið á myndbandinu sagði til um að það væri opið almenningi. Það kom svo í ljós að það var einhver annar maður búinn að setja inn klippuna á YouTube, þannig að ég tók þetta af öðrum gaur en þessum finnska og sá hafði því í raun stolið klippunni.“

DADDI GUÐBERGSSON

Hann og Egill hlógu þó að símtalinu. „Mér finnst bara fyndið að gaur í Finnlandi hafi fundið þetta vídeó.“

Það er þó ekki bara myndbandið sem hefur vakið umtal á netinu því Egill og StopWaitGo hafa ekki enn fengið leyfi fyrir því að nota lagið Last Christmas með hljómsveitinni Wham! í jólalaginu sínu. „Lögfræðingarnir okkar eru búnir að senda beiðni til Warner/Chapell og við erum að bíða eftir því að fá svar,“ segir Pálmi Ragnar Ásgeirsson hjá StopWaitGo, aðspurður.

Hann segir að auðvitað sé best að fá leyfi fyrirfram. Hugmyndin um að nota þetta lag kviknaði svo skömmu fyrir jólin að ákveðið var að kýla strax á útgáfuna. Pálmi segir jafnframt að enginn þurfi að hafa áhyggjur af því að þeir græði krónu á þessari útgáfu, að þetta sé bara gert í gamni.

Daddi Guðbergsson, áhugamaður um hugverkaréttindi, segir að Egill og StopWaitGo hefðu átt að tryggja sér öll leyfi áður en lagið og myndbandið fóru í loftið. „Leyfi fyrir bæði notkun myndbrota í myndböndum og notkun laga og texta, er í dag í langflestum tilfellum auðsótt og getur í sumum tilfellum tekið aðeins part úr degi. Vandamálin verða til þegar nýtt hugverk fer í dreifingu án tilskilinna leyfa rétthafa. Ef erlendir tónlistarforleggjarar væru í aðstöðu til að fylgjast með málum hérlendis yrði dreifing á þessu umsvifalaust stöðvuð, líkt og ýmis önnur hrópleg misnotkun sem tröllríður ljósvakanum og netinu í kringum jólin ár hvert,“ segir Daddi spurður út í hans álit.

EGILL EINARSSON

Hann segir rót vandans einfalda. „Stærsta vandamálið er að ungt fólk sem hefur stolið afþreyingu á netinu elst upp við það og fer að vinna við til dæmis framleiðslu. Það tekur þetta brotna siðferði með sér og hugar ekki að því, þegar það fer að framleiða hugverk í viðskiptalegum tilgangi, að sækja um tilskilin leyfi eða virða lögbundin réttindi hugverkaeigenda,“ útskýrir Daddi.

gunnarleo@frettabladid.is

Í heitum potti í hálfan sólahring

Tvær vinkonur ætla að styrkja Kraft með tólf klukkustunda heitapottsmaraþoni.

„Við erum miklar pottamanneskjur og fáum oft skemmtilegar hugmyndir í pottinum,“ segir Berglind Hulda Theodórsdóttir. Hún, ásamt vinkonu sinni, Þórhildi Stefánsdóttur, stefnir á að vera í heitum potti í tólf klukkutíma á sunnudaginn til styrktar Krafti. Kraftur er stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra.

Öllum er velkomið að fara í pottinn með vinkonunum og kostar hálftími til klukkutími fimm hundruð krónur. „Ef fólk vill vera lengur þá bara verður það að borga meira,“ segir Berglind og bætir við að allir séu velkomnir en potturinn er á Reynigrund 37 í Kópavogi.

> → Klórtöflur verða á svæðinu og stefna þær á að fara í pottinn klukkan tólf á hádegi.

„Okkur langaði bara að láta gott af okkur leiða og veltum fyrir okkur hvaða málefni við gætum styrkt,“ segir Berglind og bætir við: „Við ákváðum að gera eitthvað skemmtilegt úr þessu, vera með heitt kakó og jólastemmingu.“

Berglind segir þær vinkonur eyða miklum tíma í heita pottinum þær hafi þó aldrei verið í honum svona lengi. „Við höfum kannski náð svona sex tímum. Okkur leiðist nú ekki vinkonunum þannig að þetta á eftir að líða hratt, hvað þá ef það koma einhverjir skemmtilegir gestir,“ segir hún glöð í bragði. - gló

Í POTTINUM Vinkonurnar langaði til þess að láta gott af sér leiða. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Regatta GREAT OUTDOORS

CRAGHOPPERS

DARE 2b

OKKAR VERÐ

NÝJAR VÖRUR VETUR 2014

ÚLPA
12.990,-

KÁPUR
13.990.-

HERRAÚLPUR
14.990.-

DÖMU OG HERRA SOFTSHELL BUXUR
8.490.-

BARNA SNJÓBUXUR
9.990.-

BARNAÚLPUR
9.990.-

BARNAÚLPUR
10.990.-

VERÐDÆMI

Börn

Flíspeysur	2.990,-
Softshell peysur	4.490,-
Stretch peysur	4.490,-
Regnbuxur	1.990,-
Softshell buxur	5.490,-
Fóðraðar buxur	5.490,-
Climaplus jakkar	8.990,-
Úlpur	7.990,-
Snjóbuxur	9.990,-
Gallar (st. 80-104)	5.990,-
Smávara ofl. ofl.	

Dömur & herrar

Skyrtur	5.990,-
Flíspeysur	3.990,-
Softshell peysur	5.490,-
Stretch peysur	5.490,-
Buxur	4.990,-
Stretch buxur	8.990,-
Softshell buxur	8.490,-
Snjóbuxur	11.990,-
Úlpur	8.490,-
Climaplus jakkar	11.990,-
Fóðraðar kápur	11.990,-
Skór	11.990,-
Smávara ofl. ofl.	

Opnunartími til jóla:

Föst.	19. des.	11 – 18
Lau.	20. des.	11 – 20
Sun.	21. des.	13 – 18
Mán.	22. des.	11 – 20
Þorláksmessa		11 – 20
Aðfangadagur		lokað

facebook.com/
utivistogsport

Kíktu á síðuna!
Myndir af nýjum vörum!

ÚTIVIST & SPORT

Faxafen 12 S. 533-1550 www.utivistogsport.is

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 **VÍSIR**

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Rafnæs í fyrsta sinn

Fyrsta Rafnæs-kvöldið verður haldið á Paloma á laugardagskvöld. Um er að ræða nýtt raftónlistarkvöld sem mun tengja saman mismunandi einstaklinga sem elska raftónlist. „Á þessum kvöldum mun fólk sem vinnur með eða elskar raftónlist fá að njóta sín í skífuþeytingum með mýkt og ást í fyrirrúmi,“ segir á Fésbókarsíðu Rafnæss.

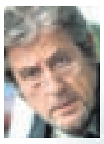
Á laugardaginn munu vel þekkt nöfn í íslensku tónlistarsenunni þeyta skífum með hjálp annarra plötusnúða. Þetta eru þau Curver, **dj. flugvél & geimskip** og kapparnir í Fufanu sem troða upp ásamt plötusnúðatvíeykjunum DJ Myth & Lazybones og It Is Magic. **- þij**

Hundurinn með á æfingar

Nú standa yfir stífar æfingar á jólasýningu Þjóðleikhússins upp úr skáldsögu Halldórs Laxness, Sjálfstæðu fólki. Það er leikarinn Atli Rafn Sigurðsson sem fer með aðalhlutverkið í sýningunni, en sama teymi setur upp þessa sýningu og setti upp Engla alheimsins, sem sló eftirminnilega í gegn. Það hefur vakið athygli að Atli Rafn tekur hundinn sinn, hana Skottu, sem er af hundakyninu pomeranian, á allar æfingar þegar hann glímir við hinn sjálfstæða Bjart. Líklega fer Atli betur með Skottu en Bjartur fór með sinn lúsuga hund, en þessi skemmtilegi leikhúshundur á þó víst til að taka þátt í leiknum þegar hæst stendur. **- vh**

Mest lesið vísir

1. Húseigandinn lét færa milljóna tekjur yfir á sinn eigin reikning.
2. Ræddu um kirkjuheimsóknir skólabarna: Segir skoðanir Ásmundar eiga heima á 15. öld
3. Costco opnar verslun í Kauptúni
4. Brúðkaup Höllu Vilhjálms í Kólumbíu: Gifti sig í Veru Wang
5. Vilja verk sem Jónas frá Hriflu færði MA



Valgarður Egilsson
STEINALDARVEISLAN

Mögnuð frásögn
úr Höfðahverfi, Látraströnd og Fjörðum með stórbrotnum mannlýsingum og hetjusögum af baráttu fólks í harðneskjulegu umhverfi að fornu og nýju.

SAGA FORLAG
www. sagaforlag.is - vinland@centrum.is