FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

290. TÖLUBLAÐ 17. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 9. DESEMBER 2017

Skilja oft í viku

Unnur Ösp Stefánsdóttir og **Björn Thors** afhjúpa sig í verkinu Brot úr hjónabandi þar sem mörkin milli einkalífs og listar eru óljós. Á árinu eignuðust þau tvíbura og Unnur hélt að leikferli hennar væri lokið. → 24

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Stuðningurinn skiptir máli

Jökull í Kaleo, Arnar í Mammút og mæður þeirra. → 32

Vinnustaðir fangelsa

Fjölbreytt störf í boði og fangarnir vilja hærri laun. → 28

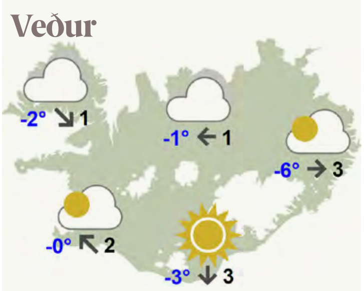
Stelpur sem læra iðn

Næg atvinnutækifæri. í boði eftir nám. → 36

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● ATVINNA

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015avww

Veður



Norðvestan 8-15 m/s austan til á landinu í dag, en hægari vindur um landið vestanvert. Skýjað og úrkomulítið um landið norðaustanvert, en léttir til í öðrum landshlutum. SJÁ SÍÐU 54

Segja hlutverkin ósamrýmanleg

VELFERÐARMÁL Barnaverndarnefnd Kópavogs telur að Barnaverndarstofa hafi sinnt eftirlitshlutverki sínu vel. Engu að síður sé það andstætt góðri stjórnsýslu að Barnaverndarstofa gegni tvíþættu hlutverki; annars vegar leiðbeinandi hlutverki fyrir barnaverndarstarf í landinu og rekstri úrræða og hins vegar eftirliti með starfi barnaverndarnefnda. Þetta var bókað á fundi nefndarinnar í gær. Nefndin tekur þannig undir sjónarmið fagdeildar félagsráðgjafa í barnavernd sem hafa ályktað að aðskilja beri þessi tvö meginhlutverk. – **jhh**

Styrkurinn afhentur í gær.

Gáfu milljón til kvennaathvarfs

TRÚFÉLÖG Kvennaathvarfið fékk í gær eina milljón króna í styrk frá trúfélaginu Zuism. „Styrkurinn er hluti af þeirri upphæð meðlima Zuism sem völdu að láta sóknargjöld sín renna til góðra málefna,“ segir í tilkynningu frá almannatengli félagsins.

„Þessi styrkur mun fara í að bæta lífsgæði þeirra kvenna sem hingað leita og auka sérfræðiþjónustu sem er mjög mikilvægt,“ er haft eftir Sigþrúði Guðmundsdóttur, framkvæmdastýru Kvennaathvarfsins.

Áður hefur Zuism styrkt Barnaspítala Hringsins um 1,1 milljón og UNICEF um 300 þúsund krónur. – **gar**

Fögur er hlíðin

Litadýrðin á hitaveitutönkum Orkuveitunnar í Öskjuhlíð lætur engan ósnortinn sem hana augum lítur. Hún og jólaljósin sem sjá má hvarvetna um borgina ylja fólki í svartasta skammdeginu. Í dag er 9. desember og einungis tólf dagar þar til daginn tekur að lengja á ný. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Látinn eftir árás á Austurvelli

LÖGREGLUMÁL Annar mannanna sem voru stungnir með hnífi á Austurvelli um síðustu helgi er látinn.

Karlmaður á þrítugsaldri situr í gæsluvarðhaldi grunaður um að bera ábyrgð á verknaðinum. Lögregla segir að rannsókn málsins miði vel. Hinn maðurinn, sem var stunginn með hnífi á sama stað og var sömuleiðis fluttur slasaður á bráðamóttökuna, hefur verið útskrifaður af Landspítalanum.

Fréttablaðið hefur greint frá því að vitni gátu gefið lýsingu sem leiddi til handtöku hins grunaða í Garðabæ nokkrum stundum eftir að árásin var gerð.

Stuðst hefur verið við myndbandsupptökur við rannsókn málsins en lögreglan hefur beinan aðgang að myndavélum á Austurvelli. Þá hefur einnig verið stuðst við upptökur úr myndavélum veitingastaða á svæðinu. – **jhh**

Kanínubóndinn víkur fyrir nýju gróðurhúsi

Reykjavíkurborg hefur veitt vilyrði fyrir 12 þúsund fermetra lóð undir gróðurhús. Lóðin nær út fyrir Skálará, þar sem Jón Þorgeir Ragnarsson hefur fóðrað kanínur um árabil. Hann telur að kanínurnar séu orðnar um eitt hundrað.

SKIPULAG „Ég ætla bara að láta hrekja mig í burtu,“ segir Jón Þorgeir Ragnarsson, íbúi á Skálará við Vatnsveituveg í Elliðaárdal. Reykjavíkurborg veitti fyrir helgi vilyrði til fyrirtækisins Spor í sandinn fyrir lóð undir stórt gróðurhús í Elliðaárdalnum. Um er að ræða 12.500 fermetra lóð en á henni stendur til að byggja 12 til 13 metra há mannvirki.

Lóðin sem um ræðir, eins og hún birtist í gögnum umhverfis- og skipulagssviðs borgarinnar, nær yfir Skálará. Ef áformin verða að veruleika virðist ljóst að Jón Þorgeir þarf að víkja, en hann hefur um árabil fóðrað kanínur, endur og gæsir við húsið.

Jón hafði skömmu áður en Fréttablaðið ræddi við hann haft veður af þessari ákvörðun. „Þeir ætla að byggja gróðurhús þar sem gróðurinn er,“ segir hann hneykslaður. Hann segir að framkvæmdirnar muni hrekja í burtu allt fuglalíf á svæðinu og muni eyða mýrinni, sem sé undirstaða fuglalífs á svæðinu.

Jón segir að Reykjavíkurborg eigi lóðina sem húsið stendur á, eins og húsið sjálft. Hann leigir húsið af borginni. Í samtali við Fréttablaðið segir Jón Þorgeir að honum hafi ekki verið tilkynnt um ákvörðunina, þó að hann hafi búið þarna í 30 ár. „Ég sagði við bróður minn, þegar hann sagði mér þetta í morgun, að ég nennti ekki að pæla í þessu. En svo er ég ekki búinn að hugsa um neitt annað síðan,“ segir hann.

Jón Þorgeir segir að margir leggi leið sína á svæðið til að fylgjast með dýrunum eða gefa þeim að éta. Langflestir séu yndislegt fólk sem komi þarna með börnin sín. Hann hafi þó oft orðið vitni að hrottaskap í garð dýranna.

Hann segist gefa dýrunum um það bil eitt tonn af mat á viku en telur fram að skepnurnar séu ekki háðar honum á neinn hátt. Þeim vegni vel þegar hann fer í frí. Þær eigi sig sjálfar og hann hafi ekki flutt þangað eina einustu kanínu. „Dýrin bjarga sér sjálf. Þau eiga sig sjálf,“ segir hann. Aðspurður segist hann telja að kanínurnar séu um eitt hundrað talsins. **baldurg@frettabladid.is**

Margir leggja leið sína að Skálará í Elliðaárdal til að berja kanínur og fugla augum. Til stendur að nýta lóðina undir annað. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

> Ég sagði við bróður minn, þegar hann sagði mér þetta í morgun, að ég nennti ekki að pæla í þessu. En svo er ég ekki búinn að hugsa um neitt annað síðan.
>
> Jón Þorgeir Ragnarsson, íbúi á Skálará í Elliðaárdal

Kringlan 30 ára

NJÓTTU AÐVENTUNNAR

JÓLAGAMAN

Við bjóðum þér inn í hlýjuna þar sem þú getur undirbúið jólin og notið jólalegrar skemmtidagskrár sem er full af fjöri og glaðningum.

Boðið verður upp á myndatöku með jólasveini báða dagana og hressir sveinar verða á ferðinni, ilmandi kaffi frá Kaffitári og piparkökur með.

SPENNANDI DAGSKRÁ UM HELGINA

LAUGARDAGUR

Kl. 14.00	Skoppa og Skrítla skemmta ásamt gestum úr jólasýningu þeirra
Kl. 14–16	Myndataka með jólasveini á Bíógangi
Kl. 16.00	Jónas Þórir og Matthías leika ljúfa tóna

SUNNUDAGUR

Kl. 14.00	Jólabingó Kringlunnar og Hagkaups
Kl. 14–16	Myndataka með jólasveini á Bíógangi

Bingóstjóri er hinn eini og sanni Íþróttaálfur. Þátttaka er ókeypis á meðan spjöld endast og vinningar eru ekki af verri endanum; Hagkaup gefur glæsilega jólamatarkörfu, LEGO-pakka, STIGA-sleða og jólasælgæti. Þar að auki verður hægt að vinna vegleg gjafakort frá Kringlunni.

HAGKAUP

Pipar\TBWA \ SÍA

LAUGARDAGUR
10 – 18

SUNNUDAGUR
13 – 18

kringlan.is

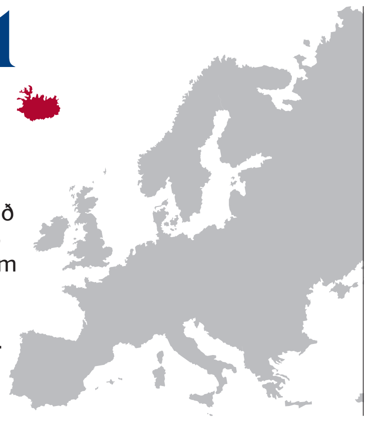
facebook.com/kringlan.is

VIKAN 03.12.2017 TIL 09.12.2017

20 prósenta samdráttur hefur orðið í sykurneyslu frá áramótum.

1,5 milljarðar er upphæðin sem IKEA seldi veitingar fyrir á síðasta rekstrarári.

26,1 prósent launþega á Íslandi vann vaktavinnu í fyrra. Er það níunda hæsta hlutfallið í Evrópu og 7,6 prósentustigum yfir meðaltali Evrópusambandsríkjanna.



79 prósent barnabóka sem koma út fyrir jólin eru prentuð erlendis.

180 tonn af jarðarberjum voru flutt til landsins í júní, samanborið við 53 tonn í fyrra. Íslenskir bændur framleiða um það bil 50 tonn af jarðarberjum á ári. Þeir þurftu að fleygja nokkrum tonnum í sumar.

45 alþjóðleg verðlaun hefur kvikmyndin Hjartasteinn hlotið, auk níu Edduverðlauna í febrúar á þessu ári.

Þrjú í fréttum
Dómarar, mótmæli og heimsmeistari

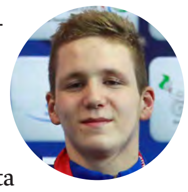
Ingibjörg Þorsteinsdóttir
nýr formaður Dómarafélags Íslands

kvaðst sammála því að ómögulegt væri að dómskerfið svaraði ekki málefnalegri gagnrýni. Hún sagði að kannski hefðu dómarar verið of ragir við að taka virkan þátt í hinni almennu umræðu. Í Danmörku væri til dæmis dómari sem bloggaði um dómarastarfið.

Björn Þorri Viktorsson
lögmaður

sagði það ekki hafa verið mistök að beita lýðræðislegum og stjórnarskrárvörðum réttindum til að mótmæla og tjá hug sinn vegna mótmæla fyrir utan heimili Steinunnar Valdísar Óskarsdóttur vorið 2010. Steinunn var þá þingmaður Samfylkingarinnar og var mótmælt vegna styrkja sem hún þáði 2006 og 2007. Björn Þorri var einn þeirra sem þátt tóku í mótmælunum.

Róbert Ísak Jónsson
sundmaður



varð heimsmeistari í 200 m fjórsundi í flokki S 14 á heimsmeistaramóti fatlaðra í sundi í Mexíkóborg. Þetta eru önnur verðlaun Róberts á HM. Hann vann silfur í 100 m bringusundi. Thelma Björg Björnsdóttir og Sonja Sigurðardóttir hafa unnið bronsverðlaun.

Átján milljörðum króna varið í snjóflóðavarnir síðustu 20 árin

Tekið hefur meira en 20 ár að byggja upp snjóflóðavarnargarða við byggðarlög. Upphaflega stóð til að verkinu lyki 2010. Átján milljörðum hefur verið varið í snjóflóðavarnir frá 1996. Snjóflóðavarnargarðurinn á Flateyri sannaði gildi sitt í nóvember þegar stórt snjóflóð féll úr Innra-Bæjargili og lenti á ytri garðinum.

Varnargarður var reistur á Ísafirði árið 2015. Slíkir varnargarðar hafa heldur betur sannað gildi sitt. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

UMHVERFISMÁL „Þetta er langtíma verkefni og hefur tekið meira en 20 ár,“ segir Tómas Jóhannesson, fagstjóri á sviði jöklafræði hjá Veðurstofu Íslands.“

Árið 1996 var hafist handa við að reisa varnarvirki við byggðarlög til að verja þau fyrir ofanflóðum. Síðan þá hefur 18 milljörðum verið varið í verkefnið.

Tómas segir að verkefnið hafi verið framlengt til ársins 2020, en líklegt sé að það muni taka enn lengri tíma. Það þykir þó líklegt að hægt sé að ljúka því innan fárra ára. „Markmið þessa verkefnis er að verja öll sérsvæði í þéttbýli, að það verði hvergi bæjarhverfi, á þeim stöðum þar sem hættan var talin mest, í hættu fyrir ofanflóði.“

Snjóflóðavarnargarðurinn á Flateyri sannaði gildi sitt í lok nóvember þegar stórt snjóflóð féll úr Innra-Bæjargili og lenti á væng ytri garðsins.

„Ofanflóð eru lang mannskæðasta náttúruváin sem við glímum við hér á landi og það verkefni að verja byggðarlög fyrir því hefur sett í forgang á sínum tíma og menn vilja eindregið að það verði klárað.“

Tómas segir að ferlið frá því að hættan sé metin þangað til að varnargarður sé reistur sé langt. Þetta getið jafnvel tekið mörg ár.

„Þetta eru umfangsmiklar framkvæmdir, það verður mikið rask og það þarf að fara mjög varlega og hugsa um að þarna er verið að móta útivistarsvæði fyrir fólk til langs tíma.“

Verið er að prófa nýja útfærslu af ofanflóðavörn á Patreksfirði sem ekki hefur verið reist áður til að verja byggð á Íslandi að sögn Tómasar. „Um er að ræða svokallaðar snjósöfnunargrindur. Þær draga úr snjósöfnun fyrir neðan fjallsbrúnina en grindurnar eru reistar uppi á fjallinu. Þær safna snjónum þannig að hann staðnæmist þar og berst ekki í skafrenningi fram af brúninni.“

Grindurnar koma ekki í stað varnargarða, þær eru hluti af stærri varnaraðgerðum á Patreksfirði. Grindurnar eru hugsaðar til að draga úr tíðni snjóflóða á þessu svæði, en aðalvörnin mun verða varnargarður.

Óliver Hilmarsson, sérfræðingur á snjóflóðavakt Veðurstofu Íslands, sá ummerkin af snjóflóðinu sem féll á varnargarðinn við Flateyri í lok nóvember.

„Það féllu tvö snjóflóð á þessum tíma, eitt á varnargarðinn og annað innan við bæinn á veg þar. Það má ekki vanmeta eyðileggingarkraftinn í svona löguðu, það fylgdu þessu svokölluð flóðagrjót. Það er algengt að flóðin rífi með sér heilu björgin og þarna voru stærstu flóðasteinarnir um það bil 1,5 metrar, grettistak sem maður loftar ekkert.“

Óliver segir að varnargarðurinn á Flateyri hafi sannað gildi sitt. „Það hafa fallið yfir tíu flóð frá því að hann var byggður og einhver fleiri hafa fallið meðfram honum. Það hefði þurft að rýma á Flateyri ef hann væri ekki til staðar en það þurfti ekki að hugsa um það þar sem þorpið er varið.“ **aroningi@frettabladid.is**

JÓLADAGAR ÍS-BAND - RÝMUM TIL!

BJÓÐUM ÚRVAL AF FIAT, JEEP, DODGE OG FIAT ATVINNUBÍLUM Á TILBOÐSVERÐI. KOMDU OG REYNSLUAKTU.
OPIÐ Í DAG LAUGARDAG FRÁ 12-16.

Tilboðin gilda til 31. desember

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

Umboðsaðili Alfa Romeo, Chrysler, Dodge, Fiat, Fiat Professional, Jeep og Ram Trucks á Íslandi - Þverholti 6
270 Mosfellsbær - s. 534 4433 - www.isband.is - isband@isband.is - Opið virka daga 10-18 - Laugardaga 12-16

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

blómaval

Opið til
21:00
SKÚTUVOGI
Alla daga
til jóla

Jólaveisla

TAX FREE

Tax free tilboð jafngildir 19,35% afslætti. Að sjálfsögðu stendur Húsasmiðjan skil á virðisaukaskatti til ríkissjóðs.

Inniseríur, gervijólatré, jólaskraut á jólatréð og allar borvélar

Jóla-hlaðborð í Skútuvogi

Jóla-landið í Skútuvogi hefur glatt börn og fullorðna í áratugi

Jóla-sveinar skemmta, laugardag kl. 15-16 í Skútuvogi og á Akureyri kl. 15-16.

Jólahlaðborð Húsasmiðjunnar í Skútuvogi

KAFFI GARÐUR

Verð aðeins **2.480** kr.
Börn yngri en 10 ára **990** kr.
17-20 virka daga, 13-19 um helgar

Íslensk stafafura
150-200 cm

Gildir til 10. desember
6.990kr.
~~8.990~~kr.
Takmarkað magn

Beint frá bónda.
Sérræktuð jólatré fyrir Blómaval.

Húsasmiðjan og Blómaval ... frábær saman

husa.is

Árni Stefán Leifsson

Þvagfæraskurðlæknir
Sinnir stofurekstri í Læknahúsinu, Domus Medica, 6. hæð.

Tímapantarnir í s: 563 1060 eða á www.þvagfæraskurðlæknir.is

Jólaskeiðin 2017

Verslun Guðlaugs A. Magnússonar
Skólavörðustíg 10 | S. 562 5222
www.gam.is

LAUFABRAUÐ
eftir norðlenskri uppskrift

BJÖRNSBAKARÍ
Sími: 561 1433
www.bjornsbakari.is

mánudaga-föstudaga 7.30 -17.30
laugardaga 8.00 - 16.00
sunnudaga 9.00 - 16.00

Austurströnd 14 • Hringbraut 35
Fálkagata 18

PRENTUN.IS

Óttast að Aflið gleymist í asa við fjárlagagerðina

Verkefnastjóri Aflsins á Akureyri óttast að samtökin gleymist við gerð fjárlaga. Samtökunum hefur á síðustu tvennum fjárlögum verið bjargað fyrir horn í lok fjárlagagerðar. Nýr velferðarráðherra segir mikilvægt að hlúa að þessum málum.

AKUREYRI Líklegt er að í ár nýti metfjöldi einstaklinga sér þjónustu Aflsins á Akureyri, samtaka gegn kynferðis- og heimilisofbeldi á Norðurlandi. Skjólstæðingum hefur stöðugt fjölgað frá árinu 2011. Verkefnastjóri Aflsins er hræddur um að félagið gleymist í hasarnum við fjárlagagerð nýrrar ríkisstjórnar.

„Við erum örlítið á varðbergi núna. Síðustu tvö árin höfum við fengið framlög frá ríkinu. Hins vegar hefur því verið háttað þannig að okkur hefur verið ýtt yfir línuna í blálokin á fjárlagagerðinni. Nú er komin ný ríkisstjórn sem vinnur hlutina í miklum flýti og því óttumst við það versta en vonum að við gleymumst ekki í hasarnum,“ segir Hjalti Ómar Ágústsson, verkefnastjóri Aflsins. „Við vitum ekki á þessari stundu hvort við fáum framlög á næsta ári og því erum við að leita að fjármagni til að reka okkur. Það er mjög erfitt að vera í svona óvissu þegar áramót eru handan við hornið.“

Starfsemi Aflsins byggir á einkaviðtölum, hópavinnu og forvörnum. Hjalti segir fjölda skjólstæðinga Aflsins sýna vel hversu mikil þörf sé fyrir Aflið. „Hópurinn sem leitar til okkar stækkar sífellt. Við ræddum við fyrrverandi velferðarráðherra áður en stjórnin sprakk og vonandi er hægt að taka upp samtalið við Ásmund Einar eftir áramót,“ segir Hjalti Ómar.

„Ég man eftir þessu máli frá því ég var í fjárlagavinnunni. Ég er enn að setja mig inn í málaflokkana en ég get með vissu sagt að ég hugsa hlýlega til starfsemi Aflsins á Akureyri. Við þurfum síðan að skoða betur á næstu dögum hvernig unnið verður úr stöðunni,“ segir Ásmundur Einar Daðason, nýr ráðherra velferðarmála. **sveinn@frettabladid.is**

Hjalti Ómar Ágústsson, verkefnastjóri Aflsins.

Fjöldi viðtala Aflsins síðustu ár

2011	685
2012	748
2013	803
2014	980
2015	1.309
2016	1.217
2017	áætlaður yfir 1.330

Við þurfum að skoða betur á næstu dögum hvernig unnið verður úr stöðunni

Ásmundur Einar Daðason velferðarráðherra

RÉTT UNDIR SÓLINNI FERÐASAGA

HLÝJA, INNSÆI, AUÐMÝKT

„Hlýleg forvitni, fordómaleysi og góðlátlegur húmor einkenna Rétt undir sólinni.“
Árni Snævarr

„Allar góðar bækur eru ferðabækur. Þær fylgja okkur áfram eftir að lestri er lokið. Rétt undir sólinni er þannig bók. Skrifuð af innsæi, hlýju og auðmýkt.“
Margrét Marteinsdóttir

„Þótt ekki sé verkið langt og forðist öll gífuryrði, þá getur það vel stutt ímyndunaraflið, víkkað rörsýnir og frætt lesandann. ... Hvað framtakið varðar verður eingöngu sagt: „hut ab” – hattinn ofan.“
Ólafur Guðsteinn Kristjánsson, Starafugl

HLÝ OG FULL AF FRÓÐLEIK

FOLDA

RÚMFATA LAGERINN

HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

www.rfl.is

*Mikið úrval af **inni- og útiseríum** á frábæru verði!*

JÓLAGJAFIR

Í RÚMFATALAGERNUM

LED SERÍUR VERÐ FRÁ:

389

Öll barna-handklæði **25%** *afsláttur*

FULLT VERÐ: 1.995

1.495

BARNAHANDKLÆÐI Í MIKLU ÚRVAL!
Stærð: 70 x 140 sm.
Vnr. 2311300, 2313600, 2313700, 231300

KAUPTU FLEIRI OG SPARAÐU
STÆRÐIR: 40 x 60 sm. 70 x 140 sm.

VERÐ FRÁ:

99

KARLSTAD HANDKLÆÐI
Einstaklega vönduð og góð handklæði úr 100% bómullarfrotté.
Nokkrir litir. Þvottastykki 28 x 28 sm. **99**
Lítið handklæði 40 x 60 sm. 1 stk. **299** 6 stk. **1.100**
Gestahandklæði 50 x 100 sm. **595**
Baðhandklæði 70 x 140 sm. **995** 3 stk. **2.500**
Stórt handklæði 100 x 150 sm. **1.695**
Vnr. 2117200

40% *afsláttur*

PÚÐAR OG ÁBREIÐA
1. MORGANIT púði með áprentun 40 x 60 sm. **1.295** nú **769**
2. MORGANIT púði með áprentun 50 x 50 sm. **1.495** nú **897**
3. MORGANIT ábreiða 140 x 200 sm. **2.495** nú **1.497**
Vnr. 6052402, 6052502, 6052602

VERÐ NÚ FRÁ:

769

Öll sængurver **20-35%** *afsláttur*
Gildir til 10.12

Allar sængur **20%** *afsláttur*
Gildir til 10.12

DÝNA+FÆTUR 90 X 200 SM. 46.945
\+
SÆNG OG KODDI 9.995
\+
LAK 2.695
\+
SÆNGURVERASETT AÐ EIGIN VALI AÐ VERÐMÆTI 3.995

Sparið **19.090** *krónur*

PLUS B15+ HØIE UNIQUE SÆNG OG KODDI + KRONBORG TEYGJULAK + SÆNGURVER
Góð dýna með 205 pokagormum pr. m².
Með dýnunni fylgir 4 sm. þykk yfirdýna úr svampi. Slitsterkt og gott áklæði sem má þvo. St. 90 x 200 sm.
Vönduð thermosæng fyllt með 2 x 600 gr. af holtrefjum.
Gott teygjulak úr 100% bómul.
Sængurverasett að eigin vali að verðmæti **3.995**
Stærð: 140 x 200 sm. og 50 x 70 sm.
Vnr. 3341032, 4117000, 1031-3006, 1031-3008, 1416001, 3507801

ALLUR PAKKINN FULLT VERÐ: 63.630

44.540

Skipin Neptune og Poseidon eru bæði gamlir íslenskir togarar og í eigu fyrirtækisins Neptune á Akureyri. Framkvæmdastjórinn segir skipin vera í verkefnum við Bretlandseyjar þessa dagana.

Bankinn vill uppboð á tveimur skipum

Landsbankinn vill tvö rannsóknarskip Neptune á Akureyri á nauðungarsölu. Kröfur á fyrirtækið eru upp á 95 milljónir króna en framkvæmdastjórinn segir erlenda fjárfesta á leiðinni inn með nýtt hlutafé. Hafa sinnt botnrannsóknum fyrir vindmyllur og olíuleiðslur.

VIÐSKIPTI Landsbankinn fer fram á að tvö rannsóknarskip Neptune ehf. á Akureyri verði seld á nauðungaruppboði, upp í kröfur sem nema um 95 milljónum króna. Framkvæmdastjóri fyrirtækisins segir verkefnaskort hafa einkennt reksturinn síðustu ár en á von á nýju hlutafé og aukinni vinnu.

„Ytri aðstæður hafa verið ansi þungar síðustu þrjú árin eða svo vegna gengisbreytinga og lækkunar olíuverðs. Við erum búin að vera í mikilli endurskipulagningu síðustu tólf til sextán mánuði og lækkað kostnað. Við erum að fá inn nýtt hlutafé en það eru tafir á greiðslu þess en við vonum að það gangi upp á næstu dögum og þá verður þetta gert upp,“ segir Jón Ólafsson, framkvæmdastjóri Neptune.

Um er að ræða skipin Neptune EA 41 og Poseidon EA 303 sem bæði eru gamlir togarar sem var breytt í rannsóknarskip á árunum 2008 til 2010. Þegar Neptune var breytt var það stærsta verkefni Slippsins á Akureyri frá árinu 1993. Áhafnir þeirra hafa síðustu ár sinnt verkefnum við botnrannsóknir fyrir rússnesk, bresk og önnur erlend fyrirtæki sem reisa vindmyllur eða leggja olíuleiðslur. Skipin eru nú bundin við bryggju á Englandi, annað þeirra í Hull og hitt í Norwich.

„Skipin eru núna bæði í verkefnum við Bretlandseyjar í rannsóknarvinnu fyrir vindmyllugarða. Það eru erlendir aðilar sem eru að fjárfesta hjá okkur og það sýnir að það er bjart yfir rekstrinum. Við sjáum fram á góða verkefnastöðu á árinu 2018,“ segir Jón og vill ekki gefa upp hvaðan fjárfestarnir koma.

> **Skipin eru núna bæði í verkefnum við Bretlandseyjar í rannsóknarvinnu fyrir vindmyllugarða. Það eru erlendir aðilar sem eru að fjárfesta hjá okkur og það sýnir að það er bjart yfir rekstrinum.**
>
> Jón Ólafsson, framkvæmdastjóri Neptune

Neptune var rekið með 3,3 milljóna evra tapi árið 2015 samkvæmt nýjasta ársreikningi fyrirtækisins. Það er í dag í 85 prósenta eigu kýpverska félagsins Sea Investment Ltd. Að sögn Jóns mun félagið nánast alfarið verða í eigu erlendra fjárfesta þegar hlutafjáraukningunni lýkur. Magnús Þorsteinsson, fjárfestir og fyrrverandi hluthafi í eignarhaldsfélaginu Samson, var á árunum fyrir hrun skráður aðaleigandi fyrirtækisins. **haraldur@frettabladid.is**

Krakkabankinn

Jólagleði fyrir alla fjölskylduna

Það verður fjör í útibúi Íslandsbanka í Norðurturni fram að jólum

9. desember kl. 13:00
Þórarinn Eldjárn les fyrir börnin og jólasveinar bregða á leik

16. desember kl. 13:00
Pönnukakan hennar Grýlu – Brúðuleikrit um hinn sanna jólaanda

Aðgangur er ókeypis og allir velkomnir

440 4000
@islandsbanki
íslandsbanki.is

SMÁRALIND

JÓLASTEMNING ALLA HELGINA

LAUGARDAGUR
TRÚÐURINN WALLY KL. 13
KARLAKÓR REYKJAVÍKUR KL. 15

SUNNUDAGUR
ÆVINTÝRIÐ TÝNDU JÓLIN KL. 14
SÖNGHÓPURINN JÓLABJÖLLUR KL. 15

OPIÐ: VIRKA DAGA 11-19 FIMMTUDAGA 11-21 LAUGARDAGA 11-18 SUNNUDAGA 13-18 WWW.SMARALIND.IS FACEBOOK INSTAGRAM SNAPCHAT

Nýr búnaður fyrirbyggir meiðsli á sjó

Íslenskt sprotafyrirtæki hannar búnað sem fyrirbyggir meiðsli á fólki og skemmdir á skipum. Með honum er hægt að spá fyrir um högg vegna öldugangs og halda skráningu um aðgerðir skipstjóra. Búið er að prófa búnaðinn og sótt hefur verið um alþjóðlegt einkaleyfi.

NÝSKÖPUN Sprotafyrirtækið Hefring hefur sótt um einkaleyfi á byltingarkenndri tækni sem getur komið í veg fyrir meiðsli á fólki og skemmdir á búnaði um borð í bátum. Um er að ræða búnað sem nemur högg sem koma á skip vegna öldugangs; býr til spágildi og veitir skipstjóra leiðbeinandi upplýsingar um það sem fram undan er. Segja má að með óbeinum hætti mildi hann höggin og tjónið sem kann að hljótast af því þegar bátur skellur á úfnum sjó.

Viðskiptafræðingurinn Björn Jónsson er framkvæmdastjóri fyrirtækisins en að því standa þrír starfsmenn Rafnars ehf., fyrirtækis sem í rúman áratug hefur unnið að þróun, hönnun og smíði á bátum. Auk Björns eru það Karl Birgir Björnsson og Kári Logason sem að Hefringu standa, en nafnið merkir rísandi alda og á rætur í norrænni goðafræði.

Björn segir að hugmyndin hafi verið að gerjast í þeim undanfarin ár, enda hafi reglulega borist fréttir af slysum, jafnvel hryggbrotum, sem orðið hafa um borð í bátum á sjó. Nú sé vinnan komin á þann stað að búið sé að leggja inn einkaleyfisumsókn og hanna fyrstu frumtýpur.

Búnaðurinn virkar þannig að mælar í skrokki bátsins fylgjast með framgangi siglingarinnar og birta skipstjóranum leiðbeinandi upplýsingar um sjólag og líkur á því að komið sé að hættumörkum hvað varðar meiðsli vegna högga. Búnaðurinn safnar upplýsingunum þannig að hægt er að skoða hvernig sá sem stýrði skipinu brást við í aðstæðunum sem uppi voru. „Markmiðið með þessu er að draga úr tíðni og alvarleika slysa. Þá er þetta til þess fallið að draga úr álagi á vélbúnað báta,“ segir hann en til lengri tíma mætti þannig draga úr viðhaldskostnaði.

Fyrst um sinn er markmiðið að leggja áherslu á að hanna búnaðinn fyrir farþegabáta, enda séu slys í slíkum ferðum tíðari en ætla mætti. Hann segir að evrópskar rannsóknir sýni að innan við helmingur slysa um borð í bátum sé tilkynntur.

Björn segir að búið sé að prófa búnaðinn og að ljóst sé að hann virki. Hann gefi skipstjórnanda skýrar upplýsingar um það hvenær rétt sé að slá af. Tæknin verður kynnt næsta vor en Björn vonast til að hægt verði að koma á samstarfi, við háskóla, um þróun á búnaðinum. Tæknin verður kynnt Samgöngustofu, sjóslysanefnd, tryggingafélögum og rekstraraðilum báta á næstunni.

Björn bindur vonir við að á síðari stigum málsins, þegar alþjóðlegt einkaleyfi liggi fyrir, muni Hefring leita að fjárfestum til að starfa með. Hann segir að fyrirtækið sé lítið dæmi um hvernig nýsköpun getur sprottið af annarri nýsköpun, sem er Rafnar í þessu tilviki. Hann lofar Össur Kristinsson, eiganda Rafnars, og segir hann hafa skapað hvetjandi umhverfi fyrir sprotastarfsemi. Hann kallar jafnframt á að ný ríkisstjórn sinni nýsköpun og geri Ísland að ákjósanlegum stað fyrir starfsemi slíkra fyrirtækja.

Björn segir að viðtökurnar hafi verið góðar. „Öllum líst vel á þetta. Það er verið að taka á stóru vandamáli sem þessi slys eru,“ segir hann og bendir á að slysatíðni meðal starfsfólks í skipum í strandgæslu og öðrum greinum sé margföld á við slysatíðni meðal starfsfólks í landi. „Rafnar gæti dregið úr slysahættu með því að framleiða báta sem búnir eru þessum búnaði,“ segir hann. **baldurg@frettabladid.is**

Stofnendur Hefringar ehf. Frá vinstri: Kári Logason þróunarstjóri, Björn Jónsson framkvæmdastjóri og Karl Birgir Björnsson, sölu- og markaðsstjóri. Þeir ætla að leita eftir fjárfestum til að starfa með. MYND/ÞORSTEINN SIGURBJÖRNSSON

MLP The Movie Underwater

2.799 kr/pk

MLP Collectable Story

2.699 kr/pk

MLP Pony Friends

999 kr/pk

Meira gaman

MLP The Movie Seashell Lagoon

7.699 kr/pk

Gildir meðan birgðir endast.

MLP Huggable Plush

3.799 kr/stk

MLP Runway Fashion

1.699 kr/pk

MLP Pinky Pie

4.299 kr/pk

Einfalt
að skila og skipta

HAGKAUP *Meira* svona *alla daga*

Tilfærslan olía á eld hinna öfgasinnaðri

Öryggisráð Sameinuðu þjóðanna fordæmdi einhliða sendiráðstilflutning Donalds Trump á neyðarfundi. Íslendingur á Vesturbakkanum segir íbúa ekki munu gefast upp. Stjórnmálafræðingur óttast að ákvörðunin þrengi að hófsamari talsmönnum málstaðar Palestínu.

Sjúkraliðar hlúa að manni sem særðist á Gaza. Samkvæmt Rauða hálfmánanum særðust yfir 750 í gær. NORDIC PHOTOS/AFP

PALESTÍNA Í það minnsta einn Palestínumaður týndi lífi og hundruð særðust í átökum við ísraelska hermenn í gær. Palestínumenn mótmæltu í gær sendiráðstilfærslu Donalds Trump víðsvegar á Vesturbakkanum, á Gaza-ströndinni og á götum úti í austurhluta Jerúsalem.

Upphaflega hermdi palestínska heilbrigðisráðuneytið að tveir hefðu fallið í átökum en sú tala var síðar lækkuð um helming. Samkvæmt starfsfólki Rauða hálfmánans fengu rúmlega 750 manns aðstoð vegna meiðsla sem þeir hlutu í mótmælunum.

Öryggisráð Sameinuðu þjóðanna kom saman til neyðarfundar í gær eftir að átta þjóðir ráðsins kölluðu eftir fundi. Þar var ákvörðun forseta Bandaríkjanna, að færa sendiráð ríkisins í Ísrael frá Tel Aviv til Jerúsalem, fordæmd. Ákvörðun Trumps var algerlega einhliða og lét hann viðvaranir leiðtoga annarra ríkja, sem og samstarfsmanna sinna, sem vind um eyru þjóta.

„Tilfærslan mun ekki eiga sér stað á þessu ári og sennilega ekki á því næsta. Forsetinn er hins vegar mjög staðfastur í að færa sendiráðið til Jerúsalem um leið og færi gefst," segir Rex Tillerson, utanríkisráðherra Bandaríkjanna. Hann var meðal þeirra sem ráðlögðu forsetanum að hafa sendiráðið áfram í Tel Aviv.

Leiðtogi Hamas kallaði eftir því í fyrradag að íbúar Palestínu mótmæltu í borgum og bæjum ríkisins. Kallaði hann eftir nýju „intifada" en orðið er arabískt og þýðir uppreisn eða „að hrista einhvern af sér". Grjótkasti Palestínumanna var svarað með táragasi og gúmmíkúlum.

„Palestínumenn eru auðvitað reiðir og það eru mótmæli út um allan Vesturbakkann en lífið heldur auðvitað áfram hérna í Palestínu," segir Bryndís Silja Pálmadóttir, varaformaður Íslands-Palestínu.

Bryndís er stödd í borginni Nablus á Vesturbakkanum, rétt um 50 kílómetra norður af Jerúsalem. Þar hefur hún dvalið undanfarna tvo mánuði en fyrirhuguð heimkoma er í næstu viku. Þetta er í þriðja sinn sem hún dvelur í landinu en hún var þar einnig árin 2013 og 2014 en þá í hálft ár. Fyrst í þrjá mánuði en síðan í hálft ár.

„Þegar þú býrð undir hernámi þá heldur lífið bara áfram, næstum sama hvað. Og eins og allt hérna þá ætlar fólk ekki að gefast upp, það er þessi staðfesta sem maður finnur fyrir á hverjum degi. Þrátt fyrir vonbrigði á borð við yfirlýsingu Trumps, og auðvitað daglegt áreiti og ofbeldi sem fylgir hernámi og stækkandi landtökubyggðum, þá ætlar fólk ekki að gefast upp," segir Bryndís.

Hún segir þó að andrúmsloftið nú minni hana á stöðuna eins og hún var þegar Bryndís var þar árið 2014. Þá stóðu árásir Ísraelsmanna á Gaza-svæðinu sem hæst og þúsundir týndu lífi.

„Þá var auðvitað örvænting, mótmæli og mikil reiði út um allt. Ísraelski herinn svarar hins vegar öllu með meira ofbeldi, meiri vopnum. Hann nýtir hvert tækifæri til þess að beita hóprefsingum og auka veru sína hérna á Vesturbakkanum. Ég óttast að staðan nú gæti orðið til þess að sprengjum verði varpað á Gaza á nýjan leik," segir Bryndís.

„Það er ekki að sjá á Ísraelum að mikið hafi breyst frá því í fyrradag. Í Tel Aviv í dag var fólk rólegt og ekki aukinn viðbúnað að sjá," segir Silja Bára Ómarsdóttir, aðjúnkt í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands. Þegar Fréttablaðið náði tali af henni var hún stödd í Tel Aviv en gerði ráð fyrir að heimsækja Jerúsalem í dag.

„Kollegar mínir í akademíunni hér segja þó að þessi yfirlýsing geri þá órólega, því afleiðingarnar séu algjörlega ófyrirsjáanlegar. Viðbrögð þeirra eru því meira í takt við leiðtoga nágrannaríkjanna en viðbrögð Netanyahu, sem tók yfirlýsingunni fagnandi. Það sýnir auðvitað þennan gífurlega aðstöðumun sem er á þjóðunum tveimur, að Palestínumönnum finnst þeir ekki eiga annarra kosta völ en að mótmæla á götum úti, á meðan Ísraelar geta haldið áfram í hversdagsleikanum," segir Silja.

„Þessi yfirlýsing hefur í raun gert hófsömum talsmönnum málstaðar Palestínu erfiðara um vik og er sennilega ekkert nema olía á eld hinna öfgasinnaðri." johannoli@frettabladid.is

KEYRUM ÞETTA Í GANG!
JÓLARÝMINGARSALA TIL 15. DESEMBER
JÓLAVERÐ 3.500.000 kr.
Verð áður 3.850.000 kr.
Afsláttur 350.000 kr. + gjafakort
RENAULT KADJAR ZEN
1.5 dísil, sjálfskiptur, framhjóladrifinn
JÓLAVERÐ 1.990.000 kr.
Verð áður 2.190.000 kr.
Afsláttur 200.000 kr. + gjafakort
HYUNDAI i20 CLASSIC
1.2 bensín, beinskiptur
JÓLAVERÐ 4.890.000 kr.
Verð áður 5.290.000 kr.
Afsláttur 400.000 kr. + gjafakort
SUBARU FORESTER PREMIUM
2.0 bensín, fjórhjóladrifinn, sjálfskiptur
JÓLAVERÐ 5.490.000 kr.
Verð áður 5.990.000 kr.
Afsláttur 500.000 kr. + gjafakort
RENAULT KOLEOS ZEN
2.0 dísil, fjórhjóladrifinn, sjálfskiptur
Jólaverð á rýmingarsölunni gildir ekki með öðrum tilboðum eða afsláttum.
ENNEMM / SÍA / NM85446
GJAFAKORT
100.000 KR. GJAFAKORT
FYLGIR ÖLLUM NÝJUM BÍLUM!
Þeir sem kaupa nýjan bíl hjá BL fyrir 15. desember fá í kaupbæti 100.000 kr. gjafakort frá Íslandsbanka. Kortið má nota sem innborgun á nýja bílinn, upp í skemmtilega sumarferð eða til að láta langþráðan draum rætast.
OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16
GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400
Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622
Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533
Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070
IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080
BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L

SESTU Í DRAUMAS

NÝ OG BETRI VEFVERSLUN
www.husgagnahollin.is
ALLTAF OPIN

EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS AF
BORÐSTOFUSTÓLUM
HÆGINDASTÓLUM
ELDHÚSSTÓLUM
OG BARSTÓLUM
YFIR 500 GERÐIR

EKKI MISSA AF ÞESSU!

Reykjavík Bíldshöfði 20 — **10 – 18** virka daga, **11 – 17** laugardag, **13 – 17** sunnudag

Akureyri **Dalsbraut 1** — **10 – 18** virka daga, **11 – 17** laugardag, **13 – 17** sunnudag

Ísafjörður **Skeiði 1**

www.husgagnahollin.is 558 1100

TÓLINN UM JÓLIN

STÓLADAGAR

25%

afsláttur af ÖLLUM stólum*

* Gildir ekki af sérpöntunum.
Gildir 18. des. eða á meðan birgðir endast.

HÚSGAGNA HÖLLIN

Meirihluti Róhingja á flótta eru börn

1,2 milljónir Róhingja eru í flóttamannabúðum í Bangladess. 720 þúsund þeirra eru börn. Erna Kristín Blöndal fór og kynnti sér aðstæður barnanna. „Börnin eru í hræðilegu ástandi. Miklu verra en við héldum. Þau er kannski búin að labba í fimm daga, án matar og án vatns.“

Lovísa Arnardóttir
lovisaa@frettabladid.is

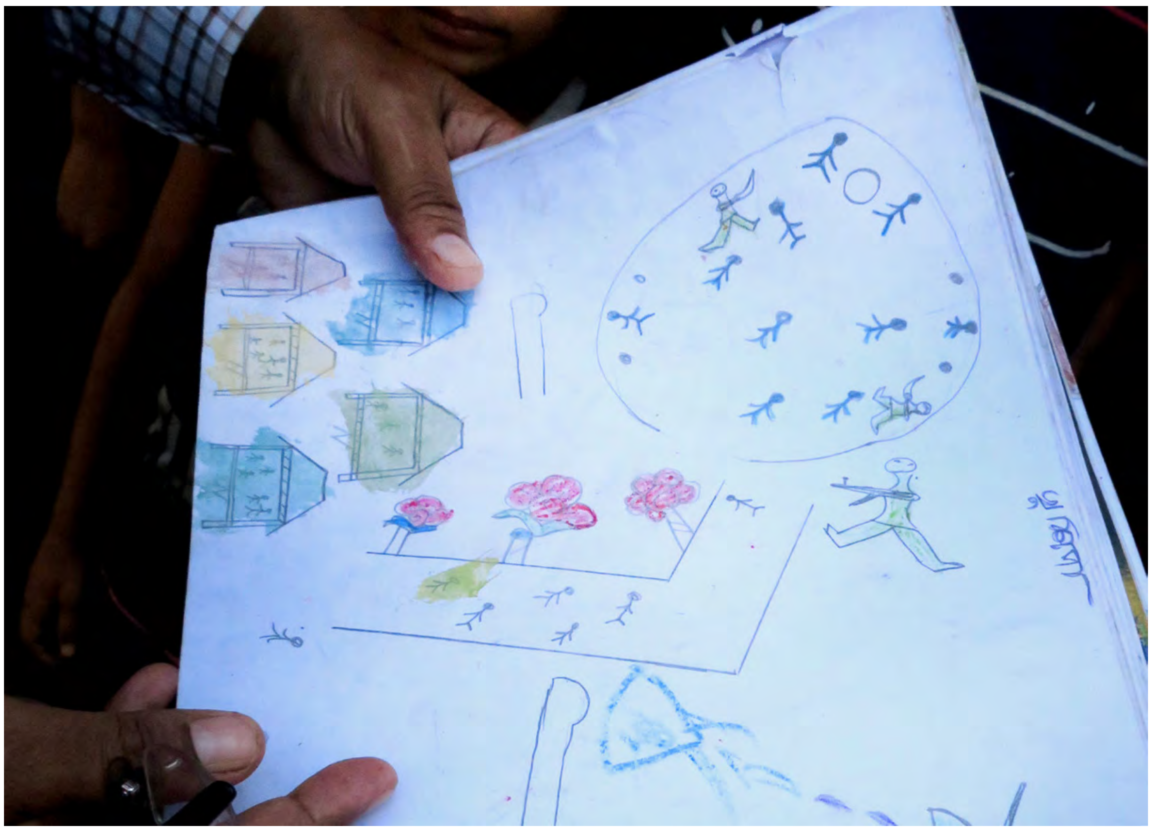
HJÁLPARSTARF „Börnin eru í hræðilegu ástandi. Miklu verra en við héldum. Þau eru kannski búin að labba í fimm daga án matar og án vatns. Þau eru kannski bara búin að vera að drekka vatn úr skítugum pollum.“ Þetta segir Erna Kristín Blöndal, framkvæmdastjóri Nordic Institute for Migration og stjórnarmaður hjá UNICEF á Íslandi. Hún fór til Bangladess til að kynna sér aðstæður Róhingja í flóttamannabúðunum þar. Flóttamannabúðirnar eru starfræktar af yfirvöldum í Bangladess, sem veita svo alþjóðlegum samtökum eins og UNICEF aðgang að þeim. Í Bangladess eru nokkrar flóttamannabúðir fyrir Róhingja en Erna heimsótti þær stærstu, Kutupalong-búðirnar í Cox's Bazar héraði. Hún fór þangað þann 27. nóvember og kom heim 3. desember.

Flóttinn yfir til Bangladess er erfiður og getur tekið allt að fimm dögum. Leiðin liggur í gegnum frumskóga og yfir fen og hæðir. Fyrir stutta fætur getur gangan tekið verulega á. „Mörg barnanna eru fylgdarlaus, að minnsta kosti 29 þúsund svo vitað sé. Og mörg, sem okkur finnst vera mjög ung, bera ábyrgð á og sjá um önnur börn, lítil systkini sín eða önnur. Alls staðar eru börn að hugsa um börn. Daginn sem við komum fréttum við af einum 8 ára sem hafði komið yfir landamærin með þrjú systkini sín, illa farinn og úrvinda,“ segir Erna Kristín.

Í búðunum er í byrjun reynt að sinna algerum grunnþörfum flóttamannanna, en mörg barnanna sem koma þangað eru alvarlega vannærð og þjást af miklum vítamínskorti. „Mjög mörg sem koma eru á alvarlegasta stigi vannæringar og þá eru þau að deyja úr til dæmis öndunarfærasjúkdómum. Ónæmiskerfið er svo veikt að þau ná ekki að berjast við neitt. Um leið og þau eru orðin vannærð þola þau illa alla erfiðleika,“ segir Erna Kristín. Sökum þess að þau hafa ekki haft aðgengi að heilbrigðisþjónustu í Mjanmar eru fæst börnin bólusett og því hefur UNICEF lagt mikla áherslu á að bólusetja öll börn gegn mislingum auk kóleru. Slíkir sjúkdómar eru líklegir til að geisa þegar fólk býr svo þröngt, deilir vatni og hreinlæti er af skornum skammti.

Flóttamenn sem komist hafa yfir landamærin til Bangladess hafa sagt frá grófu ofbeldi af hálfu hers og almennings í Mjanmar gegn sér. Þar eru framin fjöldamorð og hópnauðganir á konum og börnum. Erna segist hafa verið algerlega slegin yfir sögunum sem hún heyrði af nauðgunum, af því þegar fólk væri brennt lifandi og öðru ofbeldi. Slíkar sögur heyrði hún bæði frá fullorðnum og litlum börnum. „Ég tel að það eigi eftir að koma í ljós að ofbeldið sem hefur verið beitt í Mjanmar hefur verið miklu skipulagðara og alvarlegra en greint hefur verið frá í fjölmiðlum. Miðað við það sem við sáum í búðunum og sögurnar sem við heyrðum. Aðeins lítill hluti þeirra sem lifðu af eru karlmenn. Þeir virðast hafa verið teknir af lífi með skipulögðum hætti og það kom skýrt fram í sögum sem börnin sögðu okkur. Karlmönnunum, pöbbunum og stóru bræðrunum, var safnað saman og þeir myrtir,“ segir Erna Kristín.

Þann 2. október sendi UNICEF út alþjóðlegt neyðarákall fyrir nauðsynlegri mannúðaraðstoð fyrir börn sem flúið hafa til Bangladess og þau sem enn eru í Mjanmar. Samtals gerir UNICEF ráð fyrir að þurfa nærri 80 milljónir Bandaríkjadala, eða 838 milljónir íslenskra króna. Aðeins hefur náðst að fjármagna tæplega 35 prósent þess sem óskað er eftir. Hægt er að styðja neyðarsöfnun UNICEF á Íslandi með því að senda SMS-ið UNICEF í númerið 1900 en það kostar 1.500 krónur.



Hér má sjá mynd sem stúlka teiknaði á barnvænu svæði UNICEF. „Þetta eru karlarnir í þorpinu, þeim var raðað í hring inn í miðjuna, þar sem var fullt af hermönnum og svo voru þeir allir drepnir á meðan þau hlupu í burtu, krakkarnir. Hún bara teiknaði þessa mynd fyrir framan okkur. Hún er ekki farin að brosa aftur,“ segir Erna Kristín. MYND/ERNA KRISTÍN BLÖNDAL

UNICEF starfrækir svokölluð barnvæn svæði í flóttamannabúðunum þar sem börnin hafa aðgang að sálfélagslegri þjónustu. „Þessi svæði eru vernduð og aðeins börn hafa aðgang að þeim. Þar er reynt að koma börnum í skilning um að þau séu komin í skjól og orðin örugg, að það sé ekki hægt að beita þau ofbeldi lengur,“ segir Erna Kristín.

„Eins og alls staðar annars staðar fara konur á blæðingar í flóttamannabúðum og blæðir eftir barnsburð. Aðstæður eins og konurnar búa við í þessum búðum gera það ekki auðvelt. UNICEF er að vinna að verkefni sem á að efla ungar stúlkur og vinna í þeim málum sem varða konur og stúlkur sérstaklega.“

Mikilvægar tölur

- 1,2 milljónir Róhingja
- 720.000 þeirra eru börn
- 60% eru konur
- 10% eru annaðhvort óléttar eða með barn á brjósti
- 29.000 barna eru fylgdarlaus
- 21% barna þjáist af vannæringu
- Eitt klósett á hvert hundrað

NÝR FIESTA

Komdu, reynsluaktu og upplifðu geggjaðan Ford Fiesta!

Nýr Ford Fiesta hefur verið endurhannaður frá grunni með gjörbreyttum framenda, rennilegum framljósum og straumlínulaga línum eftir öllum bílnum. Opnaðu dyrnar á Fiesta og þú heillast af vandaðri innréttingunni. Einkenni Ford Fiesta eru ríkulegur staðalbúnaður, fimm stjörnu öryggi, hagstætt verð og lágur rekstrarkostnaður.

FORD FIESTA FÆST Í FJÓRUM ÚTGÁFUM

Fiesta Trend frá 2.250.000 kr.

Fiesta Trend Edition frá 2.390.000 kr.

Fiesta Titanium frá 2.650.000 kr.

Fiesta ST-Line frá 2.890.000 kr.

ford.is

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

FRÉTTABLAÐIÐ
SKOÐUN

Stundarsigur

Kristín Þorsteinsdóttir
kristin@frettabladid.is

Theresa May, forsætisráðherra Bretlands, átti ágætan dag í gær þegar tilkynnt var að samningar hefðu náðst milli Bretlands og Evrópusambandsins um tiltekna þætti er varða útgöngu Breta úr sambandinu – hið svokallaða Brexit. Þetta er nokkur nýlunda fyrir May sem hefur átt erfiða daga í starfi. Meira að segja sterlingspundið styrktist gagnvart helstu samanburðargjaldmiðlum, en það hefur iðulega veikst þegar May hefur tjáð sig opinberlega.

Samningar sem náðst hafa lúta að þeim þáttum Brexit sem hingað til hefur verið talið raunhæft að ná saman um. Samningaviðræður um efnahagslegt samband Evrópusambandsins og Bretlands eru enn ekki hafnar fyrir alvöru, og sama má segja um viðræður um öryggismál.

Stærstu ásteytingarsteinarnir sem nú hefur tekist að sneiða hjá voru hvort hörð landamæri þyrfti milli Írlands og Norður-Írlands og hversu háar fjárhæðir Bretland ætti að leggja til Evrópusambandsins meðan á aðlögunarferlinu að útgöngu stendur. Niðurstaðan liggur fyrir, engin landamæri verða á Írlandi og reikningur Breta verður tæplega 40 milljarðar punda. Einhugur virðist ríkja um að breskir borgarar og evrópskir haldi sínum réttindum óbreyttum á meðan á aðlögunarferlinu stendur.

Með öðrum orðum þá virðist samkomulagið snúast um að hlutirnir standi nokkurn veginn óhreyfðir frá því sem nú er. Landamærum á Írlandi verður ekki breytt, og sama gildir um gagnkvæm réttindi Breta og annarra íbúa Evrópusambandsríkjanna. Kannski er þetta fyrirboði um það sem koma skal. Bretar fari út úr Evrópusambandinu að nafninu til, en að öðru leyti verði farin sú leið að hrófla við sem fæstu.

Einhver kynni að spyrja: Hvers vegna í ósköpunum að hefja þessa vegferð ef áhersla breskra samningamanna virðist vera að halda sem flestu óbreyttu? Við þekkjum þá sögu, sambland af popúlisma og leiðtogaerjum í Íhaldsflokknum leiddi Breta í þessa stöðu. May stóð svo eftir með þann eitraða kaleik að leiða útgöngu Breta, og halda á sama tíma andliti heima við.

Þótt samkomulagið frá því í gær sé kannski stærsti sigur May í embætti, þá er þyrnum stráð leið fram undan. Bretar vilja auðvitað halda öllum þeim efnahagslega ávinningi sem fylgir verunni í Evrópusambandinu – þeir vilja ekki að tollmúrar rísi að nýju og að viðskiptahömlur taki aftur gildi. Afstaða Evrópusambandsins er hins vegar ósveigjanleg að þessu leyti – það verður ekki bæði sleppt og haldið. Bretar geta ekki notið ávinningsins án þess að taka ábyrgð á því sem til þarf að kosta.

Michael Barnier, aðalsamningamaður Evrópusambandsins, lét raunar hafa eftir sér að besta mögulega niðurstaðan fyrir Breta væri viðskiptasamningur á borð við þann sem gerður var við Kanada árið 2016. Ljóst er þó að í slíkum samningi fælist mikil afturför fyrir Breta.

Theresa May er því hvergi nærri komin í höfn, og ríkisstjórn hennar hefur ekki tekist að eyða grunsemdum um að betur sé heima setið en af stað farið. Tony Blair, fyrrverandi forsætisráðherra, er einn þeirra sem gert hafa það að markmiði sínu að stöðva útgöngu Breta úr Evrópusambandinu. Hætt er við að slíkar raddir verði háværari eftir því sem leikar fara að æsast.

> **Þótt samkomulagið frá því í gær sé kannski stærsti sigur May í embætti, þá er þyrnum stráð leið fram undan.**

ER KYNNING eða SÝNING Á NÆSTUNNI?
Banner-up standar í miklu úrvali!
PRENTUN | HÖNNUN | MERKINGAR | xprent.is
Xprent ehf - Sundaborg 1 - 104 Reykjavík - Sími 777-2700 - email:xprent@xprent.is

Gunnar

Mín skoðun
Guðmundur Steingrímsson

Er þetta ekki bara fínt?

Nýja ríkisstjórnin gerir mig svolítið ringlaðan í hausnum. Mér liggur við pólitísku aðsvifi. Fyrir viku sat ég í Silfrinu þar sem Björn Valur Gíslason og Ragnheiður Elín Árnadóttir voru saman í liði. Hvernig gerðist það? Af hverju missti ég?

Hin svokallaða Æ-er-þetta-ekki-bara-fínt-stjórnin er tekin við. Það er allur vindur úr fólki. Það er enginn að nenna þessu síðvæðingardóti og hvað það nú heitir allt saman. ESB. Krónan. Kvótinn. Landbúnaðarkerfið. Stjórnarskráin. Spillingin. Það er enginn að fara að rífast um þetta núna. Núna ætlum við aðeins bara að fá að hafa það svoldið kósí hérna í smástund á eyjunni okkar.

Snilldin ein

Ok, gerum það. En maður er samt ringlaður. Af hverju voru allir svona reiðir hér í næstum áratug? Var ekki verið að henda eggjum og brenna jeppa og hvaðeina? Hver er niðurstaðan af því öllu saman? Þetta blasir svona við mér: Sjálfstæðisflokkurinn stendur svo ótrúlega mikið uppi með pálmann í höndunum að maður getur eiginlega ekki annað en fórnað höndum og sett upp þann mesta WTF?! svip sem maður mögulega kann. Bjarni Ben er svo mikið brosandi á öllum myndum að hann er eiginlega hlæjandi. Hann bjóst ekki við þessu.

Hvílík snilld. Áttatíu prósent stuðningur við nýja ríkisstjórn og allir glaðir. Enginn að rífast. Vinstrið sundrað. ESB-sinnar í sárum. Og flokkurinn kominn með heilbrigðisvottorð frá sjálfri Kötu Jak.

Hugsað upphátt

Hvað getur farið úrskeiðis? Hvað getur gert það að verkum að þessi ríkisstjórn springur? Vissulega má ímynda sér hefðbundnar atburðarásir eins og að fjárlög standi ekki undir væntingum eða VG splundri sér í innanflokkserjum. Hér eru líka nokkrar kringumstæður sem gætu komið upp og leiddu kannski til atburðarásar sem felldi ríkisstjórnina. Nú er ég bara að ímynda mér eitthvað út í loftið: 1) Bjarni fattar að hann á hundrað milljónir á eyju sem hann var búinn að gleyma. 2) Pabbi hans Bjarna fær óvart afhent ríkisfyrirtæki. 3) Pabbi hans Bjarna reynist óvart flæktur í alþjóðlegt peningaþvætti. 4) Sigríður Andersen leynir smá upplýsingum. 5) Brynjar Níelsson segir eitthvað um konur. 6) Ásmundur Einar mætir í þingið með derhúfu merkta Kaupfélagi Skagfirðinga. 7) Ásmundur Einar fer í flugvél. 8) Jón Gunnarsson segir eitthvað um virkjanir. 9) Ási Friðriks segir eitthvað um útlendinga.

En allt er þetta mjög ólíklegt.

Ný staða

Ég er viss um að djúpt þenkjandi aðilar í flokkunum eru búnir að átta sig á því að eina leiðin til þess að þetta gangi er að vissir menn haldi aftur af sér í fjögur ár. Þeir verða beinlínis að haga sér eins og englabossar. Ekki segja múkk. Annars er þetta búið. Ég þori að veðja að það eru haldnir reglulegir fundir eins og í AA, einhvers staðar í bakhúsi, þar sem þessir menn er látnir sitja í hring, kreista litla gúmmíbolta og tala út um langanir sínar til þess að sleppa skrímslinu lausu. Bara smá.

Kannski tekst það. Þó svo þessi ríkisstjórn endurspegli ekki beinlínis mínar hugsjónir, þá óska ég henni velfarnaðar. Ef henni tekst að byggja upp innviðina, loksins, þá er það alla vega fínt.

En svo er það hitt sem mér finnst ekki síður áhugavert: Er sýnin um aðeins opnara þjóðfélag, annan, traustari gjaldmiðil, betri stjórnarskrá og alls kyns aðrar framsæknar umbætur dáin? Eða ætlar áhugafólk um þær hugsjónir, hin frjálslyndu öfl, að nýta tækifærið nú þegar íhaldsstjórn ræður ríkjum og endurskipuleggja sig? Væri það ekki sniðugt?

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is*, Kjartan Hreinn Njálssson *kjaranh@frettabladid.is*, Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@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 **FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík Sími: 512 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **ÞRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is*
MENNING: Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LÍFIÐ:** Guðný Hrönn Antonsdóttir *gudnyhronn@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Vilhelm Gunnarsson *villi@365.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

CITROËN

CITROËN **BERLINGO**

FJÖLHÆFUR SENDIBÍLL
Á FRÁBÆRU TILBOÐSVERÐI!

1.887.000 kr. án VSK.

200.000 kr. AFSLÁTTUR
Vetrardekk + sumardekk fylgja!

3JA MANNA VERK?

Berlingo er sparneytinn sendibíll með þremur framsætum

STUNDUM SKIPTIR LENGDIN MÁLI

Í Berlingo er topplúga og fellanleg öryggisgrind sem kemur sér afar vel þegar flytja á lengri hluti

VANTAR ÞIG AÐ BÆTA Á ÞIG KÍLÓUM?

Berlingo er fjölnota sendibíll með ríflegu hleðslurými og 850 kg burðargetu

MEIRA PLÁSS FYRIR ALLSKONAR

Berlingo er fjölnota sendibíll með stóru 3,3 rúmmetra, hleðslurými

KOMDU OG MÁTAÐU CITROËN BERLINGO Í DAG!

citroen.is

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 I Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050

brimborg
Öruggur staður til að vera á

» Manchester City hefur unnið 13 deildarleiki í röð og með sigri á morgun jafnar liðið met Arsenal frá 2002 yfir flesta sigurleiki í röð í ensku úrvalsdeildinni.

Lið fjandvinanna José Mourinho og Peps Guardiola mætast á Old Trafford í stærsta leik tímabilsins til þessa. Guardiola hefur haft betur í fleiri innbyrðisleikjum þeirra hingað til. NORDICPHOTOS/GETTY

Allt tímabilið er undir

Man.City getur náð 11 stiga forskoti á toppi ensku úrvalsdeildarinnar með sigri á United í borgarslagnum. Besta sóknin mætir bestu vörninni á Old Trafford.

FÓTBOLTI Þótt það sé bara komið fram í 16. umferð er ekki hægt að vanmeta mikilvægi Manchester-slagsins. Tímabilið er hreinlega undir hjá Manchester United. Lærisveinar Jose Mourinho verða að vinna til að halda lífi í titilvonum sínum. Ef Manchester City vinnur á Old Trafford nær liðið 11 stiga forskoti. Það eru til dæmi um lið sem hafa tapað niður álíka miklu forskoti en ekkert þeirra var eins sterkt og City-liðið er í dag.

Eftir að hafa rúllað yfir hvert liðið á fætur öðru hefur City þurft að hafa aðeins meira fyrir hlutunum í síðustu þremur deildarleikjum sem enduðu allir 2-1, Manchester-liðinu í vil. Öll þrjú sigurmörkin komu á 83. mínútu eða síðar.

Mikill sóknarþungi

Þótt sigrarnir hafi verið naumari en fyrr á tímabilinu hefur City verið miklu sterkari aðilinn í þessum leikjum. Í síðustu þremur leikjum hefur City t.a.m. átt samtals 64 skot að marki andstæðinganna. Strákarnir hans Peps Guardiola sækja, sækja og sækja meira og á endanum ber pressan árangur.

En ef eitthvert lið getur haldið City-sókninni í skefjum er það United sem hefur á að skipa bestu vörn og besta markverði deildarinnar. United hefur aðeins fengið á sig níu mörk og haldið níu sinnum hreinu í 15 deildarleikjum í vetur. Það veikir United þó mikið að Paul Pogba er í leikbanni og má ekki spila á morgun.

Ósigrandi á heimavelli

Old Trafford hefur verið óvinnandi vígi undanfarna mánuði. United jafnaði félagsmet þegar liðið vann CSKA Moskvu, 2-1, í Meistaradeild Evrópu á þriðjudaginn. United hefur nú leikið 40 heimaleiki í röð án þess að tapa.

Síðasta tap United á Old Trafford kom einmitt gegn nágrönnunum í City í september í fyrra. Síðan þá hefur United leikið 40 heimaleiki; unnið 29, gert 11 jafntefli, skorað 85 mörk og aðeins fengið á sig 17.

Það hefur ekki skipt City-menn neinu máli hvort þeir spila á heima- eða útivelli á þessu tímabili. Þeir vinna alla leiki. City hefur unnið 13 leiki í deildinni í röð og ef liðið vinnur á Old Trafford á morgun jafnar það met Arsenal frá 2002.

Án sigurs á þessari öld

Leikur Manchester-liðanna er ekki eini grannaslagurinn á dagskrá á morgun. Klukkan 14.15 verður flautað til leiks í leik Liverpool og Everton á Anfield. Þetta verður fyrsti Bítlaborgarslagurinn sem Gylfi Þór Sigurðsson tekur þátt í.

Tölfræðin er ekki með Everton í liði en liðið hefur ekki unnið á Anfield á þessari öld. Síðasti sigur Everton á Anfield kom í september 1999. Síðan þá hafa liðin mæst í 17 deildarleikjum á Anfield. Liverpool hefur unnið níu þeirra og átta sinnum hefur orðið jafntefli.

ingvithor@365.is

ENDURBÆTUR HAFNARFJARÐARVEGAR
FRÁ VÍFILSSTAÐAVEGI AÐ LYNGÁSI

Forkynning - íbúafundur

Skipulagsnefnd Garðabæjar hefur samþykkt að vísa tillögum að breytingum á deiliskipulagi svæða við Hafnarfjarðarveg til forkynningar. Um er að ræða kynningu í tengslum við fyrirhugaðar endurbætur á Hafnarfjarðarvegi á milli Vífilsstaðavegar og Lyngáss ásamt gatnamótum.

Tillögurnar eru aðgengilegar á vef Garðabæjar, gardabaer.is, frá 11. desember.

Hægt er að senda inn ábendingar um tillögurnar á netfangið gardabaer@gardabaer.is, fyrir 2. janúar 2018.

Boðað er til íbúafundar í Flataskóla, við Vífilsstaðaveg, **fimmtudaginn 14. desember kl. 17.15-19.00**. Þar verða tillögur kynntar og spurningum svarað.

GARÐABÆR
GARDABAER.IS

nettó

ALVÖRU JÓL
ENGINN SYKUR

JÓLALEIKUR
NETTÓ OG PEPSI MAX

KAUPTU KIPPU AF 4X2 L
PEPSI EÐA PEPSI MAX
OG ÞÚ GÆTIR UNNIÐ GJAFABRÉF Í NETTÓ FYRIR SÖMU UPPHÆÐ OG ÞÚ VERSLAÐIR Í ÞEIRRI FERÐ

75 HEPPNIR VIÐSKIPTAVINIR FÁ VINNING

DREGIÐ 23. DESEMBER

Þú kaupir kippu af 4x2 l Pepsi eða Pepsi Max, skrifar nafn, símanúmer og netfang aftan á kassakvittun og setur í Pepsikassann í Nettó.

Á Þorláksmessu fá 5 heppnir viðskiptavinir í hverri Nettó verslun gjafabréf í Nettó fyrir sömu upphæð og er á kassakvittuninni þinni.

pepsi MAX

Nýjast

Domino's-deild karla

Þór Þ. - Þór Ak. 99-62

Stigahæstir: DJ Balentine II 30/5 stoðs., Halldór Garðar Hermannsson 13/5 stoðs./7 stolnir, Emil Karel Einarsson 13, Davíð Arnar Ágústsson 11, Óli Ragnar Alexandersson 10/5 frák./6 stoðs. - Einar Ómar Eyjólfsson 14, Hreiðar Bjarki Vilhjálmsson 11.

Efri		Neðri	
Haukar	14	Stjarnan	10
KR	14	Grindavík	10
ÍR	14	Þór Þorl.	8
Tindastóll	14	Valur	8
Keflavík	12	Þór Ak.	4
Njarðvík	12	Höttur	0

Helgin

Laugardagur:

09.30 Dubai Ladies Golfstöðin
12.20 West Ham - Chelsea Sport
14.25 Frankfurt - Bayern Sport 2
14.25 Dortmund - Bremen Sport 3
14.55 QPR - Leeds Sport
15.10 Real Madrid - Sevilla Sport 4
17.20 Newcastle - Leicester Sport
18.30 QBE Shootout Golfstöðin

Sunnudagur:

11.50 S'oton - Arsenal Sport
14.05 Liverpool - Everton Sport
16.15 Man. Utd. - Man. City Sport
17.45 Grótta - Valur Sport 2
18.00 Panthers - Vikings Sport 3
18.00 QBE Shootout Golfstöðin
18.30 Messan Sport
19.40 Villarreal - Barcelona Sport 4
19.45 Grótta - ÍR Sport 2
21.25 Rams - Eagles Sport 3

Frumsýningar leikja

L 17.15 Tottenham - Stoke Sport 3
L 19.00 Burnley - Watford Sport 2
L 19.00 H'field. - Brighton Sport 3
L 19.00 Swansea - WBA Sport 4
L 20.40 C.Palace - B'mouth Sport 2

Olís-deild karla

S 15.00 ÍBV - Haukar
S 17.00 Fjölnir - Selfoss
S 19.30 Víkingur - Valur
S 20.00 Grótta - ÍR

Olís-deild kvenna

L 13.30 ÍBV - Selfoss
L 13.30 Stjarnan - Haukar
L 15.00 Fjölnir
S 18.00 Grótta - Valur

Maltbikar karla

S 16.00 Keflavík - Haukar

Maltbikar kvenna

S 13.45 Keflavík - KR
S 19.15 Snæfell - Valur
S 19.15 Njarðvík - Breiðablik
S 19.15 Skallagrímur - ÍR

29 leikja sigurgöngu lokið

HANDBOLTI Norska kvennalandsliðið var skotið niður á jörðina í gærkvöldi í lokaleik sínum í riðlakeppni HM í handbolta. Eftir fjóra stórsigra í röð tapaði Noregur með þremur mörkum fyrir Svíum, 28-31.

Sænsku stelpurnar tryggðu sér sigurinn í riðlinum með þessum sigri en sænska liðið byrjaði mótið á því að tapa fyrir Póllandi. Liðið hefur síðan unnið fjóra leiki í röð og þær sænsku fögnuðu vel í leikslok.

Stelpurnar hans Þóris Hergeirssonar voru búnar að vinna 29 leiki í röð eða alla leiki sína síðan í undanúrslitum á Ólympíuleikunum í Ríó í ágúst 2016. Það héldu margir að þær ætluðu bara að fara létt í gegnum mótið en annað kom á daginn.

Sænska liðið sýndi styrk sinn í og á sama skapi náðu norsku stelpurnar sér ekki á strik. Tapið þýðir að Noregur mætir Spáni í sextán liða úrslitum en það sem meira er að ef þær vinna þann leik þá þurfa þær líklega að spila við Rússland strax í átta liða úrslitunum. Rússar eru eina liðið sem hefur unnið alla leiki sína á mótinu. Sextán liða úrslitin hefjast á morgun. – óój

Nora Mörk og félagar eru ekki ósigrandi. FRÉTTABLAÐIÐ/NORDICPHOTOS/GETTY

Vill sjá Messi með 23 treyjur

FÓTBOLTI Lionel Messi og félagar í argentínska landsliðinu munu mæta því íslenska í fyrsta leik sínum á HM í Rússlandi næsta sumar. Erlendir fjölmiðlar hafa verið að tala við íslensku landsliðsmennina. Þar er Diego Jóhannesson engin undantekning. Hann var í viðtali í argentínska blaðinu Olé.

„Allir leikmenn íslenska liðsins vilja fá treyjuna hans Messi og ég er einn þeirra,“ sagði Diego Jóhannesson við Olé. „Hann mun líklega láta þann fá treyjuna sem spyr fyrst. Við ætlum nú ekki að rífast um hana en ég legg til að hann komi bara með 23 treyjur í leikinn,“ sagði Diego í léttum tón. „Við erum ánægðir með að fá tækifæri til að spila á móti honum því hann er sá besti í heimi,“ sagði Diego. – óój

FRÉTTABLAÐIÐ
HELGIN

Bræðurnir þrettán munu skola af sér skítinn í Jarðböðunum í Mývatnssveit í dag í frosti og kulda en spáð er hörkufrosti í dag. MYND/AGNES LEBEAUPIN

Skíturinn skolaður burt

Mývatnssveit er töfraland jólanna og í Dimmuborgum eru heimkynni jólasveinanna þrettán. Þeir fara einu sinni á ári í bað og mæta því hreinir og fagrir til byggða en prakkararnir í Dimmuborgum skola sig einmitt í dag.

Benedikt Bóas Hinriksson
benediktboas@frettabladid.is

Hið árlega jólabað jólasveinanna í Dimmuborgum, í Jarðböðunum í Mývatnssveit, verður á morgun og ætla þeir bræður að vera komnir ofan í ylvolgt lónið klukkan 16. Bræðurnir 13 eru nú misánægðir með þessa hefð og því um að gera fyrir Norðlendinga að mæta og taka þátt í fjörinu. Síðustu ár hafa verið lífleg ofan í lóninu með ærslagangi og fjöri.

Spáð er miklu frosti í Mývatnssveit í dag og mun sveitin því skarta sínu fegursta fyrir gesti og gangandi en mörgum þykir sveitin einmitt fallegust í vetrar- og frostskrúða.

Sveinarnir þrettán fara í bað einu sinni á ári og hefðin hefur verið hjá þeim að fara í kringum annan í aðventu, svona til þess að þeir mæti hreinir og fínir til byggða.

Áður en jólasveinarnir í Dimmuborgum halda í baðið munu þeir búa sig undir bæjarferðina með því að taka á móti gestum sveitarinnar á Hallarflötinni í heimaborgunum sínum frá 11.00. Þar munu þeir spjalla, syngja, segja sögur, fara í leiki og annað skemmtilegt. Jafnvel sýna heimili sitt og stundum eiga þeir eitthvað matarkyns til að bjóða upp á.

Dimmuborgir í Mývatnssveit

Dimmuborgir eru hraunborgir sem draga nafn sitt af þeim einstöku hraunmyndunum sem einkenna svæðið. Þar eru einnig heimkynni jólasveinanna. Jólasveinarnir hafa tekið upp þann sið að taka á móti börnum á öllum aldri á aðventunni í Dimmuborgum. Gera þeir það þannig að á ákveðnum tíma eru þeir við hellismunnann sinn og heilsa upp á börnin við stólinn sinn inni á Hallarflöt.

Talið er að Dimmuborgir hafi myndast í miklu eldgosi í Þrengslaborgum og Lúdentarborgum fyrir u.þ.b 2300 árum. U.þ.b. 200 árum fyrr varð Hverfjall til í kröftugu en skammvinnu þeytigosi. Aðeins er vitað um einn annan stað með sambærilegum hraunmyndunum en sá er á miklu dýpi í Atlantshafi.

Margir hafa lagt leið sína um Dimmuborgir í gegnum tíðina, þar sem klettar og drangar taka á sig óendanlegar kynjamyndir í bland við trjágróður og fölbreytta flóru. Segja má að Dimmuborgir breytist með árstíðunum og þar er ekki síður dulúðugt á haustin og veturna en á vorin og sumrin. Í Dimmuborgum er upplagt að gefa ímyndunaraflinu lausan tauminn og heimsækja veröld trölla og annarra vera í huliðsheimum.

Hvað á að gera um helgina?

ÁHRIFAVALDAR SELJA FÖTIN SÍN

Ég er að fara á fatamarkað sem ég er að halda ásamt vinkonum mínum, Gabrielu Líf og Karen Guðmunds. Við höfum fengið alla helstu áhrifavalda með okkur í lið og ætlum að selja föt og mun allur ágóðinn fara til styrktar Fjölskylduhjálp. Við fengum fullt af góðum fyrirtækjum til þess að vera með okkur í þessu, við verðum með veitingar og skemmtiatriði og ætlum að hafa ótrúlega gaman!

Thelma Dögg Guðmundsen áhrifavaldur.

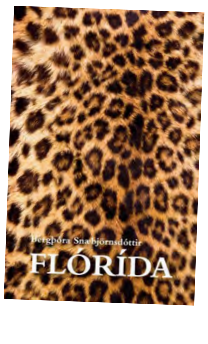
Egill Ástráðsson, framleiðandi hjá Les Frères Stefson.

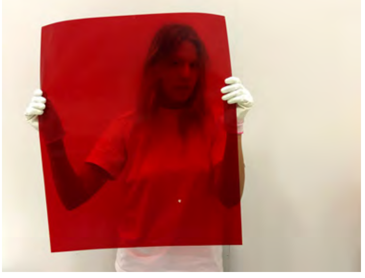
DJAMM Í VÆNDUM

Við erum búin að vera á fullu að prómótera nýja útgáfu listamannsins Flóna og verðum áfram um helgina. Þar sem hún er orðin vinsælasta músík landsins þá grunar mig að rosalegt djamm sé í vændum.

LESTU

Nýjasta ljóðabók Bergþóru Snæbjörnsdóttur, Flórída, hefur hlotið mikið lof og því er það algjör skylda hvers manningarsinnaðs Íslendings að taka sér smá tíma til að lesa bókina um helgina til að eiga kost á að taka þátt í samræðum við siðmenntað fólk á næstunni.





Elísabet Birta Sveinsdóttir listakona.

KÚR MEÐ HUNDUNUM

Í dag er ég að fara að sitja yfir jólabasar Ekkisens á Bergstaðastræti. Ég er með veggverk og skúlptúra þar til sölu. Ég ætla líka að vinna í vídeóverki sem ég stefni á að sýna á samsýningunni ‚borða hér, taka með'. Annars mun ég njóta helgarinnar í kúri með hundunum mínum.

Bobby Breiðholt hönnuður.

GJAFIR OG GLÁP

Ég ætla að byrja jólagjafainnkaupin. Eflaust í Gallerii Porti þar sem margir vinir mínir eru að selja list. Á laugardaginn ætla ég að fara á ljósmyndasýningu Berglaugar Garðarsdóttur í Ramskram og á sunnudaginn ætla ég að hitta fjölskyldu og vini í mat. Inn á milli ætla ég að reyna að ná smá glápi á þáttaröð 2 af Crown með minni heittelskuðu.

N.K. FÖSTUDAGUR, 15. DESEMBER 2017 MARKAR VATNASKIL!
ÞÁ MUNU HINIR STAÐFÖSTU HJARÐMENN HINS KOSMÍSKA KRAFTS
STUÐMENN
KYNNA
ASTRALTERTUKUBB
SEM BER SÆMDARHEITIÐ
ÁSGEIR ÓSKARSON
TAKMARKAÐ UPPLAG!
ASTRALTERTUKUBBURINN INNIBER 11 SPLUNKUNÝ LÖG SEM EKKI VERÐA FÁANLEG Á NETINU – EINUNGIS Á VÖLDUM STÖÐUM SEM KYNNTIR VERÐA Á HEIMASÍÐUNNI STUDMENN.IS UMRÆDDAN DAG.
FYLGIST GRANNT MEÐ. FYRSTUR KEMUR – FYRSTUR FÆR!

Niðurstaðan má ekki verða ritskoðun

Unnur Ösp Stefánsdóttir og **Björn Thors** afhjúpa sig á sviði í verkinu Brot úr hjónabandi. Þar leika þau hjón og mörkin á milli einkalífs og listar eru óljós. Á árinu eignuðust þau tvíbura. Unnur hélt að leikferlinum væri lokið.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Leikarahjónin Unnur Ösp Stefánsdóttir og Björn Thors eignuðust tvíbura á árinu. Því þurfti að gera hlé á sýningum á verkinu Brot úr hjónabandi sem hófust á síðasta ári og slógu í gegn. Nú hafa þau snúið aftur á leiksviðið í þessu verki þar sem samlíf hjóna er undir smásjánni.

Unnur og Björn eru nú foreldrar fjögurra barna. Elstur er Dagur tíu ára, þá Bryndís sem er orðin fimm ára og síðasta vor eignuðust þau tvíbura, þá Stefán og Björn. Þeir eru orðnir níu mánaða gamlir. Hjónin taka þá með sér á veitingastað við gömlu höfnina í Reykjavík og ætlunin er að nýta sér hádegislúrinn sem þeir eru vanir að taka sér til skrafs við blaðamann.

„Við fáum mjög mikla hjálp frá foreldrum okkar,“ segir Unnur. „Þegar ég vissi að ég ætti von á tvíburum þá hugsaði ég með mér: Jæja, ég fer ekkert aftur á svið. Nú er þetta búið. En nú er ég bara byrjuð að vinna og það gengur allt saman upp og gefur okkur meira að segja aukinn kraft og innblástur á heimilinu. En það er svolítið klikkað að koma beint úr fæðingarorlofi og skilja við manninn sinn oft í viku,“ segir Unnur frá og vísar í sýninguna og nefnir jafnframt að íslenskir listamenn veki furðu með sinni barnafjöld úti í heimi. „Við þykjum biluð hérna á Íslandi. Úti eiga leikarar og listamenn ekki svona mörg börn, fólk fær bara sjokk þegar það hittir íslenska listamenn. En hér heima virðist þetta ganga. Það er kannski af því að við búum í litlu samfélagi. Hjálpin er víða og nær.“

Töluðu við foreldra tvíbura

Þau segjast hafa tekið fæðingarorlofið alvarlega. Notið þess að vera með börnunum.

„Þetta hefur verið dásamlegur tími. Við förum í langt og gott fæðingarorlof. Foreldrar okkar hjálpa til, þau taka börnin til skiptis þegar við erum að sýna. Annars gengi þetta ekki upp,“ segir Björn. En forgangsröðunin er breytt. Hún breyttist strax með okkar fyrsta barni. Við erum auðvitað með fjögur börn sem öll eru undir tíu ára aldri. Það er að mörgu að huga. Maður má ekki smyrja sér þunnt. Öll börnin þurfa sína athygli,“ segir Björn um fjölskyldulífið.

Tvíburarnir eru ekkert á því að lúra. Finna líklega á sér að það er stuð í bæjarferð. Það er svolítið eins og að fylgjast með loftfimleikatriði að horfa á Unni og Björn handleika þá litlu. Þeir vilja sitja til skiptis hjá foreldrum sínum. Annar er rólegur og íhugull. Hinn er órari og hreyfir sig öllu kröftuglegar í fangi foreldra sinna.

„Það er svolítið tryllt að eiga tvíbura. Aldrei hefði okkar grunað þetta. Þetta er fáránlega skemmtilegt, þetta er tvöföld hamingja. Það eru svo margir sem vorkenna okkur og jafnvel votta okkur samúð sína,“ segir Unnur og hlær. „Við ræddum við ótal tvíburaforeldra til að undirbúa okkur,“ segir Björn frá. „Já, það var ágætis væntingastjórnun,“ segir Unnur. „Eitt foreldranna sagðist ekki muna eftir þremur eða fjórum árum úr lífi sínu,“ segir Björn. „Ég hélt mér hefði misheyrst. Mánuðum?“ spurði ég. „Nei, árum!“

„Og vinur okkar Benedikt Erlings sem á tvíbura, hann sagði bara: Ég samhryggist! Sem var nú sagt í mikilli kaldhæðni eins og honum einum er lagið,“ segir Unnur.

Forgangsröðunin er skýr

Unnur hefur verið í tökum á Ófærð 2 meðfram sýningum á Brotum úr hjónabandi og næsta þáttaröð af Föngum, hugarsmíð hennar og Nínu Daggar Filippusdóttur, er í vinnslu.

„Tökudagarnir mínir eru mest nálægt borginni og það er virkilega gaman að taka þátt í þessu verkefni. Það er mjög stórt í sniðum, Hollywood-bragur á þessu öllu saman. Gríðarlega mannmargt verkefni, við erum úti í vondu veðri, mikið fjör og svo er bara ótrúleg fagmennska í tökuliðinu og hjá öllum aðstandendum. Ragnar Bragason og Margrét Örnólfsdóttir eru svo að skrifa handritið að Föngum 2. Við Nína Dögg erum á hliðarlínunni að fylgjast með skrifunum. Það er skapandi og skemmtilegt. Við erum auðvitað með marga bolta á lofti. En forgangsröðunin er skýr hjá mér og Bjössa. Fjölskyldan og börnin eru númer eitt.“

Verkið olli skilnaðaröldu

Verkið Brot úr hjónabandi er byggt á einu þekktasta verki úr smiðju Ingmars Bergmans. Sjónvarpsþáttaröðinni „Scener ur ett äktenskap“. Verkið fjallaði um hjónabandsvanda fólks og var sýnt árið 1973. Það er karllægt. Það má segja að í verkinu hafi konur horfst í augu við sársaukafullt hlutskipti og óréttlæti og sýningar þáttanna ollu skilnaðaröldu í Svíþjóð.

Ólafur Egill Egilsson samdi úr efniviðnum nýja leikgerð. Færði verkið til nútímans í samvinnu við þau Unni og Björn. Í uppfærslunni er verið að leika sér að þeirri staðreynd að Unnur og Björn eru hjón. Að hugmyndinni að verkið gæti eins verið um þau. Það gefur sýningunni sérstakt gildi hvernig samspil þeirra úr einkalífinu smitar af sér í samleik þeirra á sviði.

Það þarf líkast til nokkurn kjark til þess að takast á við hlutverkin á þessum forsendum. Að nota einkalíf sitt sem efnivið í leiksýningu. Með því magnast spennan því mörkin færast til. Áhorfendur vita ekki alltaf hvenær Unnur og Björn setja á svið og hvenær þau fella grímuna. Inn í leiksýninguna fléttast í þokkabót myndskeið úr þeirra einkalífi með öðrum sem eru framleidd fyrir sýninguna. Plakatið sjálft fyrir leiksýninguna er stæling á þeirra eigin brúðkaupsmynd.

„Jæja, ég fer ekkert aftur á svið,“ hugsaði Unnur þegar hún vissi að hún ætti von á tvíburum. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Mörkin eru óljós á milli einkalífs og listar í verkinu Brot út hjónabandi.

> ÞAÐ ER SVOLÍTIÐ KLIKKAÐ AÐ KOMA BEINT ÚR FÆÐINGARORLOFI OG SKILJA VIÐ MANNINN SINN OFT Í VIKU.

Afhjúpa sig í listinni

„Ég sagði við Bjössa á síðustu sýningu: Það er rosaleg naflaskoðun í gangi í leikhúsinu. Leikur með mörk og markaleysi. Við erum að hleypa fólki í stofuna hjá okkur.“

„Þetta er viðkvæmt í faginu. Að setja eigin persónu í forgrunn,“ segir Björn. „En það er líka tíðarandinn. Það er ákveðið samtal sem á sér stað í samtímamenningu okkar, sem hefur orðið með tilkomu samfélagsmiðla, fjölmiðla. Við sjáum þetta í sjónvarpi, tónlist, bókmenntum. Listamenn taka í auknum mæli líf sitt og afhjúpa sig í listinni. Fjalla um sig sjálfa. Björk Guðmundsdóttir gerir þetta í tónlist sinni á áhrifaríkan hátt. Það er spennandi að taka þátt í þessari þróun. En upp að ákveðnum mörkum. Því það er stuttur vegur á milli þess að fjalla um líf sitt í samhengi og þess að gera það í sjálfhverfu, þetta er viðkvæmur línudans,“ segir hann.

„Verkið er ekki líf okkar. Þetta eru ekki orðin okkar. En samt göngum við ansi nærri okkur persónulega. Óli Egill leikstjóri lagði upp með afhjúpandi leikstíl, að búa sem minnst til, ekki sýna heldur vera. Við njótum þeirra forréttinda að vera á besta sviði landsins, litla sviðinu í Borgarleikhúsinu. Þar sem ekki þarf að beita þessari stórasviðstækni. Þá er hægt að vera organískur og eðlilegur. Nær kvikmyndaleiksforminu. Þá gefst einnig færið á að færa til mörkin, þannig að áhorfandinn ruglast í ríminu. Skynjar ekki vel hvenær maður er að fella grímuna, þegar það næst er það rafmagnað og spennandi,“ segir Unnur.

Fannst þeim einhvern tímann erfitt að vinna saman?

„Nei, alls ekki. Það er erfitt að vinna í leikhúsi sem er nærgöngull vettvangur ef það er ekki traust ➡

ENGIN BINDING
DESEMBER-
UPPBÓT!
BORGAÐU FYRIR JANÚAR
EN BYRJAÐU NÚNA
Þeir sem fá sér janúarkort hjá Reebok Fitness núna geta tekið forskot á sæluna og æft út desember í nýrri stöð okkar í Faxafeni, án þess að greiða sérstaklega fyrir það!
Sjö stöðvar · Þrjár sundlaugar · reebokfitness.is
Reebok
FITNESS
Brandenburg | SÍA

Unnur og Björn tóku fæðingarorlofinu alvarlega. Nú eru þau byrjuð að vinna aftur og njóta dyggrar aðstoðar foreldra sinna. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

eða fólk á ekki samleið. Rekst á. Þá verður allt erfitt. Óbærilega erfitt. Sem betur fer er það algjör undantekning að það gerist. Þá fara allir að hugsa um sjálfa sig," segir Unnur.

„En þetta er allt til staðar hjá okkur. Við höfum unnið saman í nokkrum verkefnum og það hefur alltaf verið frábær reynsla," segir Björn.

„Auðvitað er samt mikil áhætta fólgin í því að fara í svona aðgangshart og persónulegt verk. Það var samt aldrei spurning hvort við myndum treysta okkur í þetta," bætir Unnur við um samstarf þeirra hjóna.

Eins og stór fjölskylda

Verkið hefur flætt með lífi þeirra hjóna og reyndar atburðum í samfélaginu sjálfu. Unnur lék í verkinu þar til hún var orðin kasólétt. Við það myndaðist spenna á sviðinu. Og nú þegar #metoo byltingin er að ryðja sér til rúms í leikhúsinu og samfélaginu öllu skilar það sér í verkið.

„Það var bæði erfitt og gefandi að leika í verkinu á meðan ég var ólétt að tvíburunum. Sýningin var einhvern veginn á fleiri lögum og dramatíkin dínamískari," segir Unnur en áhorfendur voru á sætisbrúninni í vissum senum verksins þegar hún var ólétt og enn dómharðari á Björn í verkinu. Brestir hans nánast flóðlýstir. Og það gerist aftur nú þegar #metoo byltingin skekur samfélagið og þá sérstaklega leikhúsið.

„Við áttuðum okkur á því í þessari #metoo umræðu að við erum kannski svolítið vernduð þar sem við höfum verið par í gegnum öll okkar störf. Ég hef verið í sambandi með Bjössa frá því ég var í menntaskóla. Í gegnum allan leiklistarskólann og svo í starfi," segir Unnur frá. „Mér hefur fundist sjúklega áhugavert að kanna viðbrögð mín og minna nánustu við #metoo byltingunni. Auðvitað fer maður í smá vörn fyrst. Fær sjokk. Og reynir að minna sig á það góða. Að þetta sé öruggasti vinnustaður í heimi, þar sem er traust, hlýja og mikil vinátta. Leiklistarheimurinn er eins og stór fjölskylda. Ég sagði við Bjössa að ég hefði náttúrulega aldrei lent í neinu. Þá sagði hann. Bíddu, bíddu og fór að telja upp ótal atvik sem ég hafði sagt honum frá. Ég brást enn við í vörn og sagði; já en það skiptir engu máli, því það hafði engin áhrif á mig.

Nánd og hlýja er hluti af starfinu og gerir að það verkum að þetta er öðruvísi starf en flest önnur. Við erum alltaf að snertast, taka utan um hvert annað, kynnast náið, horfast í augu. Ef ég er að leika eitthvert hlutverk, tökum sem dæmi hlutverk Nóru í Dúkkuheimilinu, þá byrja ég að tengjast mótleikurum mínum um leið og ég stíg inn í leikhúsið. Maður byrjar að mynda þessi tengsl, gera mótleikarann að manninum mínum. Þetta gerum við til að kemestrían verði rafmögnuð á sviðinu, trúverðug fyrir áhorfendur. Það gerist ekki af sjálfu sér, við vinnum í því, meðvitað og ómeðvitað. Svo verðum við að geta aftengst þegar við förum heim. Við erum alltaf í þessum línudansi, að þenja þessi mörk. Og viljum ekki vera í vopnahléi, á of öruggum stað. Það lærðum við í leiklistarnámi okkar, þetta þarf allt að vera upp á líf og dauða. Við viljum að listin sé spennandi og maður þarf að geta afhjúpað sig, farið inn í kvikuna. Nekt er aukaatriði, það eru tilfinningatengslin sem eru flókin og hin stóra áskorun. Þess vegna er pínu skrítið að allt í einu snýst samfélagsumræðan um að við þurfum að setja skýr mörk, fara ekki yfir línu hvert annars. Ég held að lykilatriðið í leikhúsinu og kvikmyndunum sé að allir aðilar séu með línuna á hreinu, það verður að ríkja fullkomið traust, þá er þetta ekki svona flókið. Við verðum að geta átt samtal um þetta allt saman," segir Unnur.

> ÉG HEF VERIÐ Í SAMBANDI MEÐ BJÖSSA FRÁ ÞVÍ ÉG VAR Í MENNTA-SKÓLA.
>
> Unnur

„En svo þegar maður fór að hugsa um þessa rótgrónu kynjamenningu kom áfallið. Smám saman. Varnirnar fóru að bresta og maður fór að sjá þetta skýrar. Þetta er misalvarlegt en þessi kvenfyrirlitning er enn til staðar og á engan hátt bundin við leikhúsið. Þetta er alls staðar og er samfélagsmein sem þarf að uppræta. Ég finn fyrir því að vera hrædd við að fara inn í þetta samtal því það er svo erfitt og afhjúpandi. Erfiðast finnst mér að lesa sögur af ungum konum sem verða fyrir áreitni í námi."

Vön því að kryfja þung mál

„Fáir af mínum jafnöldrum kannast við að hafa gengið í gegnum svipað í listnámi og ný kynslóð er að gera upp í þessari byltingu," segir Björn. „Mér finnst erfitt að heyra um þetta, það má ekki bregðast ungu fólki í námi. Það á alls ekki að ganga út á að brjóta niður fólk í námi. Í mínu listnámi voru margir kennarar að ýta við okkur. Ögra okkur. Senda til manns sendingar. Metnaðurinn var að sprengja rammann, opna tilfinningarófið til að geta sýnt það á sviði. En svo les maður þessar sögur og það virðist vera upplifun margra stelpna að unnið sé á einhverjum einum tóni. Einhvers staðar fer skólinn út af sporinu."

Unnur tekur undir. „Það verður að ræða þetta. Það er hætt við því að vald og trúnaðartraust sé misnotað. Það þarf að uppræta ákveðinn hugsanagang og ofbeldi. Það mun koma margt gott út úr þessari byltingu, Nú eru til dæmis að fara af stað skýrari verkferlar varðandi þessi mál í leikhúsinu og skólunum. En það sem má ekki gerast er að við verðum púrítönsk. Skáldskapurinn þarf að vera vettvangur til þess að kanna mörk. Það er hlutverk listarinnar að kanna mörk okkar í tilfinningum. Í hjónabandi. Utan þess. Leikarar og listamenn eiga að rannsaka mörk og finna samfélagstenginguna í því samhengi. Þess vegna held ég að það sé brilljant að þetta sé allt að springa út í einu opnu heimssamtali. Trylltir tímar sem við lifum," segir Unnur.

„Já, við erum vön því að kryfja þung mál í leikhúsinu, eigum samtöl um sorg, ást, misnotkun, ofbeldi. Þessa stóru bagga sem við berum saman. Við erum stöðugt að vinna í þessu innan listarinnar. Það er svo mikilvægt að niðurstaðan verði ekki ritskoðun eða að það megi ekki gera ákveðnar senur í leikhúsinu," segir Björn. „Enda snýst þetta ekki um það. Það er svo mikilvægt að þetta verði ekki niðurstaðan. Ég hef núna upp á síðkastið lent nokkrum sinnum í því að fólk, oftast eldri konur, segir við mig: Jæja, nú er erfitt fyrir ykkur karlana. þetta er sagt í svona vorkunnartóni. Okkur er bara enginn vorkunn," leggur Björn áherslu á. „Ofbeldi er ofbeldi. Það er engum vorkunn að því að kunna eðlileg mannleg samskipti og sýna virðingu. Þú veist hvenær þú ferð yfir mörkin. Ef þú ætlar að halda því fram að þú þekkir ekki mörkin, þá ertu bara í einhverjum biluðum leik. Ég er ekkert að barma mér neitt. Þessi bylting er geðveik og löngu tímabær."

Finnur fyrir mótstöðu

Björn finnur fyrir því á sýningunum hvernig áhorfendur skynja persónu hans öðruvísi eftir #metoo byltinguna. „Karakterinn minn er fulltrúi vissrar karlmennsku. Er karlpungur á köflum og veður uppi. Það er meiri mótstaða núna. Það er hlegið aðeins hærra, en það er broddur í því. Þetta verður allt saman svo miklu fáránlegra. Fólk sér sig í þessum aðstæðum og horfist í augu við sjálft sig og kringumstæður sínar."

„Þetta kallast á við verkið, finnst okkur. Þetta er krefjandi samtal. Uppgjör og það er á okkar allra ábyrgð að gera upp kynjamenninguna," segir Unnur.

„Maður finnur að fólk alls staðar í samfélaginu er af vilja gert, það er að skoða eigin mörk og annarra," segir Björn.

Unnur segist vona að konur hætti að leiða hjá sér kvenfyrirlitningu og áreitni sem þær verða fyrir. „Hættum að hlæja að klámbröndurum af meðvirkni. Leiðum ekki hjá okkur þegar það er farið yfir mörkin okkar. Ég er mjög viðkvæm fyrir fórnarlambsvæðingu kvenna, ég vil frekar berjast. Vil að konur gefi sér pláss til að vera aðgangsharðar og já, „erfiðar"!"

> OFBELDI ER OFBELDI. ÞAÐ ER ENGUM VORKUNN AÐ ÞVÍ AÐ KUNNA EÐLILEG MANNLEG SAMSKIPTI OG SÝNA VIRÐINGU. ÞÚ VEIST HVENÆR ÞÚ FERÐ YFIR MÖRKIN.

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10–18 | Um helgar 11–17 | **www.forlagid.is**

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Biðja um meiri vinnu í fangelsin

Fangelsismálastofnun auglýsir eftir atvinnu fyrir fanga á Hólmsheiði. Alls konar starfsemi er á Litla-Hrauni og hugmyndirnar skortir ekki. Þó eru ljón í veginum. Forstöðumenn vilja fleira starfsfólk. Fangarnir biðja um hærri laun.

Aðalheiður Ámundadóttir
adalheidur@frettabladid.is

Hversdagslegur blær er yfir Litla-Hrauni þegar blaðamann og ljósmyndara Fréttablaðsins ber að garði á þriðjudagsmorgni í byrjun desember. Kennslustjórinn Gylfi Þorkelsson kemur í hús á sama tíma. Kennsla er að hefjast, en sjö fangar stunda nám á Litla-Hrauni. Við bíðum eftir Halldóri Vali Pálssyni forstöðumanni sem ætlar að sýna okkur atvinnustarfsemina í fangelsinu og röbbum við fangavörð í móttökuhúsinu á meðan við bíðum. Hann segir okkur að fangahópurinn á Litla-Hrauni hafi breyst töluvert á undanförnum árum með þróun í fangelsismálum og opnum úrræðum eins og á Sogni og Kvíabryggju. „Það fylgir því að erfiðasti hópurinn verður eftir hjá okkur. „Strákarnir okkar“ kallar hann þá rétt eins og um landsliðið í handbolta sé að ræða og segir þá vera á öllum aldri allt frá tvítugu og upp undir sjötugt.

Halldór kemur og við röltum af stað. Þegar við komum inn í port hittum við fyrir tvo vörpulega fanga. Annar þeirra heilsar fangelsisstjóranum kumpánlega og minnir á dýnuna sem hann týndi á Sogni. Halldór lofar að kanna málið.

Við erum komin á Litla-Hraun til að forvitnast um atvinnustarfsemi í fangelsum en Fangelsismálastofnun auglýsti á dögunum eftir fleiri verkefnum í fangelsin, einkum fyrir fanga á Hólmsheiði. Þar ætlum við að koma við á leið í bæinn að austan.

Við byrjum á númeraplötunum en á Litla-Hrauni hefur verið unnið við gerð bílnúmera í áraraðir. „Það er búin að vera mikil aukning í númeraplötunum á þessu ári sem helst í hendur við aukinn innflutning á bílum. Gamla metið var frá 2007, einhverjar 70 þúsund plötur, en við slógum það fyrir nokkrum vikum,“ segir Halldór. Starfsmennirnir í númeraplötunum vilja ekki veita viðtal en óska eftir að koma því á framfæri að launin séu ekki boðleg. „Við vinnum fyrir fjögur hundruð kall á tímann,“ segir annar þeirra. Halldór leiðréttir hann með frammíkalli. Þóknunin er 415 krónur.

Við komum við í þvottahúsinu á leiðinni í skemmuna sem hýsir langtímaverkefni frá Íslenska gámafélaginu. Í þvottahúsinu ganga þvottavélarnar allan daginn og menn grípa í tafl meðan beðið er eftir að vélarnar klári að vinda. Halldór segir okkur að auk verkefna sem koma að utan, séu alltaf nokkur stöðugildi í vinnutengdri starfsemi fangelsisins; þvottar, þrif, snjómokstur, garðsláttur og þess háttar. Svo eru einn til tveir sem vinna í verslunninni Rimlakjör sem rekin er á Litla-Hrauni.

„Það er bara mjög einstaklingsbundið,“ svarar Halldór aðspurður um vinsælustu störfin. „Sumir hafa mestan áhuga á númeraplötunum svo eru margir sem vilja komast í útistörfin á sumrin, garðslátt og þess háttar.“

Íslenska gámafélagið hefur sent fangelsinu raftæki til niðurrifs um nokkurra ára skeið. Varan verður verðmætari þegar búið er að rífa tækin í sundur og flokka þau í gler, plast, málm og svo framvegis. Í skemmunni eru einungis útlendir fangar að störfum. Verkstjórinn er á þeirri skoðun að Pólverjar séu dugleg-

Þessir leikfangabílar eru afrakstur samstarfsverkefnis Listaháskóla Íslands og fangelsisins að Litla-Hrauni. Á námskeiði nemenda í hönnun fyrir staðbundna framleiðslu fengu nemar hugmyndir sem fóru til framleiðslu í fangelsinu.

Íslenska gámafélagið hefur haft samstarf við Litla-Hraun um árabil. Pólsku fangarnir þykja langduglegastir í brotajárninu og reyndar flestu öðru.

» **FRAMBOÐ AF VINNU ER MJÖG MISJAFNT Í FANGELSUM LANDSINS. SEM STENDUR VANTAR VINNU FYRIR FANGA Í FANGELSINU HÓLMSHEIÐI. FANGAR Í FANGELSINU GETA UNNIÐ FJÖLBREYTTA VINNU, EINFALDA SEM FLÓKNA.**

ustu menn sem unnið hafi á Hrauninu. Verkkunnátta þeirra sé betri en gengur og gerist.

Vinnutíminn í fangelsunum er yfirleitt frá níu til tólf og eitt til þrjú. „Oftast er unnið í fimm tíma á dag, þannig að þetta eru svona 25 til 30 tímar á viku,“ segir Halldór. Hann vísar í reglugerð ráðherra um þóknun fyrir nám og starf fanga. „Það er miðað við að nám og önnur vinna fanga fari að jafnaði ekki yfir 40 stundir á viku. Þetta er fyrst og fremst sett inn fyrir okkur til að við dreifum álaginu milli fanga eins og mögulegt er, þannig að við drekkjum þeim ekki sem eru duglegastir og látum aðra detta í aðgerðarleysi,“ segir Halldór.

Hann segir í kringum 70 prósent fanga á Litla-Hrauni mæta til vinnu eða náms að jafnaði. Um það bil 10 prósent séu óvinnufærir vegna and-

SIEMENS
Þvottavél

WM 14W768DN, iQ700

Vindur upp í 1400 sn./mín.
Kolalaus, hljóðlátur og sparneytinn mótor með 10 ára ábyrgð.
Nýjung: „sensoFresh"-kerfi.

Jólaverð:
119.900 kr.
Fullt verð: 154.900 kr.

BOSCH
Þvottavél

WAN 2828SSN, Serie 4

Vindur upp í 1400 sn./mín. Kolalaus, hljóðlátur og sparneytinn mótor með 10 ára ábyrgð.

Jólaverð:
87.900 kr.
Fullt verð: 109.900 kr.

Profi Cook
Eldhúsvog

BOPR KW 1061

Vigtar allt að 5 kg (nákvæmni upp á 1 g).

Jólaverð:
1.900 kr.
Fullt verð: 2.500 kr.

Profi Cook
Hitajafnari

Sous-Vide

Hráefni eldað við stöðugan hita í lofttæmdum umbúðum í vatnsbaði. Tækið er einfalt í notkun og nákvæmt. Sérstök kerfi: Jógúrtgerð. Haldið heitu. Affrysting.

Jólaverð:
14.900 kr.
Fullt verð: 19.900 kr.

BOSCH
Brauðrist

TAT 6A111

1090 W. Rafeindaskynjari tryggir jafna ristun. Þíðingaraðgerð.

Jólaverð:
5.900 kr.
Fullt verð: 7.900 kr.

Johanna
Borðlampi

18324-20
18332-20-01

Hæð (minni gerð): 30 sm.
Hæð (stærri gerð): 34 sm.

Jólaverð (minni gerð):
3.500 kr.
Fullt verð: 4.900 kr.

Jólaverð (stærri gerð):
4.500 kr.
Fullt verð: 6.500 kr.

SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

Fangelsismálastofnun auglýsir eftir fjölbreyttri vinnu á Hólmsheiði.

Konur og karlar vinna saman við ýmis pökkunarverkefni á Hólmsheiði. Samstarfið er yfirleitt farsælt segja verðirnir.

legs eða líkamlegs ástands og 20 prósent hafi ýmist ekki áhuga á að vinna eða hafi enn ekki fengið vinnu.

„En þetta er síbreytilegt. Sumar vikur koma kannski þrír til fjórir fangar til okkar og kannski er enga vinnu að fá fyrstu vikuna og næstu vikuna komast kannski tveir þeirra í vinnu og þannig mjatlast þetta svona inn hjá okkur,“ segir Halldór.

Þegar við röltum yfir á trésmíðaverkstæðið spyrjum við Halldór hver séu draumaverkefnin fyrir fangelsið.

„Best er að fá verkefni sem væru ekki unnin nema af því að þau koma til okkar,“ segir Halldór. „Til dæmis verkefni með einhvern samfélagslegan tilgang eins og endurnýtingu eða endurvinnslu þar sem er svona samfélagslegur ávinningur af. Það er mjög skemmtilegt að geta verið í slíkum verkefnum,“ segir Halldór og bendir á að kostur slíkra verkefna fyrir fangelsin sé að þau megi vinna á lengri tíma án tímapressu. „Þetta eru verkefni sem eru í rauninni háð frumkvæði utan úr samfélaginu. Eitthvað sem menn eru að gera inni á vinnustöðum og finnst sárt að horfa upp á einhverja sóun til dæmis. Þá viljum við láta hugsa til okkar,“ segir Halldór.

„Einu sinni duttu okkur til dæmis í hug öll óskilahjólin sem lögreglan safnar saman, að við gætum tekið við þeim, lagað þau og selt svo á hærra verði og ágóðinn færi þá í einhver svona jákvæð útgjöld einhvers staðar.“ Halldór bendir þó á þann vanda að svona verkefni krefjist þess að farmi sé ekið austur til þeirra auk þess sem þau krefjist þess að fangelsið hafi gott geymslupláss.

Halldór segir okkur einnig frá vefsíðu sem er í vinnslu; sölusíðu fyrir ýmsan varning sem unninn er í fangelsunum. Halldór hefur miklar væntingar til síðunnar og bendir á að ný verkefni gætu beinlínis orðið til í kringum síðuna. „Við fengjum kannski fanga til okkar sem er laghentur og með einhverja góða hugmynd eins og þennan litla bíl til dæmis og svo færi bara að rigna inn fyrirspurnum um þennan bíl og þá værum við komin með litla leikfangaverslun,“ segir Halldór um bíl sem starfsmaður á trésmíðaverkstæðinu sýnir okkur. Bíllinn var hannaður af nema við Listaháskóla Íslands.

Meðal þess sem fangarnir framleiða eru garðbekkir sem hafa rokselst hingað og þangað til vegasjoppa og annarra fyrirtækja og stofnana. Halldór segir vefsíðuna sem er í vinnslu algert lykilatriði í þessu og virðist spenntur að taka hana í gagnið. „Hún getur auðvitað líka skapað sjálfstæða vinnu fyrir fanga til dæmis við að útbúa sendingar, pakka inn og þess háttar tengd störf.“ Halldór segir undirbúning vefverslunar fanga langt kominn. „Vefsíðan er í vinnslu og við erum að leysa tæknileg atriði eins og reikningakerfi og slíkt. Þannig að hún er bara á þröskuldinum.“

Önnur framleiðsluvara á Litla-Hrauni eru jólaskilti sem sveitarfélög í nágrenni fangelsisins hafa keypt. „Svo hafa einhverjir einstaklingar líka séð þetta og rakið sig með það hingað og komið og keypt nokkra kalla,“ segir Halldór.

Jólaskiltin sem framleidd eru á Litla-Hrauni.

Halldór segir að greiðslur fyrir verkefni, sem utanaðkomandi aðilar kaupa, fari í þóknanir fanganna og annan kostnað af atvinnustarfseminni; tæki, verkfæri efniskostnað og þess háttar.

Svipaða sögu er að segja um bónstöðina á Litla-Hrauni. Viðskiptavinir bónstöðvarinnar eru helst fólk úr nágrenninu; ekki síst eldri borgarar af Suðurlandinu og margir þeirra fastakúnnar.

Það eru ekki ný sannindi að bestu betrunarmöguleikar fanga eru í gegnum nám og starf. Það er því til mikils að vinna að vel sé búið að allri starfsemi í kringum nám og starf í fangelsum. Meðal þess sem skiptir mestu máli er fjöldi og samsetning starfsfólks fangelsa.

Á Litla-Hrauni eru margir litlir vinnustaðir sem allir krefjast viðveru fangavarðar og verkstjórnar.

„Því erfiðari sem fangahópurinn er hvað samsetningu varðar og þar sem menn hafa litla reynslu af vinnu eða litla starfsgetu þeim mun færri vinnuhópa er hægt að hafa,“ segir Halldór.

„Ef við miðum við þá sem eiga gott með að vinna og geta unnið nokkuð sjálfstætt þá erum við með mannskap í það en um leið og við ætlum að fara að sinna þessu eitthvað meira verður það strax erfiðara.“

Halldór dreymir um að geta hagað atvinnustarfseminni eins og á vernduðum vinnustað. „Okkar draumur hefur verið að hafa til dæmis iðjuþjálfa með okkur og líta á þetta meira eins og verndaða vinnustaði .“

Aðspurður segir Halldór stofnunina reglulega herja eftir fjölgun stöðugilda, en þá þurfi líka að velja hvaða bardaga eigi að taka. „Við vorum nú alsæl með það á sínum tíma að ná fleiri stöðugildum meðferðarfulltrúa. En við getum endalaust bætt við okkur og fjölgað fólki í verkstjórn, meðferðarstarfi og svo framvegis.

Halldór bendir á að fangelsiskerfið sé engan veginn samanburðarhæft við Norðurlöndin í þessum efnum.

„Við erum bara hálfdrættingur á við fangelsiskerfin á Norðurlöndunum sem eru sum hver með allt að heilt stöðugildi á hvert fangapláss. Ef við tökum íslenska fangelsiskerfið þá erum við að tala um svona 50 prósent eða í kringum hálft stöðugildi á hvern fanga.

Starfsmenn hinna ýmsu vinnustaða eru að tínast inn í mat þegar við kveðjum Litla-Hraun undir hádegi.

Þegar við komum á Hólmsheiði er vinna í fullum gangi í vinnusalnum. Ólíkt vinnustöðum Litla-Hrauns, þar sem einungis karlar afplána, sitja konur og karlar saman hér við pökkun á kærleiksspjöldum; verkefni frá Kirkjuhúsinu.

Fangahópurinn á Hólmsheiði er að mörgu leyti mjög ólíkur hópnum á Litla-Hrauni. Í fangelsinu er sérstök kvennaálma og konurnar eru í rauninni einu fangarnir á Hólmsheiði sem eru í langtímavist. Aðrir fangar eru þar til skemmri tíma enda fangelsið hugsað sem móttökufangelsi. Betrunarstarf á Hólmsheiði er því hugsað með öðrum hætti en í öðrum fangelsum landsins. „Við erum ekki með nein verkstæði hér eins og á Litla-Hrauni. Við erum bara með þennan vinnusal þar sem er hægt að vinna það sem við köllum smáverkefni eða samsetningarverkefni,“ segir Guðmundur Gíslason, forstöðumaður á Hólmsheiði.

„Við erum til dæmis með smáverkefni frá Kirkjuhúsinu og svo pökkum við tímaritinu Glamour. Það er fast verkefni. Og það er stórt upplag sem kemur á vörubrettum með sendiferðabíl og tekur smá tíma.“ Guðmundur segir alla, bæði fanga og starfsmenn, vera ánægða með öll þau verkefni sem fangelsið hafi fengið. „Þessi verkefni sem við höfum fengið hafa öll tekist mjög vel.“

Atvinnuþátttakan á Hólmsheiði er svipuð og á Litla-Hrauni, í kringum 70 prósent.

Aðspurður bendir Guðmundur á að margir séu í mjög slæmu ástandi þegar þeir koma á Hólmsheiði, sem er fyrsti viðkomustaður flestra sem koma til afplánunar. „Hér er náttúrulega töluvert hátt hlutfall af föngum sem eru nýkomnir inn og hafa verið í vondum málum og jafnvel mikilli neyslu. Þeir þurfa bara að byrja á að koma hausnum á sér í lag,“ segir Guðmundur.

Vel virðist fara á með starfsmönnum í vinnusalnum á Hólmsheiði en um það bil sem ljósmyndari og blaðamaður Fréttablaðsins hugsa sér til hreyfings, stendur einn fanganna upp frá vinnunni og kveður félagana; segist hafa lokið afplánun. Samfangar kveðja með virktum. „Sjáumst síðar.“

Frá Afstöðu

Afstaða, félag fanga fagnar því að Fangelsismálastofnun auglýsi eftir atvinnutækifærum fyrir fanga. „Það er ekkert eins niðurdrepandi fyrir fanga og að hafa ekkert við að vera. Öflugasta betrunarstarfið felst í námi og starfi,“ segir Guðmundur Ingi Þóroddsson, formaður Afstöðu. „Við í Afstöðu höfum margoft bent á að það þurfi sérstakan starfsmann hjá Fangelsismálastofnun í þennan málaflokk. Einhvern sem er bara í því að finna atvinnutækifæri, námskeið og aðra eflandi starfsemi inni í fangelsin,“ segir Guðmundur og bendir einnig á að efla megi hvers kyns samstarf um þessi mál. Ekki aðeins við Afstöðu heldur einnig við atvinnulífið og samtök þess.

ÆVINTÝRALEGAR JÓLAGJAFIR
Skíðadeild Útilífs er í Smáralind
Herra- og dömuskíði með bindingum
Verð frá: 49.990 kr.
Herra- og dömuskíðaskór
Verð frá: 29.990 kr.
LOWA gönguskór, dömu og herra
Verð: 36.990 kr.
North Face húfur
Verð frá: 3.990 kr.
20% AFSLÁTTUR AF SKÍÐAPÖKKUM
Skíðapakkar fyrir fullorðna
Verð frá: 64.000 kr.
JÓLA TILBOÐ
North Face Thermoball úlpur
Herra- og dömusnið - margir litir
Verð nú: 19.990 kr.
~~Verð áður: 27.990 kr.~~
Deuter Futura bakpokar
Verð frá: 19.990 kr.
20% afsláttur af North Face
McMurdo Parka og Arctic Parka
20% AFSLÁTTUR
North Face hanskar
Verð frá: 6.990 kr.
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI • SMÁRALIND
utilif.is
Verð gilda til þriðjudags.
ÁRNASYNIR

Sigurlaug, Arnar, Jökull og Þórlaug. Þó að strákarnir séu á þéttum tónleikaferðum ætla báðir að vera heima um jólin. „Hefðirnar virðast dýrmætari en flest annað,“ segir Þórlaug. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Fíla tónlistarsmekk mæðranna

Þær Sigurlaug Lövdahl, skrifstofustjóri í HÍ, og Þórlaug Sveinsdóttir sjúkraþjálfari eiga það sameiginlegt að syngja báðar í hinum magnaða kór Söngfjelaginu og vera mæður tónlistarsnillinga sem með sínum sveitum vekja athygli víða um heim. Þeir eru Arnar Pétursson, gítarleikari í Mammút, og Jökull Júlíusson, söngvari og gítarleikari Kaleo.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Við mælum okkur mót á kaffihúsi, Sigurlaug Lövdahl og sonur hennar, Arnar Pétursson gítarleikari í Mammút, Þórlaug Sveinsdóttir og hennar sonur, Jökull Júlíusson söngvari og gítarleikari í Kaleo, og ég. Það má kallast kraftaverk að ná þessum mæðginum saman því sakir vinsælda hljómsveita strákanna eru þeir á stöðugum tónleikaferðum um veröldina og tylla sjaldan niður tám samtímis á landinu. Arnar var að ljúka löngum túr með Mammút um Ameríku og Evrópu. Jökull er í smástoppi heima eftir að hafa komið fram með Kaleo í Moskvu og St. Pétursborg og endar fjögurra mánaða túr í Grikklandi 16. desember. „Þetta er rosalegt úthald,“ segir Sigurlaug en bendir á að báðir verði heima um jólin.

„Já, ég var með hugmyndir um að fjölskyldan héldi bara jólin einhvers staðar í útlöndum. Nei, takk. Jökull tók það ekki í mál. Allt á að vera eins og venjulega, jólamúsíkin, steikin, laufabrauðið. Hefðirnar virðast dýrmætari en flest annað,“ segir Þórlaug hlæjandi. Sigurlaug kannast vel við það. „Á jólunum höfum við spilað sömu diskana alveg frá því Arnar var lítill, það er miðaldajólamúsík og ekta barokk og þetta verður hann að hlusta á á hverjum einustu jólum.“

Það eru einmitt svona sögur úr bakgrunni strákanna sem ég er að sækjast eftir. Mæðurnar eru báðar söngfuglar í kór en taka ekkert sérstaklega undir þá fullyrðingu mína að strákarnir hljóti að hafa fengið tónlistarhæfileika með móðurmjólkinni. „Eða úr umhverfinu,“ segir Sigurlaug. „Þeim jarðvegi sem orðið hefur til fyrir þessa kynslóð í tónlistinni. Þar á ég við Músíktilraunir, Samfés, Airwaves, að ógleymdum tónlistarskólunum. Þetta hefur allt ratað í sama pottinn, gerjast þar og upp spretta þessar flottu hljómsveitir sem eru að gera það gott.“

Þórlaug tekur undir það. „Til dæmis í Mosó, heimasveit strákanna í Kaleo, höfðu þeir frítt aðgengi að æfingahúsnæði í mörg ár í skúr á skólalóðinni. Voru með lykil og gátu geymt hljóðfærin sín þar. Síðan tóku foreldrar Davíðs trommara við að hýsa þá í bílskúrnum í tvö ár. Það var ómetanlegt.“

„Þessi skilningur er svo mikilvægur,“ segir Sigurlaug. „Krakkarnir í Mammút fengu einmitt að æfa í bílskúrnum hjá Andra trommara. Það er svo margt sem stuðlar að tónlistaruppeldinu hjá þessari kynslóð.“ Þær geta þess að báðir eigi ungu mennirnir músíkalska feður, faðir Arnars er Pétur Jónasson og Jökuls Júlíus Hjörleifsson.

Hlustuðu mikið á músík

Fyrsta minning Arnars tengd tónlist er einmitt um pabba hans að spila á gítar. „Pabbi er klassískur gítarleikari og æfði sig mikið heima. Ég man líka eftir tónlistarmyndbandi sem var oft spilað á RÚV snemma á 10. áratugnum. Í því var lítill strákur sem söng held ég á grænlensku og dansaði og svo voru alls konar litir úti um allt. Ég var alveg óður í þetta lag og þetta var mikið rætt á leikskólanum. Síðan hef ég leitað að þessu lagi en ekki tekist að finna það. Ef einhver veit hvað þetta er má sá hinn sami senda mér skilaboð á Facebook.“

„Jökull var músíkalskur frá fæðingu og drakk allt í sig, bæði lög og texta,“ rifjar Þórlaug upp. „Sem krakki spilaði hann kasettur eins og Barnabros, Tunglið, tunglið taktu mig, Olgu Guðrúnu og fleira íslenskt efni. Pabbi hans spilar líka á gítar og þeir syngja mikið saman. Stína Maja, sem er með okkur í Söngfjelaginu, passaði Jökul í fyrsta skipti sem ég fór af landi brott eftir að hann fæddist, þegar hann var 18 mánaða. Það var píanó heima hjá henni og hún sagði: „Ég þurfti ekkert að hafa fyrir honum, setti hann bara við píanóið.“

Svo fluttum við á Höfn þegar hann var sex ára og það tekur fimm, sex tíma að keyra á milli Reykjavíkur og Hafnar. Ég keypti lítið hljómborð með heyrnartólum og ég vissi ekki af drengnum. Hann sat bara aftur í með hljómborðið, algerlega í eigin heimi.“ Jökull minnist leikhús- og bíóferða að sjá Dýrin í Hálsaskógi og Lion King sem hann kveðst hafa eignast síðar á VHS. „Myndin og tónlistin hafði mikil áhrif á mig á þeim tíma og svo átti mamma geisladiskinn sem var oft spilaður í bílnum.“

Arnar segir sitt fyrsta uppáhaldslag hafa verið Bamboleo með Gipsy Kings. „Pabbi átti það á kasettu sem var alltaf í bílnum og ég bað hann að spila það aftur og aftur þegar við vorum á rúntinum. Það er ennþá eitt af mínum uppáhaldslögum.“

> **ÉG MAN LÍKA EFTIR TÓNLISTARMYNDBANDI SEM VAR OFT SPILAÐ Á RÚV SNEMMA Á 10. ÁRATUGNUM. Í ÞVÍ VAR LÍTILL STRÁKUR SEM SÖNG HELD ÉG Á GRÆNLENSKU OG DANSAÐI OG SVO VORU ALLS KONAR LITIR ÚT UM ALLT. ÉG VAR ALVEG ÓÐUR Í ÞETTA LAG.**
>
> Arnar

En hvaða tónlist muna þeir eftir að mæður þeirra hafi hlustað á þegar þeir voru litlir? „Mamma hlustaði á fjölbreytta tónlist, bæði íslenska og erlenda,“ svarar Jökull. „Ég kunni að meta nánast allt sem hún hlustaði á nema kannski fusion-djass.“

Arnar á svipaðar minningar. Efst í hans huga af lista móður hans eru KK, Bubbi, U2, R.E.M. og svo seinna það sem stundum er kallað heimstónlist eins og Buena Vista Social Club og Cecaria Evora. „Ég man eftir að hafa ekki skilið erlendu textana og oft búið til mína eigin út frá því hvernig orðin hljómuðu. Lagið „Sangue de Beirona“ með Cecaria Evora varð til dæmis að „Í sandi með Óla“!“

Jökull kveðst ekki hafa átt eitthvert eitt goð í tónlistinni þegar hann var yngri. „Ég hef alltaf verið alæta á tónlist og var duglegur að hlusta á bara sem mest og flest,“ segir hann.

Arnar byrjaði snemma að hlusta á Bítlana, að eigin sögn. „Ég ákvað strax að Paul McCartney væri minn maður. Það var samt aðallega af því að allir aðrir héldu mest upp á John Lennon og ég vildi vera öðruvísi. Næst á eftir því datt ég í rappið og þá tóku Tupac og Puff Daddy við. Enn síðar varð ég forfallinn Nirvanaaðdáandi og fannst Kurt Cobain flottasti gaur sem uppi hafði verið.“

Fóru sínar eigin leiðir

Eitt af því sem fram kemur í þessu spjalli er að Arnar er menntaður húsgagnasmiður og nemandi í heimspeki. En hvernig var tónlistarnámi háttað hjá þessum herramönnum? „Ég var mjög ungur í kór á leikskólanum á Reykjalundi og svo byrjaði ég í klassísku námi á píanó um átta, níu ára aldur. Það þróaðist síðan hratt yfir í að spila eftir eyranu og semja ➡

FJALLA KOFINN
GEFÐU GJÖF SEM GLEÐUR!
Marmot Featherless
dömu úlpa.
Verð 29.995,-
Marmot Minimalist
dömu og herra Gore-Tex jakki.
Verð 36.995,-
Marmot Georgina
dömu kuldaúlpa.
Verð 54.995,-
Marmot Quasar Nova
herra dúnúlpa.
Verð 44.995,-
Marmot Yorktown
herra úlpa.
Verð 64.995,-
Marmot Rom
dömu og herra Windstopper jakki.
Verð 32.995,-
Marmot Scree
göngubuxur dömu og herra.
Verð 17.995,-
Smartwool merinoullarbolur
herra.
Verð 14.995,-
Reima Kinsei
ullarnærfatasett barna.
Verð 8.995,-
Skíðapakkar
fyrir alla fjölskylduna
20% AFSLÁTTUR
Herra: Verð frá 68.784,-
Dömu: Verð frá 68.784,-
Barna: Verð frá 32.788,-
BH Spike 27,5" fjallahjól - 30% afsláttur
Tilboðsverð frá 45.497,-
Kari Traa
dömu ullarbolur.
Verð 11.995,-
Kari Traa
dömu ullarbuxur.
Verð 10.995,-
Reimatec
kuldagalli stærð 92-140.
Verð 18.995,-
Gjafabréfin okkar eru tilvalin jólagjöf
Afgreiðslutími um helgina: Kringlan 7 Laugavegur 11 Reykjavíkurvegur 64
Laugardagur 10-18 10-18 12-18
Sunnudagur 12-18 12-18 12-18
Minnum á vefverslun okkar fjallakofinn.is - Sendum frítt þegar verslað er fyrir 6.000 kr. og meira
Kringlan 7 | Laugavegur 11 | Reykjavíkurvegur 64 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is
FJALLA KOFINN

lög," segir Jökull. Móðir hans rifjar þetta nákvæmar upp.

„Jökull byrjaði í Tónlistarskóla Mosfellsbæjar fimm ára, svo fórum við austur og þar lærði hann hjá Sigjóni Bjarnasyni í Tónlistarskóla Hornafjarðar. En 12 til 14 ára var hann ekkert í tónlist, þá bjuggum við í Danmörku. Þegar hann kom heim fór hann í FÍH og þá að læra á djasspíanó en svo var honum gefinn gítar í jólagjöf og þá missti hann algerlega áhuga á píanóinu og kenndi sér í raun sjálfur á gítarinn. Síðan hefur hann verið rokkari.

Arnar kveðst hvorki hafa sungið né spilað á hljóðfæri fyrr en hann var 12 ára. „Ég var aldrei settur í tónlistarskóla sem barn heldur kom það algjörlega frá mér sjálfum. Upphaflega ætlaði ég að læra á píanó hjá Snorra Sigfúsi Birgissyni en þegar kom í ljós að allt var uppbókað hjá honum ákvað ég að láta reyna á klassískan gítar í staðinn og var hjá Kristni H. Árnasyni, Páli Eyjólfssyni og pabba. Ég var í því námi í um 10 ár með hléum en keypti mér rafmagnsgítar í 7. bekk og fiktaði við að spila á hann heima. Í 9. bekk stofnaði ég svo hljómsveitina Afstætt hugtak með æskuvinum mínum og samdi þar mín fyrstu lög. Ári síðar varð Mammút til og þangað beindi ég öllum mínum tónlistarkröftum og geri enn í dag."

Sigurlaug, móðir hans, bætir því við að Arnar hafi líka verið í Kór Menntaskólans við Hamrahlíð í tvö ár og sú reynsla hafi einnig haft sitt að segja. „Svo var ég framkvæmdastjóri Sumartónleika í Skálholtskirkju í fimm sumur, Arnar var alltaf með mér þar og fór á eina tónleika um hverja tónleikahelgi. Það tók hann bara upp hjá sjálfum sér. En við vorum þarna innan um mjög marga afbragðs tónlistarmenn þessar fimm vikur í fimm sumur."

Áhrifavaldar í tónlistinni

Báðir segjast piltarnir hafa fengið mikinn stuðning heima. „Mamma hvatti mig til að byrja að æfa á píanó og sá til þess að píanó væri til á heimilinu og gerir enn," segir Jökull. „Þau mamma og stjúpi minn borguðu fyrir mig tónlistarnámið, meðal annars í FÍH, og hafa síðan ásamt pabba stutt rækilega við bakið á mér síðustu ár og reynst mér ótrúlegt bakland."

Arnar segir bæði blóð- og stjúpforeldra sína ýmist gítarleikara eða mikla tónlistarunnendur svo umhverfið hafi verið uppbyggilegt. „Ég hef alltaf verið í miklum mótþróa gegn því að greina hvaðan áhrif í tónlist koma því mér hefur aldrei fundist það skipta neinu máli og auk þess er erfitt að setja fingur á það. Um daginn var ég að koma úr tónleikaferðalagi með Mammút og setti á tónleikaupptöku af Nirvana, þá allt í einu fattaði ég hvað sú hljómsveit hefur haft mikil áhrif á mig. Það er einhver kraftur í henni sem ég get ekki skilgreint og hann tekur alveg yfir. Þegar ég hlusta þá langar mig að fara beint að semja tónlist sjálfur."

Þórlaug bendir á að íslenska náttúran gegni stóru hlutverki í myndböndum Kaleo. „Ég er viss um að hún hefur áhrif á tónlistina líka. Jöklarnir, fjöllin og hafið, þetta er allt svo stórbrotið." Jökull segir áhrifavalda sína ótrúlega marga, meðal annars í klassískri tónlist, rokktónlist, blústónlist og djasstónlist „Eins og ég segi þá hef ég alltaf verið alæta á tónlist og sjaldan fókuserað á einhvern einn listamann eða eina tónlistarstefnu. Það sem er mér kannski mikilvægast er að koma úr því umhverfi sem ég er og hafa stuðning til að hafa fullt frelsi. Það gerir það að verkum að ég er óhræddur við að skapa og að gera það sem hentar mér og minni tónlist. Því á ég móður minni mikið að þakka og það er ómetanlegt."

Mömmurnar mæta á tónleika

Mæðurnar kannast alveg við að hafa sýnt drengjunum áhuga og því sem þeir hafa verið að fást við. En eru þær aldrei hræddar um þá?

Sigurlaug bendir á að þeir séu nú orðnir fullorðnir menn. „En ég man að þegar Mammút var að byrja og vann Músíktilraunir 2004 þá vorum við foreldrarnir pínulítið hræddir um að krakkarnir mundu bara lenda í einhverju rugli. Svo var engin ástæða til að hafa áhyggjur."

Þær segjast fylgjast með sonunum gegnum símtöl, SMS og smáskilaboð og fara líka á tónleika stundum. „Það skiptir þá miklu máli að einhver úr fjölskyldunni sjái út á hvað líf þeirra gengur og auðvitað er það dýrmætt fyrir okkur líka," segir Sigurlaug. „Ég fór einmitt til Bandaríkjanna núna nýlega, þá var Mammút að spila í Brooklyn í New York. Foreldrar Kötu söngkonu fóru líka. Það var rosa gaman."

Jökull segir systur sína hafa túrað með Kaleo í Bandaríkjunum í tíu daga um daginn og fleiri í fjölskyldunni séu duglegir að koma og styðja við bakið á honum. „Mamma verður með mér úti í nokkra daga núna í desember, meðal annars á mínum eigin tónleikum í Aþenu í Grikklandi." Hann kveðst ekki hafa tölu á því lengur hversu mörg lönd hann hafi heimsótt. „Síðan í ágúst hef ég líklega spilað í 20 til 25 löndum."

Arnar hefur svipaða sögu að segja, giskar á að hann hafi spilað í 22 löndum í allt og 10 til 20 sinnum í mörgum þeirra. „Mammút hefur margoft ferðast um Evrópu þvera og endilanga og nú í seinni tíð verið töluvert í bæði Norður- og Suður-Ameríku. Næst langar mig að spila í Kína," segir hann.

Jólatónleikar á morgun

Ekki verður mömmunum svo sleppt úr viðtalinu að þær segi ekki aðeins frá sinni tónlistariðkun. Báðar eru kórakonur en Sigurlaug hefur vinninginn með bakgrunn úr Hamrahlíðarkórunum og Mótettukór Hallgrímskirkju.

Nú snýst allt um að undirbúa aðventutónleika Söngfjelagsins sem verða í Langholtskirkju á morgun, sunnudaginn 10. desember, bæði klukkan 16 og 20. „Þetta eru þriðju og síðustu aðventutónleikarnir í röð sem eru með írsk-keltnesku þema," lýsir Sigurlaug. „Á þessa tónleika fáum við erlenda gesti, mjög flott fólk, eins konar rokkstjörnur írsk-keltnesku tónlistarhefðarinnar og auk söngsins verður meðal annars leikið á írska hörpu, fiðlu og hljóðfæri sem heitir „uilleann pipes". Þannig hefur þetta verið líka tvö síðustu ár en það hafa aldrei komið eins margir að utan og núna. Það er ekki oft sem við eigum þess kost að hlusta á Íra flytja þessa tónlist hér á Íslandi svo þetta er einstakt tækifæri."

Þórlaug segir alltaf líflegt á æfingum með Söngfjelaginu og svo toppi tónleikar kórsins stemninguna, bæði á aðventunni og síðasta vetrardag.

„Við erum kringum sextíu í kórnum og á aðventutónleikunum á morgun ætlum við að flytja nýtt verk eftir Daníel Þorsteinsson sem heitir Himinn yfir, við texta eftir Stefán frá Hvítadal. Kórinn mun svo einnig syngja lögin sem við frumfluttum á aðventutónleikunum í fyrra og hitteðfyrra en þau voru eftir Olgu Guðrúnu Árnadóttur og Hjörleif Hjartarson sem eru bæði í kórnum. Þannig að þetta verður keltnesk-írsk-íslensk stemning. Svo er stjórnandinn okkar, hann Hilmar Agnar Hilmarsson, kraftmikill og skemmtilegur, það er sko aldrei nein lognmolla í kringum hann."

Mömmurnar eru á fullu að undirbúa jólatónleikana með Söngfjelaginu á morgun.

> ÉG KEYPTI LÍTIÐ HLJÓMBORÐ MEÐ HEYRNARTÓLUM OG ÉG VISSI EKKI AF DRENGNUM. HANN SAT BARA AFTUR Í MEÐ HLJÓMBORÐIÐ, ALGERLEGA Í EIGIN HEIMI.
>
> Þórlaug

EISA AWARD Best Product 2017-2018
MOBILE SPEAKER
JBL Boombox
JBL
HRISTU HLJÓMINN
VATNSHELDUR IPX7 BLUETOOTH BOOMBOX HÁTALARI
MEÐ INNAN- OG UTANDYRA HLJÓÐSTILLINGU
JBL
BLEYTTU HLJÓMINN
VATNSHELDUR HÁTALARI MEÐ RADDSTÝRINGU
JBL
HREYFÐU HLJÓMINN
UNDER ARMOUR SPORT ERU SÉRSTAKLEGA
ÆTLUÐ ÍÞRÓTTAFÓLKI
JBL
SJÁÐU HLJÓMINN
ÞRÁÐLAUS HÁTALARI SEM DANSAR MEÐ TÓNLISTINNI
JBL
EISA AWARD Best Product 2017-2018
MOBILE HEADPHONES
JBL Everest Elite 750NC
FINNDU HLJÓMINN
HÁGÆÐA HLJÓÐEINANGRANDI BLUETOOTH HEYRNARTÓL
GEFÐU HLJÓMINN!
HÁGÆÐA HEYRNARTÓL OG HÁTALARAR FRÁ JBL Í JÓLAPAKKANN!
BETRA BORGAR SIG
Opið virka daga 10 – 18 | Laugardaga 11 – 18 | Sunnudaga 13 – 18
RAFLAND
Síðumúla 2-4 | 520 7900 | rafland.is

Á móti straumnum

Konur sem velja að læra karllægar iðngreinar eru fyrirmyndir yngri stelpna og annarra kvenna í samfélaginu. Það er ein niðurstaða átaksins #kvennastarf sem hófst í vor fyrir tilstilli allra iðn- og verkmenntaskóla landsins. Stúlkur í iðnnámi og aðrar sem hafa nýlokið slíku námi ræddu um stöðuna við blaðamann. Þær eru bjartsýnar á atvinnumöguleika sína og ánægðar með námið.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Átakið #kvennastarf var sett af stað á árinu og vísar til flokkunar starfsgreina í karla- og kvennastörf. Að því standa Samtök atvinnulífsins og allir iðn- og verkgreinaskólar landsins. Átakið hefur það að markmiði að fjölga konum í iðn- og verkgreinum. Í átakinu hefur verið reynt að ráðast að úreltum staðalímyndum sem ríkja um hlutverk kynjanna.

Deila reynslusögum

Ólafur Sveinn Jóhannesson, deildarstjóri hjá Tækniskólanum, segir annað mikilvægt markmið með átakinu að gefa konum í karllægum iðngreinum vettvang til að deila reynslusögum og læra hver af annarri. „Þessi vettvangur kom einna helst í ljós á Facebook-síðu herferðarinnar, þar sem konur voru duglegar að senda inn myndir og segja reynslusögur sínar, hvort sem um var að ræða reynslu úr skóla eða atvinnulífi. Myllumerkið #kvennastarf varð líka vinsælt á Instagram þar sem margar konur deildu myndum af sér við hin ýmsu störf og hvöttu fleiri stelpur til þess að kynna sér nám í viðkomandi greinum,“ segir Ólafur Sveinn.

Ekki marktækur munur

„Þegar kemur að aðsókn í þær greinar sem voru tilteknar í herferðinni var ekki „marktækur“ munur á milli umsókna í vor, þegar litið er á hlutfall kvenna sem sækja um í þessum karllægu greinum, á milli skólaára. Þess ber þó að geta að þó nokkur aukning var í ákveðnum greinum svo sem skipstjórn og rafiðngreinum,“ segir Ólafur Sveinn og telur áhrif herferðarinnar líklega koma betur í ljós á næstu árum.

„Konur sem velja að læra vélstjórn, húsasmíði eða skipstjórn eru ekki aðeins fyrirmyndir yngri stelpna sem langar að gera slíkt hið sama, heldur kvenna á öllum sviðum samfélagsins. Að mörgu leyti var herferðin komin langt út fyrir iðn- og tæknigreinar, ekkert ósvipað og #meetoo byltingin sem byrjaði með konum í kvikmyndageiranum en spannar nú allar starfsgreinar, en það kom vel í ljós – á kvenréttindadaginn 8. mars – þegar Íslandsbanki birti heilsíðuauglýsingar í dagblöðum undir fyrirsögninni „Bankastjóri er #kvennastarf“,“ segir Ólafur Sveinn.

Tengja við herferðina

Hann segir ungar konur sem hófu nám í Tækniskólanum á vormánuðum tengi við herferðina – þrátt fyrir að vera ekki endilega í karllægum geira. „Þær tengja við þessa upplifun, þá upplifun að þurfa að sanna

> NEKTARDAGATÖLIN ERU FARIN ÚR BÍLAVERKSTÆÐUNUM OG FLEIRA. ÞAÐ ER VIÐHORFIÐ Í DAG AÐ KOMI SVONA MÁL UPP, ÁREITNI, OFBELDI EÐA KVENFYRIRLITNING, AÐ ÞAÐ SÉ TEKIÐ Á ÞVÍ STRAX. BYLTINGIN VEKUR STRÁKA OG KARLA TIL UMHUGSUNAR.
>
> Marín Björk

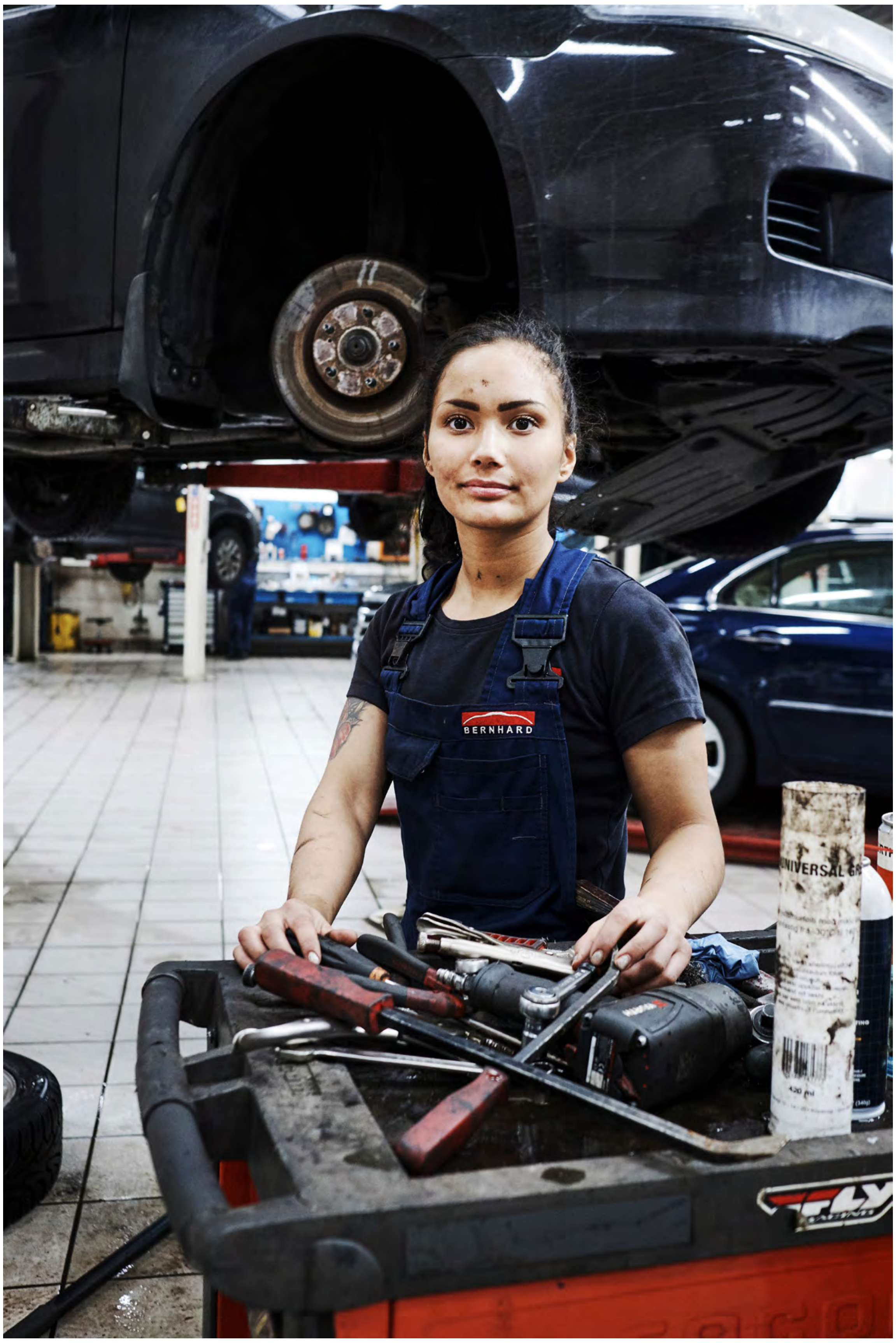
sig meira eða réttlæta stöðu sína.

Mjög fáir vita af því að herferðin er sú eina sem allir iðn- og verkmenntaskólar á landinu – auk Samtaka iðnaðarins – vinna í sameiningu. Það má segja að þetta hafi verið upphafið á því að vinna að sameiginlegu markmiði, sem er að fjölga nemendum sem velja iðn- og tæknigreinar að loknum grunnskóla úr 13 prósentum í 20 prósent fyrir árið 2020,“ segir Ólafur Sveinn.

Marín Björk Jónasdóttir, sviðsstjóri iðn- og starfsnáms í Borgarholtsskóla, skynjar eins og Ólafur Sveinn mikla viðhorfsbreytingu. „Við bjóðum áttundu bekkingum til okkar og stelpurnar hafa sýnt töluverðan áhuga á iðnnámi. Ég held að það skipti miklu máli að kynna námið sem fyrst, það er of seint að bjóða tíundu bekkingum í heimsókn. Þá eru hugmyndir orðnar mótaðri. Þeir eru í raun búnir að ákveða sig. Við erum að spýta í lófana í kynningarstarfi,“ segir Marín.

#meetoo byltingin hefur áhrif

„Eitt af því sem skiptir máli er að ég er komin yfir sviðið hér í Borgarholtsskóla. Þó að ég sé ekki iðnmenntuð. Ég er menntuð náms- og starfsráðgjafi. Fyrirmyndirnar eru nefnilega fáar en mikilvægar,“ segir Marín og segir #metoo byltinguna munu einnig hafa mikil áhrif til góðs. „Ég er sannfærð um að þessi bylgja skilar sér í bættri menningu og samskiptum. Það er búið að vera að taka til í hinum ýmsu greinum. Nektardagatölin eru farin af bílaverkstæðunum og fleira. Það er viðhorfið í dag að komi svona mál upp, áreitni, ofbeldi eða kvenfyrirlitning, sé tekið á því strax. Byltingin vekur stráka og karla til umhugsunar. Það er mikilvægt, því athugasemdir sem eru stundum látnar flakka og eru óviðeigandi hafa mikil áhrif á ungar stúlkur sem eru fáar í þessum iðngreinum og staða þeirra því viðkvæmari,“ segir Marín.



Auður Linda Sonjudóttir bifvélavirki við vinnu hjá Bernhard. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Aðrir efuðust um námið og starfsvalið

Auður Linda Sonjudóttir,
bifvélavirki hjá Bernhard.

Auður Linda útskrifaðist sem bifvélavirki frá Borgarholtsskóla í vor og stefnir á að klára samning á verkstæði til sveinsprófs. Örfáar konur stunduðu nám með henni. „Auðvitað hefði ég viljað sjá fleiri konur í þessu námi. Með fleiri konum breytist vinnumenningin.

Konur geta vel unnið störf á borð við að vera bifvélavirki. Þetta hefur ekki verið í fjölskyldunni. Ég er ekki alin upp við þetta. Pabbi var ekki með bíla eða mamma, en ég vildi geta gert þetta sjálf.“

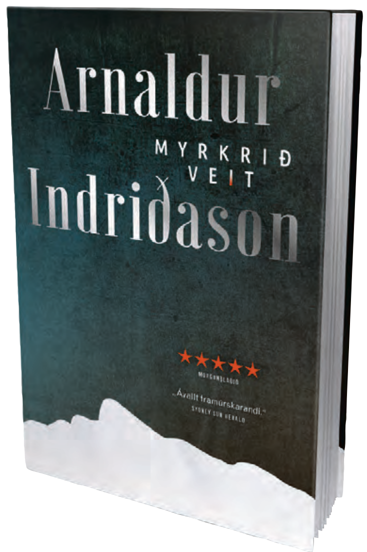
Auður Linda ákvað að fara í nám í bifvélavirkjun í Borgarholtsskóla. Í skólanum er starfsnám í bíliðngreinum, bifreiðasmíði, bifvélavirkjun og bílamálum. Námið er hagnýtt og miðar að því að undirbúa nemendur undir töku sveinsprófs.

> FÓLK HEFUR ORÐIÐ HISSA Á NÁMSVALINU OG KANNSKI VILJAÐ BENDA MÉR Á EITTHVAÐ ANNAÐ Í STAÐINN. EÐA EFAST UM AÐ ÉG HAFI LÆRT ÞETTA Í ALVÖRUNNI.

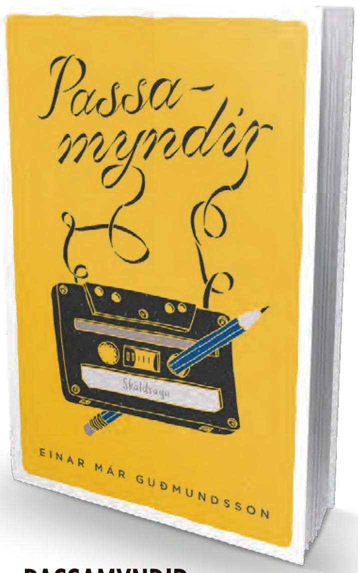
Nemendur geta líka stundað nám til stúdentsprófs samhliða námi á bíltæknibrautum og ættu því að geta stundað háskólanám ef vilji stendur til. „Mér finnst iðnnám bjóða upp á fleiri möguleika á vinnumarkaði en ungt fólk gerir sér grein fyrir. Tæknin hefur breyst og gert það að verkum að þetta eru ekki eins þung störf. Þau reyna ekki jafn mikið á líkamlegan styrk og áður. Það er stundum sagt að störfin séu ekki aðlaðandi fyrir stelpur, vinnustaðirnir séu skítugir og svo framvegis. Og vissulega kem ég heim skítug og með skrámur en það er þess virði. Þetta starf er skemmtilegt, vinnustaðurinn lifandi. Mér finnst gaman að leysa málin fyrir fólk. Fólk hefur orðið hissa á námsvalinu og kannski viljað benda mér á eitthvað annað í staðinn. Eða efast um að ég hafi lært þetta í alvörunni og svona. Það breytist vonandi með enn meiri tækniframförum og fleiri stelpum í námi. Það eru allavega nóg atvinnutækifæri,“ segir Auður sem vinnur bara með karlmönnum. „Það er mjög skemmtilegt og lengir lífið þótt þeir séu stundum skrýtnir,“ segir hún og hlær.

netto
markhönnun ehf

BLÓÐUG JÖRÐ
VILBORG DAVÍÐSDÓTTIR
4.683 KR STK



MYRKRIÐ VEIT
ARNALDUR INDRIÐASON
4.473 KR STK



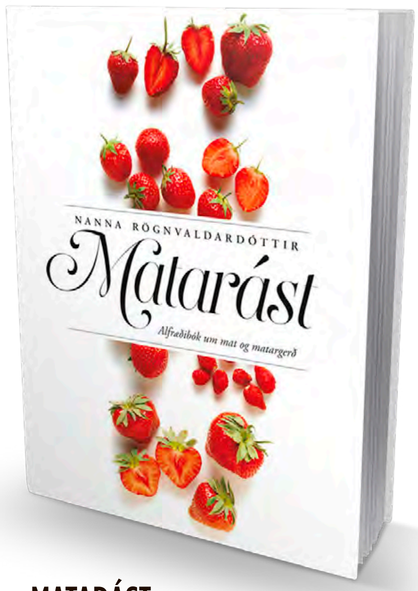
PASSAMYNDIR
EINAR MÁR GUÐMUNDSSON
4.473 KR STK

AMMA BEST
GUNNAR HELGASON
3.276 KR STK

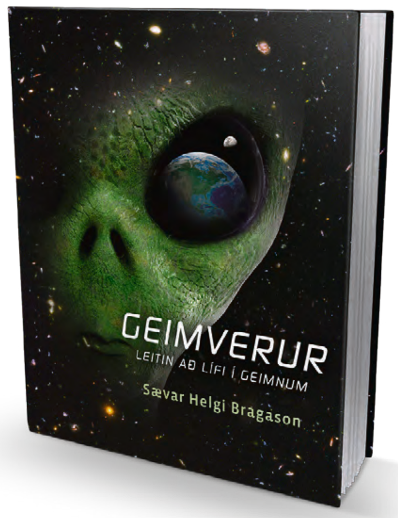
HENRI HITTIR Í MARK
ÞORGRÍMUR ÞRÁINSSON
3.276 KR STK

VERTU ÓSÝNILEGUR
KRISTÍN HELGA GUNNARSDÓTTIR
3.276 KR STK

ÞITT EIGIÐ ÆVINTÝRI
ÆVAR ÞÓR BENEDIKTSSON
3.178 KR STK

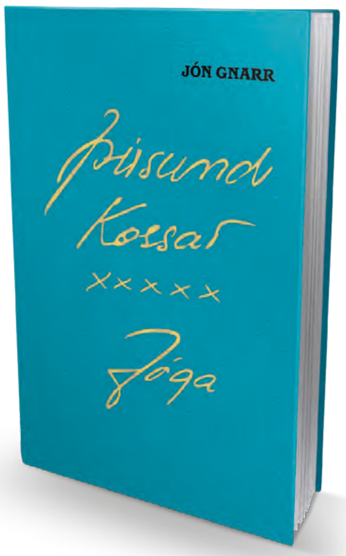


MATARÁST
NANNA RÖGNVALDARDÓTTIR
4.683 KR STK



GEIMVERUR - LEITIN AÐ LÍFI Í GEIMNUM
SÆVAR HELGI BRAGASON
4.013 KR STK

MINN TÍMI - SAGA JÓHÖNNU SIGURÐARDÓTTUR
PÁLL VALSSON
4.868 KR STK



ÞÚSUND KOSSAR
JÓN GNARR
4.473 KR STK

Tilboðin gilda 9. - 10. desember 2017 www.netto.is

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

Búðakór • Grandi • Mjódd • Salavegur • Hafnarfjörður • Hrísalundur • Glerártorg • Húsavík • Höfn • Iðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss

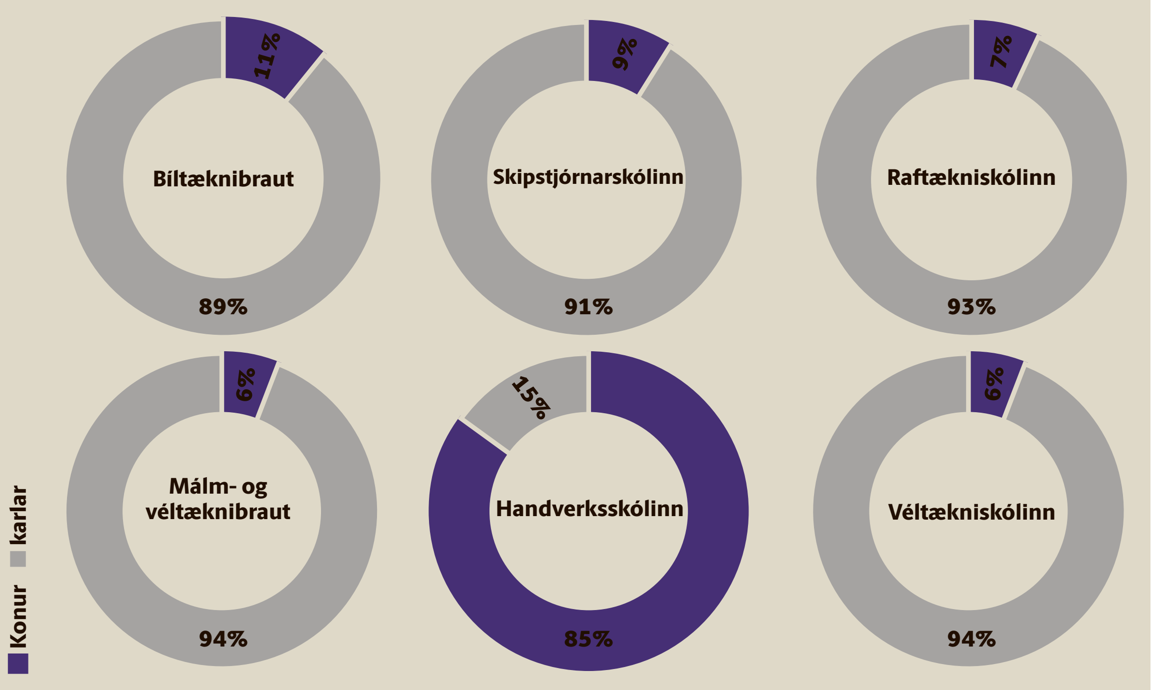
Afar fáar stelpur í iðnnámi

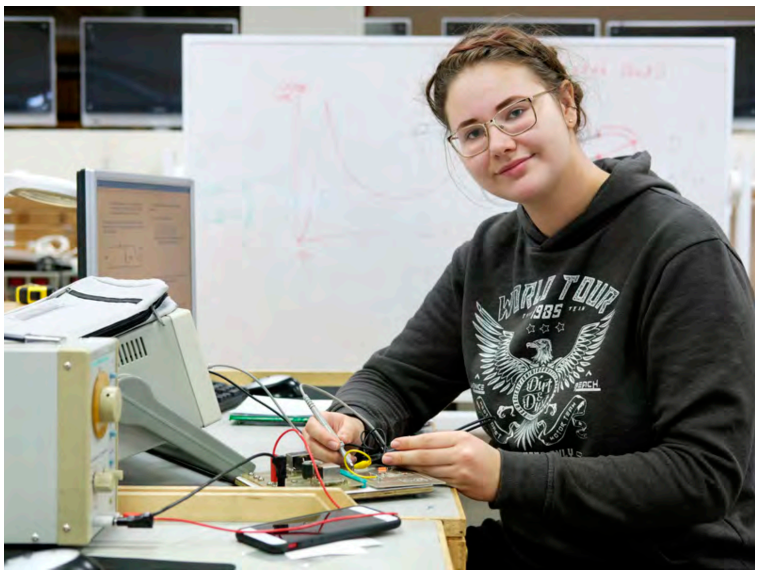
Í Borgarholtsskóla eru 315 nemendur í verknámi. Þar af eru 29 stelpur og 286 karlar.
Flestir stunda nám á bíltæknibraut, þar eru 185 strákar og 23 stelpur.
Á málm- og véltæknibraut er 101 strákur við nám á móti sex stelpum.
Í Véltækniskólanum stunda 225 nemendur nám. Þar af eru þrettán stelpur. Hlutfallið er lágt. En þó hafa fleiri konur skráð sig til náms undanfarið. Haustið 2015 voru stelpurnar til dæmis aðeins sex.
Í Skipstjórnarskólanum stunda 58 nemendur nám, þar af eru fimm stelpur. Tveimur fleiri en vorið 2015.
Í Raftækniskólanum stunda 233 nemendur nám, þar af eru sextán stelpur. Tvöfalt fleiri en vorið 2015 þegar þær voru aðeins átta talsins.

6%

NEMENDA Í VÉLTÆKNISKÓLANUM ERU STELPUR.

Hlutföllin snúast við í handverksskólanum þar sem 174 nemendur stunda nám. Þar stunda 148 stelpur nám en 26 strákar.
Í Byggingartækniskólanum eru 324 nemendur, 44 þeirra eru stelpur eða 14%. Hlutfallið hefur lækkað en vorið 2015 var það 26%.




Kamile Morkute stundar nám í Raftækniskólanum. Henni líður vel í skólanum og er bjartsýn á atvinnumöguleika sína. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Vön því að skera sig úr

Kamile Morkute,
nemandi í Raftækniskólanum

Kamile situr og vinnur að verkefni í Tækniskólanum í fullum kennslusal. Hún er eina stelpan í hópnum en segist vön því að skera sig úr vegna áhugasviðs síns.

„Það er ein önnur stelpa sem er með mér í náminu en við erum ekki í öllum tímum saman. Allir krakkarnir hér eru opnir hér fyrir mér. Mér líður vel í skólanum og mér líður ekkert eins og ég sé öðruvísi.

Ég hef unnið í raflögnum og það var pínu skrýtið. Ég var eina stelpan. Ég var að vinna við að tengja, þá eru aðallega eldri karlar að vinna með mér. Ég er vön að gera það sem er ekki hefðbundið svo það er ekki stórmál. Ég sætti mig við að vera ein af fáum konum í bransanum. Ég hugsa að ég velji mér starfsvettvang hjá stóru fyrirtæki frekar en annan vettvang. Þar eru meiri líkur á spennandi verkefnum og fjölbreyttari vinnustað,“ segir Kamile.

ÉG HEF UNNIÐ Í RAFLÖGNUM OG ÞAÐ VAR PÍNU SKRÝTIÐ. ÉG VAR EINA STELPAN.

Hrefna Sætran var sterk fyrirmynd

Hekla Karen Pálsdóttir,
matreiðslumaður á Jamie Oliver

Ég hef starfað í faginu í sex ár og hef alltaf verið heppin með samstarfsfélaga,“ segir Hekla Karen Pálsdóttir matreiðslumaður aðspurð um viðhorf til hennar í faginu. „Ég var soldið mikið spurð um það hvort ég ætlaði að verða ólétt þegar ég var í náminu og hvenær ég ætlaði að eiga börn. Kokkar vinna langan vinnudag og það gerir það erfiðara að vera með ungbörn, ég man ekki eftir því að strákarnir væru spurðir að þessu. Það var ein stelpa sem hætti í náminu árinu áður en ég byrjaði vegna þess að hún var ólétt, það hefur vakið upp þessar pælingar hjá fólki. En ég held að viðhorfið sé að breytast hratt.“

En var Hekla Karen alltaf viss um hvað hún vildi gera? „Nei, ég get ekki sagt það, ég elti hjörðina eftir 10. bekk og fór í nokkra áfanga í fatahönnun áður en ég ákvað að fara í matreiðsluna í MK. Skemmtilegustu tímarnir í grunnskóla voru heimilisfræði og textíll og bóknám reyndist mér erfitt því að ég glími við námserfiðleika. Matreiðsluáhugann fékk ég frá foreldrum mínum, þau eru bæði flink í eldhúsinu. Ég man að ég var ekki nema fjögurra ára þegar að ég var farin að slá saman egg og elda með pabba.“

Konum fjölgar jafnt og þétt í stéttinni og er hún ekki lengur eins mikil karlastétt og áður. „Ég horfði á alla þættina hennar Hrefnu Sætran, hún var mín fyrirmynd þegar ég byrjaði. Ég hringdi bara í hana og óskaði eftir því að komast á samning hjá henni. Ég byrjaði að vinna á Fiskmarkaðnum undir hennar leiðsögn og ég var fyrsta stelpan sem lauk námi með hana sem meistara.

Hekla Karen við störf í eldhúsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

ÉG HORFÐI Á ALLA ÞÆTTINA HENNAR HREFNU SÆTRAN, HÚN VAR MÍN FYRIRMYND.

Hrefna Sætran er ótrúlega góð og sterk fyrirmynd, ég á henni mikið að þakka.“ Í dag starfar Hekla Karen á veitingastaðnum Jamie Oliver sem var nýverið opnaður á Íslandi. „Ég ákvað að breyta til og sótti um hérna, ég hef mikinn áhuga á ítalskri matargerð, andinn í eldhúsinu er góður og fyrst þegar ég byrjaði að vinna hér voru fleiri stelpur á vaktinni en strákar. Sem er vísbending um breytta tíma.“ – áhg

Vilja ævintýri og hærri laun

Díana Del Negro og Högna Álfgeirsdóttir,
nemendur í Skipstjórnarskólanum

Díana Rós Del Negro er aðeins fimmtán ára gömul og skráði sig í Skipstjórnarskólann strax eftir grunnskóla. Högna Álfgeirsdóttir er alin upp við sjómennsku. Hún hefur starfað í útgerð og á sjó frá sextán ára aldri og er frá sjávarplássi á Suðurlandi.

„Ég var ákveðin í því að læra það sem ég hef áhuga á. Og það er allra helst þetta. Ég sé ævintýri í þessu og ýmsa möguleika,“ segir Díana Rós.

Högna segist vilja bæta við sig námi til að auka möguleika sína á hærri launum og betri stöðu í útgerð.

„Það er nú ástæðan fyrir því að ég er hér. Ég vil auðvitað fá hærri laun og er að styrkja stöðu mína í nánustu framtíð. Annars þá hefur mér alltaf verið vel tekið í vinnu og ég er alveg örugg með að fá vinnu eftir nám,“ segir hún.

Þegar blaðamaður heimsækir þær á venjulegum skóladegi sitja þær í skólastofu sem er annars full af strákum. Þeir spyrja blaðamann strax af hverju þeir séu ekki líka til viðtals. „Við erum þó tvær í dag allavega, það er fínt. Strákarnir taka okkur ágætlega,“ segir Högna.

Díana Rós Del Negro og Högna Álfgeirsdóttir. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

Stígamót

LAUGARDAGUR 9. DESEMBER 2017

Skilyrðislaus vinátta, traust og væntumþykja mynduðust á milli þessara ungu kvenna í sjálfshjálparhópi Stígamóta. Frá vinstri eru Árdís, Elísa, Viktoría Dögg og Elín Hulda. MYNDIR/ERNIR

Spegla sig í lífsreynslu hinna

Samkennd, trúnaður og sjálfsstyrking eru rauði þráðurinn í sjálfshjálparhópum Stígamóta. Hér er rætt við fjórar ungar konur sem bundnar eru órjúfanlegu trausti og vinaböndum eftir að hafa unnið saman í sjálfshjálparhópi í kjölfar kynferðisofbeldis. ➔2

Ég áttaði mig loks almennilega á að ég er ekki ein að ganga í gegnum þetta helvíti," segir Viktoría Dögg Ragnarsdóttir, yngst í einum af sjálfshjálparhópum Stígamóta. Traustið og skilningurinn hafi reynst henni dýrmætt veganesti.

„Í hópnum vorum við allar á sama stað og höfðum skilning á hvernig það er að reyna að leita ráða hjá þeim sem ekki hafa lent í kynferðisofbeldi. Því skipti sköpum að heyra sögur frá hinum stelpunum og finna að maður var ekki einn," segir Viktoría sem fann sig eins og litla systur í hópi góðra systra í sjálfshjálparhópnum.

„Skilyrðislaus vináttan sem myndaðist er ómetanleg og traustið og væntumþykjan hefur verið mér rosalega hjálpleg. Mér líður eins og þær hinar séu stóru systur mínar sem passa upp á mig, sama hvað á bjátar í lífinu."

Viktoría er að tala um Árdísi Leifsdóttur, Elínu Huldu Harðardóttur, Elísu Elínardóttur og Elsu Dögg Lárusdóttur sem deilt hafa með henni sárri reynslu af kynferðisofbeldi.

Þær kynntust í sjálfshjálparhópi sem eru mikilvægir í starfsemi Stígamóta. Í þeim koma brotaþolar saman til að sækja sér styrk til að takast á við vandamál sem rekja má til afleiðinga kynferðisofbeldis. Með þátttöku í hópastarfi er einangrun rofin og þátttakendur veita hver öðrum stuðning. Samkennd og trúnaður ríkir í samskiptum, en rauði þráðurinn er sjálfsstyrking.

„Samstaðan og samlíðanin fannst mér mikilvægust í sjálfshjálparhópnum," segir Árdís. „Þótt reynsla okkar væri ekki nákvæmlega eins voru afleiðingarnar þær sömu. Því var mikilsvert að finna að maður væri ekki einn. Þegar maður svo leggur öll spilin á borðið fyrir framan stelpur sem áður voru manni ókunnugar myndast ósjálfrátt órjúfanleg tengsl."

Nú eru þrjú ár liðin síðan hópurinn kom saman en tengslin eru enn til staðar og verða það alltaf, að mati Árdísar.

„Í hópnum gat ég loks losað mig við mikla skömm sem ég hafði kljáðst við. Það var mjög frelsandi að finna að maður er ekki einn um að finnast maður vera afbrigðilegur og ógeðslegur, og saman gátum við losað okkur við skömmina sem var alls ekki okkar," segir Árdís.

Elísa Elínardóttir tekur í sama streng. „Í hópnum þurftum við aldrei að fela tilfinningar okkar eða setja upp grímu. Fyrir mig var þýðingarmikið að enginn dæmdi neinn. Við unnum úr okkar reynslu saman sem einstaklingar og höfðum ólíkar aðferðir við að lifa við þetta fyrst um sinn. Einnig fannst mér trúnaðurinn skipta mjög miklu og að læra að treysta upp á nýtt."

Erfitt að opna sig og gráta

Hver og einn einasti tími í sjálfshjálparhópnum var erfiður, að sögn Elínar Huldu Harðardóttur.

„Það er ofboðslega erfitt að vinna með áföll sín í hverri einustu viku. Að grafa upp það sem maður hefur verið að reyna

Framhald á síðu 2 ➔

Framhald af forsíðu ➺

að grafa niður. Á sama tíma var hver einasti tími óskaplega gefandi og ég hefði ekki getað verið heppnari með stelpurnar sem lentu með mér í hópnum,“ segir Elín Hulda.

Erfiðast hafi verið að mæta í fyrsta tímann. „Mér fannst afar erfitt að opna mig, gráta og leyfa mér að finna til. Fyrir mig var líka mjög erfitt að treysta og tala upphátt um lífsreynslu mína, en líka að hlusta á reynslu stelpnanna. Þó fann ég strax mikinn létti að koma þessu frá mér.“

Undir þetta tekur Árdís. „Mér fannst erfiðast að heyra hvað nákvæmlega kom fyrir þessar yndislegu stelpur og hvernig afleiðingarnar fyrir þær voru því það á enginn skilið að brotið sé svona á þeim.“

Það reyndi mest á Viktoríu Dögg að tala opinberlega um ofbeldið við hinar og heyra sögur þeirra í smáatriðum.

„Að tala upphátt og ítarlega um það sem kom fyrir mig var rosalega erfitt. Áður hafði ég bara gefið skýrslu til að kæra viðkomandi. En ellegar hefði ég bara getað skrifað á blað allan hryllinginn sem hann gerði mér, sem voru já heilar ellefu blaðsíður.“

Léttir að mega segja allt

Árdís var einnig í einstaklingsviðtölum um vandamál sín og afleiðingar ofbeldisins sem hún varð fyrir.

„Í sjálfshjálparhópnum var hins vegar farið skipulega yfir ýmsa þætti sem tengdust afleiðingum ofbeldisins, skref í átt að bata og fleira gagnlegt. Þar heyrði ég hinar stelpurnar líka tala um reynslu sína og tilfinningar sem ég gat tengt við en hafði ekki talað um áður. Sumt af því vissi ég hreinlega ekki að ég væri að díla við, né að væri að hrjá mig, en svo var líka sumt sem ég hafði ekki þorað að tala um vegna mikillar skammar. Að heyra aðra tala um um það var mikill léttir,“ segir Árdís.

Elísa lærði að treysta öðrum fyrir sjálfri sér og reynslu sinni í sjálfshjálparhópi Stígamóta.

„Ég fékk staðfestingu á því að ég væri ekki ein að glíma við afleiðingar ofbeldis. Bati okkar allra varð mjög samstíga; við gátum sagt hvað sem er og þá var alltaf einhver í hópnum sem tengdi.“

Viktoría Dögg var líka í einstaklingsviðtölum og sjálfshjálparhóp því henni þótti þægilegra að geta bæði verið ein með sínum ráðgjafa og svo með stelpunum.

„Í einstaklingsviðtölum var einblínt á mig eina, bataferil minn og uppbyggingu á sjálfri mér, en í hópnum vorum við að hjálpa hver annarri að læra að lifa með þessu og þeirri staðreynd að þetta gerðist. Þar gat ég alltaf rætt við aðrar stelpur sem höfðu líka upplifað kynferðisofbeldi. Sem hópur munum við alltaf vera til staðar hver fyrir aðra; ef eitthvað amar að eða angrar mann.“

Sjálfshjálparhópurinn hjálpaði Elínu Huldu að vinna með afleiðingar áfalla.

„Það er skrýtið hvernig maður tengir við sögur og reynslu hinna í hópnum. Stundum segir ein eitthvað um það sem hún er að upplifa og gæti allt eins verið að tala út frá manns eigin huga. Maður nær að spegla sig í hinum stelpunum. Við það myndast ótrúlega mikið traust og tenging á milli allra í hópnum. Það er allt annað að sitja einn með ráðgjafa sínum en að sitja með fjórum öðrum stelpum og tveimur leiðbeinendum að tala um ákveðið þema í hverjum tíma.“

Þær Árdís, Elísa, Viktoría og Elín Hulda eru sammála um að þeim hafi létt við að geta talað um reynslu sína við konur sem höfðu líka upplifað kynferðisofbeldi.

Um sjálfshjálparhópana

Starfræksla sjálfshjálparhópa er mikilvægur þáttur í starfi Stígamóta og hófst fimm árum fyrir formlega stofnun. Þátttaka í hópastarfinu er að sjálfsögðu valfrjáls og aðeins hluti af Stígamótafólki velur að taka þátt í starfinu.

Hóparnir skipta orðið hundruðum og hafa þróast í áranna rás. Nauðgunarhópar, sifjaspellshópar, sjálfsstyrkingarhópar, karlahópar, Svanahópar, hópar fyrir ungar stúlkur og hópar fyrir aðstandendur eru dæmi um hópana.

Hóparnir eru leiddir af þjálfuðum leiðbeinendum. Þeir eru lokaðir og þátttakendur skuldbinda sig til þess að mæta í fimmtán skipti þar sem farið er skipulega yfir ýmsa þætti sem tengjast ofbeldinu.

Kæra sendir skýr skilaboð

Viktoría Dögg er sem fyrr segir yngst í sjálfshjálparhópnum. Hún vildi kæra gerandann í kynferðisbrotamáli sínu til að ná fram réttlæti fyrir sína hönd.

„Hann tók frá mér verðmætan tíma, vináttu og lífsviljann; allan þann tíma sem fór, og fer enn, í að byggja mig upp á ný til að geta elskað mig sjálfa aftur. Ég vildi að hann þyrfti að horfast í augu við það sem hann gerði mér. Það var talið að mál mitt væri sterkt vegna þess hversu ung ég var, og að eitthvað yrði gert í þessu máli, en það var fellt niður.“

Elín Hulda kærði seinni nauðgun af tveimur sem hún varð fyrir.

„Það sat alltaf í mér að hafa ekki kært fyrri nauðgunina. Hvað hefði gerst ef ég hefði kært? Ég ákvað því að standa upp fyrir sjálfri mér og kæra seinni nauðgunina. Ég ætlaði ekki að leyfa honum að gera fleiri stelpum þetta og vildi senda honum skýr skilaboð um það sem hann gerði mér og hversu rangt það væri.“

Árdís var undir lögaldri þegar fyrra kynferðisofbeldið komst upp og Barnavernd kærði manninn.

„Þegar seinna ofbeldið komst upp var ég nýorðin sjálfráða og ákvað að kæra það ekki. Málið var það flókið og ég svo ung að ég gerði það ekki.“

Elísa kærði fyrrverandi sambýlismann sinn fyrir andlegt, líkamlegt og kynferðislegt ofbeldi.

„Hann braut hrikalega á mér og ætti að þurfa að taka út refsingu fyrir það. Horfast í augu við sjálfan sig vitandi að hann getur ekki hagað sér svona án afleiðinga. Svona ómenni þarf hreinlega að taka úr umferð. Lendi önnur kona í sömu reynslu og ég gerði með þessum manni mun alltaf vera til á skrá hvað hann gerði mér, og vonandi mun það hjálpa þeirri konu að stíga fram og kæra.“

Hlutverk leiðbeinenda í sjálfshjálparhópum

Sjálfshjálparhópar hafa verið partur af starfsemi Stígamóta frá stofnun þess. Ár hvert eru allt upp í 15 hópar starfræktir. Erla, félagsráðgjafi á Stígamótum, hefur sl. tvö ár lagt sérstaka áherslu á að vinna með yngsta hóp kvenna á Stígamótum. Hún segir að hlutverk leiðbeinanda sé margþætt.

„Fyrir utan að halda þennan „praktíska“ ramma sem er nauðsynlegur til að skapa öryggi, þá er mikilvægt að sjá til þess að allir í hópnum fái rými til að vinna úr sinni reynslu og á sínum forsendum,“ segir Erla. „Leiðbeinandi þarf því að vera styðjandi og hvetjandi en með mörkin á hreinu. Einnig að geta leitt hópinn inn í umræðuefni hvers tíma, sem getur oft á tíðum verið ansi þungt. Til þess þarf að deila eigin reynslu eða þekkingu, vera skapandi og sýna styrk og innsýn í aðstæður hverju sinni. Leiðbeinandi þarf einnig að geta tekist á við erfiðar aðstæður og geta leitt hópinn í gegnum þær.“

Erla Björg Kristjánsdóttir.

> **Fyrir utan að halda þennan „praktíska“ ramma sem er nauðsynlegur til að skapa öryggi, þá er mikilvægt að sjá til þess að allir í hópnum fái rými til að vinna úr sinni reynslu og á sínum forsendum.**

Reynsla Erlu er sú að mikil samheldni myndast innan hópsins og með því að deila erfiðri reynslu verður tenging á milli brotaþola sem getur verið ómetanleg.

Um Stígamót

Stígamót er staður fyrir fólk sem beitt hefur verið kynferðisofbeldi og aðstandendur þeirra. Meginviðfangsefnin eru nauðganir, sifjaspell, kynferðisleg áreitni, stafrænt ofbeldi, klám, vændi og mansal. Boðið er upp á einstaklingsráðgjöf og þátttöku í lokuðum sjálfshjálparhópum. Einnig er boðið upp á almenna upplýsingagjöf til fagfólks, hópa og til almennings.

Starfshópurinn hefur fjölbreytta menntun, en býður ekki upp á eiginlega meðferð, heldur er boðið upp á hjálp til sjálfshjálpar. Öll þjónusta við brotaþola er ókeypis og algjörum trúnaði er heitið með þeim undantekningum sem lög kveða á um. Til að fá viðtal hjá ráðgjafa er pantaður tími í síma 562 6868 eða á stigamot@stigamot.is. Einnig er boðið upp á netspjall og stutta símaráðgjöf. Stígamót eru til húsa á Laugavegi 170, 2. hæð.

Inga Vildís Bjarnadóttir gerði mat á árangri ráðgjafarinnar árið 2010 og í ljós kom að eftir a.m.k fjögur viðtöl á Stígamótum minnkaði þunglyndi, kvíði og streita marktækt á meðan sjálfsvirðing jókst. Það er því eftir nokkru að sækjast að leita sér hjálpar.

Útgefandi: 365 miðlar | Ábyrgðarmaður: Sstígamót | Sölumaður auglýsinga: Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.is, s. 512 5433 | Veffang: Visir.is

Svo mikilvægt að spyrja

Denise Cresso og Kerstin Kristensen hafa í mörg ár unnið að rannsóknum á ofbeldi gegn fötluðu fólki í Svíþjóð. Þær komu til landsins í byrjun september til að halda námskeið og miðla Stígamótum og fulltrúum hagsmunasamtaka fatlaðs fólks af reynslu sinni og þekkingu varðandi aðstæður fatlaðra kvenna og afleiðingar ofbeldis á fatlaðar konur.

Denise og Kerstin hafa unnið saman að málaflokknum í mörg ár. Denise er blind og hefur barist fyrir hagsmunamálum fatlaðra og Kerstin kemur frá kvennaathvarfshreyfingunni í Svíþjóð.

„Ofbeldi gegn fötluðum er ekki frábrugðið öðru ofbeldi í nánum samböndum að því leyti að þú þekkir veiku blettina á þínum nánustu og getur nýtt þá til að beita ofbeldi,“ segir Denise. „Fatlaðir hafa kannski fleiri og stærri veika bletti en aðrir.“

Kerstin bendir á að fatlaðir séu ekki sjálfkrafa útsettari fyrir ofbeldi en aðrir. „En það er hægt að beita þá ofbeldi á fleiri vegu og með margvíslegri hætti en ófatlaða. Það er til dæmis hægt að endurraða húsgögnunum og þannig gera blindri eða hreyfihamlaðri manneskju erfitt um vik að upplifa öryggi heima hjá sér, nokkuð sem ófötluð manneskja myndi ekki takast á við með sama hætti. Og þú kvartar ekki til yfirvalda undan því að einhver færi til húsgögn.“ Þá nefna þær báðar andlegt ofbeldi sem getur verið erfitt að sanna. „Með því að segja neikvæða og særandi hluti um andlega eða líkamlega getu er hægt að brjóta einstaklinginn niður og það er erfitt fyrir fatlaðan einstakling að verjast slíku.“ Kerstin segir að konur sem eru andlega fatlaðar hafi oft ekki upplýsingar um hvað telst vera ofbeldi. „Þær halda að það sem gerist sé eðlilegt, að það sé svona sem samlífi annarra er og þær þrá svo heitt venjulegt líf að þær láta ýmislegt yfir sig ganga.“

Fatlaðar konur eiga að sögn Denise og Kerstin enn fremur erfitt með að nýta sér þá hjálp sem stendur til boða. „Fatlaðar konur í nánum samböndum eiga erfitt með að flýja heimilið þar sem kvennaathvörfin bjóða oft ekki upp á aðstöðu fyrir þær,“ segir Kerstin og Denise bætir við: „Þá hafa þær oft ekki upplýsingar um hvað er ofbeldi og eru líka stundum háðar mökum sínum um umönnun. Margir ófatlaðir menn fatlaðra kvenna segja að þeim finnist erfitt að hafa alltaf einhvern inni á heimilinu og kjósa frekar að aðstoða konurnar sínar sjálfir og þá er valdaójafnvægi komið innan sambandsins og sú fatlaða er einangruð. Persónulegur aðstoðarmaður myndi sjá merki um það ef ekki er allt með felldu og ber ábyrgð á að láta vita af því. En svo verða yfirmenn viðkomandi að grípa boltann, ekki bara segja eins og stundum hefur gerst: finnst þér ekki gaman að vera hjá þeim? Viltu láta færa þig annað?“

Fatlaðar konur eru líka í varnarlausri stöðu gagnvart starfsfólki, mökum, foreldrum, systkinum og svo framvegis. „Þú ert háð öðrum um lyf, hreinlæti, næringu…“ segir Denise og bætir við: „Vanræksla er ein tegund ofbeldis.“ Kerstin tekur fram að þær vilji ekki gera fatlaðar konur að fórnarlömbum. „Margar fatlaðar konur eru í ástríkum samböndum og hafa fulla stjórn á lífi sínu. En fötlun þeirra setur þær í meiri hættu.“ Denise bendir líka á að fatlaðar konur séu ekki alltaf teknar alvarlega sem kynverur. „Það snýst um ósýnileika. Ef þú hefur fyrirframákveðnar hugmyndir um að fatlaðar konur séu ekki kynverur þá spyrðu ekki um kynlíf, kynferðisofbeldi eða sambönd. Staðreyndin er sú að konur eru beittar ofbeldi, hvort sem þær eru fatlaðar eða ekki. Og fatlaðir karlar eru líklegri til að vera beittir kynferðisofbeldi en ófatlaðir.“

Þær segja það stöðugt koma meira upp á yfirborðið hvað kynferðisofbeldi er alvarlegt vandamál meðal fatlaðra. „Þetta er erfitt viðureignar því að margir vilja ekki horfast í augu við vandann,“ segir Denise. „Einangrun og ósýnileiki eru aðaláhættuþættirnir. Fatlaðir missa oft af fræðslu í almenna skólakerfinu og ef náinn aðstandandi er kannski gerandinn, jafnvel sá sami og stjórnar aðgangi hins fatlaða að umheiminum, er það jarðvegur þar sem misnotkun getur þrifist.“

Kerstin samsinnir þessu og bætir við: „Það er mikilvægt að fatlað fólk sé sýnilegt á sem flestum vettvangi, í auglýsingaherferðum, á sjónvarpsskjánum, ef fatlað fólk er sýnilegt alls staðar þá verður viðteknara að hugsa um það sem venjulegt fólk með vonir og þrár sem sannarlega getur líka orðið fyrir alls kyns ofbeldi.“ Þær benda líka á að ofbeldi geti þrifist þar sem báðir aðilar eru fatlaðir. „Þetta er eitt dæmi um ósýnileika. Það reiknar enginn með því að maður í hjólastól lemji konuna sína og þess vegna eru þau ekki spurð,“ segir Denise. „Við þekkjum dæmi þar sem konan var alltaf með marbletti og maðurinn hennar sem líka var í hjólastól sagði að hún væri alltaf að detta úr stólum. En eftir að hann dó hurfu marblettirnir af henni. Og þá fyrst datt umönnunaraðilum í hug að kannski væri ástæðan fyrir áverkunum sú að hann beitti hana ofbeldi. En þá var auðvitað orðið allt of seint að gera nokkuð.“

Kerstin bendir á að fatlaðir séu fjölbreyttur hópur og því ekki hægt að beina sömu upplýsingum og spurningum til allra. „Rannsóknir sýna að fólk vill tala ef það er spurt. Ef það er hins vegar fjarri spyrjandanum að viðkomandi sé kynvera vegna fötlunar eða að enginn geti fundið það í sér að vera vondur við fatlaðan einstakling þá spyrðu ekki einu sinni og ef þú spyrð ekki þá segir enginn neitt. Það þarf að spyrja. Fatlaðir fá mikla þjónustu frá sveitarfélögum og þar eru margir möguleikar til að spyrja um ofbeldi en það er ekki gert. Þess vegna eru fatlaðir enn þá ósýnilegur hluti þeirra sem verða fyrir kynferðisofbeldi.“

Kerstin Kristensen og Denise Cresso hafa unnið að rannsóknum á ofbeldi gegn fötluðum konum í Svíþjóð um árabil.

Um ofbeldi gegn fötluðu fólki

Ofbeldi gegn fötluðu fólki hefur fleiri birtingarmyndir en ofbeldi gegn öðrum hópum. Á síðasta ári sögðust 109 einstaklingar af þeim 338 sem leituðu til Stígamóta í fyrsta sinn vera með einhvers konar skerðingar, þar af var 41 metinn til örorku. Algengastar voru hvers kyns geðraskanir, en einnig nefndi fólk þroskahömlun, hreyfihömlun, blindu eða sjónskerðingu, einhverfu og heyrnarleysi eða heyrnarskerðingu.

Aðgengi fyrir fatlaða er gott á Stígamótum, en því fólki sem af ólíkum ástæðum getur alls ekki komist í viðtöl er boðið upp á heimsóknir heim eða inn á stofnanir.

Listin getur veitt öruggari leið

Einstaklingar sem eiga erfitt með að tjá sig á hefðbundinn hátt geta nýtt sér listmeðferð til árangursríkari tjáningar

Listmeðferð er meðferðarform þar sem notast er við listsköpun, ásamt samtalsmeðferð, við úrvinnslu áfalla eða erfiðrar reynslu. Listsköpunin getur veitt fólki tækifæri til að tjá sig með öðrum hætti en með orðum og því gefið aðra og dýpri innsýn í tilfinningalíf viðkomandi á þann hátt sem samtal getur ekki veitt, að sögn Jóhönnu Lindar Jónsdóttur, sem starfar sem ráðgjafi og listmeðferðarfræðingur hjá Stígamótum.

Hún segir listmeðferð geta gagnast fólki sem lent hefur í kynferðislegu ofbeldi. Yfirleitt sé mjög erfitt að ræða ofbeldið og afleiðingar þess en listin geti veitt öruggari leið sem er fjarlægari einstaklingnum heldur en ef hann segi frá í fyrstu persónu. „Minningar og hugsanir sem tengjast ofbeldinu geta oft á tíðum verið svo yfirþyrmandi að einstaklingurinn lokar á þær. Þegar kemur að úrvinnslu getur verið erfitt að opna aftur á slíkan sársauka. Listsköpun getur veitt greiðari leið fyrir viðkomandi að slíkum minningum og hugsunum heldur en ef um samtal væri að ræða. Einnig getur listmeðferð veitt annars konar aðgang að lokuðum minningum þar sem unnið er í efnivið sem örvar skynfæri, t.d. með lykt, áferð og hljóðum.“

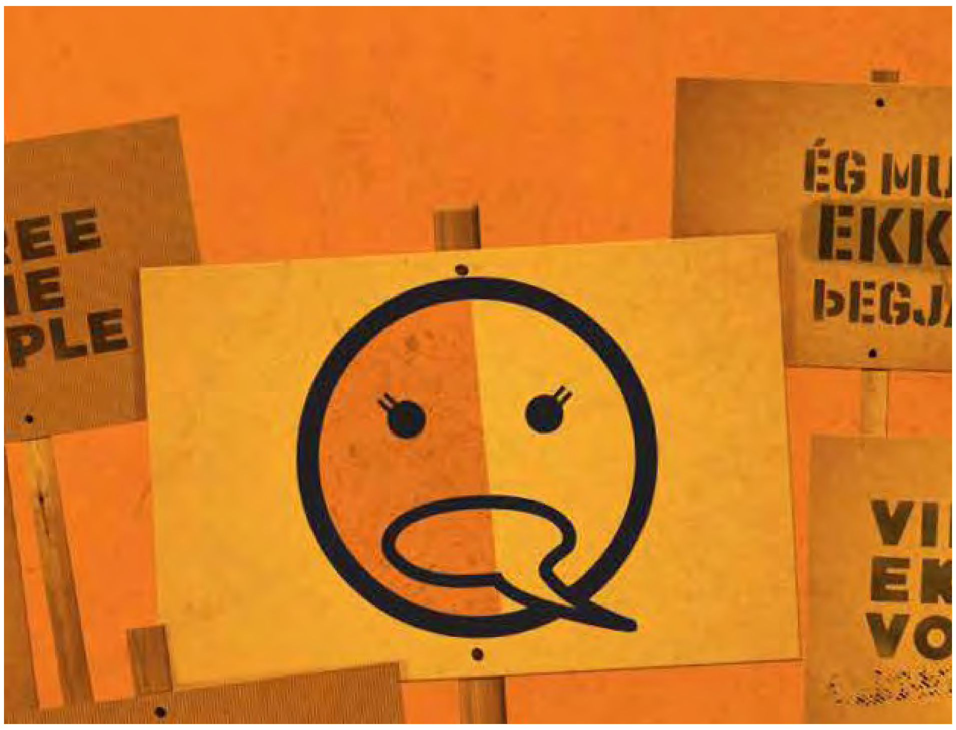
Einstaklingur sem á erfitt með að tjá sig á hefðbundinn hátt getur þannig nýtt sér listmeðferð til tjáningar á erfiðum og sársaukafullum upplifunum, líkt og kynferðisofbeldi er, segir Jóhanna. „Það fellur þá í hlut listmeðferðarfræðingsins að mynda samband við manneskjuna og veita henni öruggt rými til að opna á viðkomandi áföll og lífsreynslu. Um leið er mikilvægt að hafa í huga að ekki þarf þekkingu á listsköpun eða einhverja sérstaka hæfileika á því sviði til að nýta sér listmeðferð.“

Jóhanna útskrifaðist úr uppeldis- og menntunarfræði og sálfræði frá Háskóla Íslands eftir að hafa lokið fornámi í Myndlistaskóla Reykjavíkur. Þaðan lá leið hennar til New York þar sem hún lærði listmeðferð í NYU háskólanum. „Eftir meistaranámið starfaði ég úti með einhverfum börnum í tæp tvö ár og síðan á Stuðlum eftir að ég kom heim. Ég er ótrúlega þakklát Stígamótum fyrir að gefa mér tækifæri til að starfa á þessum vettvangi með fullorðnum einstaklingum.“

Jóhanna Lind Jónsdóttir, ráðgjafi og listmeðferðafræðingur. MYND/ANTON BRINK

Afhjúpanir um kerfisbundið kynferðisofbeldi

Guðrún Jónsdóttir
talskona Stígamóta



Því verður ekki lengur á móti mælt að karlar í öllum stéttum hafa kerfisbundið varið valdastöðu sína með því að beita konur hvers kyns kynbundnu og kynferðislegu ofbeldi eða hótunum um ofbeldi.

#metoo

Það hefur verið vaxandi virkni og kraftur í grasrótinni undanfarin misseri. Konur hafa lýst frelsi yfir eigin líkömum með brjóstabyltingunni. Druslugangan hefur stækkað ár eftir ár og þúsundum saman hafa konur mótmælt drusluskömmun. Fjöldi kvenna og þó nokkrir karlar hafa gefið út yfirlýsingar um að hafa verið beitt ofbeldi með forsíðumyndum á samfélagsmiðlum og nú hefur skollið á #*metoo* eða Églíka byltingin.

Það er eins og flóðgáttir hafi opnast. Það er nú ljóst að sterku konurnar í stjórnmálunum hafa ekki sloppið. Gáfuðu vísindakonurnar og hæfileikaríku listakonurnar ekki heldur og fleiri kvennahópar eru að kortleggja ástandið í sínum röðum. Mesta sjokkið og þarfast verður það, ef stelpur frá unga aldri fá sömu hvatningu og styrk til þess að segja frá því ofbeldi sem þær eru beittar. Það gildir að sjálfsögðu líka um stráka.

Ég líka byltingin hefur leitt í ljós að ofbeldið hefur verið framið í augsýn og með vitneskju margra. Ofbeldismennirnir hafa notið þess að þeir sem áttu eitthvað undir þeim, sáu sér þann kost vænstan að bregðast ekki við, eða jafnvel hvetja til frekara ofbeldis. Þannig virkar samsæri þagnarinnar.

Karlar eru í lykilhlutverki

Afhjúpanirnar verða að leiða til þess að við tökum meiri ábyrgð. Nú verður að eiga sér stað kröftug vitundarvakning gegn meðvirkni því hlutleysi er afstaða í sjálfu sér. Við verðum öll að taka okkur tak og beita okkur gegn hvers kyns niðurlægingu og ofbeldi sem við verðum vitni að. Skiptum okkur af og segjum hátt og skýrt frá þegar okkur misbýður.

Vinnustaðir, skólar, stofnanir og stjórnvöld verða að endurskoða sofandahátt gegn ofbeldi. Fyrirbyggja það, gera það ljóst að það verði ekki látið viðgangast og draga til ábyrgðar þá sem því beita.

Hinn ósanngjarni samfélagssáttmáli kynjanna hefur gengið út á það að nógu margir karlar beiti ofbeldi til þess að valdamynstrið breytist ekki. Því verður ekki lengur á móti mælt að karlar í öllum stéttum hafa kerfisbundið varið valdastöðu sína með því að beita konur hvers kyns kynbundnu og kynferðislegu ofbeldi eða hótunum um ofbeldi.

Það er óþægileg staðreynd að karlar almennt njóta afleiðinga þess að sumir þeirra beita ofbeldi. Það er vegna þess að ofbeldi sumra gerir því miður alla karla tortryggilega og það getur verið nóg til þess að konur leitist við að haga sér þannig að sem mestar líkur séu á að þær sleppi.

Það mikilvægasta sem þarf að eiga sér stað nú er að allir karlar skilji og viðurkenni að ofbeldi byggist alltaf á valdi og að það hafi ótal birtingarmyndir. Að þeir axli ekki bara ábyrgð á sjálfum sér heldur líka á kynbræðrum sínum. Að þeir hrökkvi ekki í vörn, heldur beiti sér bæði persónulega og í hópum til þess að skapa með okkur konum nýjan og réttlátari samfélagssáttmála.

Ofbeldismenn

Frá opnun Stígamóta hafa ofbeldismenn alltaf talist mun fleiri en brotaþolar. Raunverulegur fjöldi þeirra er óþekktur, sumir eru margtaldir, en önnur ástæða fyrir þessum mikla fjölda er sú að stundum kemur fólk eftir hópnauðganir eða endurtekið ofbeldi.

125
ofbeldismenn voru undir 18 ára aldri á síðasta ári.

Á síðasta ári voru það 515 karlar og 22 konur sem beittu 372 manneskjur ofbeldi. Þessi kynjahlutföll hafa verið svipuð í fjölda ára.

Ofbeldismenn byrja oft feril sinn ungir og sumir hafa langan brotaferil. Á síðasta ári voru 125 ofbeldismenn undir 18 ára aldri. Aðspurðir sögðust 100 brotaþolar vita til þess að viðkomandi hefði beitt aðra ofbeldi líka.

Samkvæmt rannsókn Hildigunnar Magnúsdóttur og Katrínar Erlingsdóttur frá árinu 2006 virðast ungu kynferðisbrotamennirnir árásargjarnari en þeir eldri. Þannig var oftast um fullframdar nauðganir að ræða þegar þeir voru á aldrinum 16-18 ára. Þeir sem nauðguðu fullorðnum konum voru um það bil hættir um þrítugt á meðan þeir sem beittu börn kynferðisofbeldi voru á öllum aldri.

Meðferð kynferðisbrotamanna er almennt lítil á Íslandi, áhrifaríkasta leiðin til þess að sporna við kynferðisofbeldi eru öflugar forvarnir.

Kynferðisofbeldi gegn konum – hvað getum við karlar gert?

Hjálmar Sigmarsson
ráðgjafi á Stígamótum

Stígamót hafa alla tíð lagt mikla áherslu á umræðuna um ofbeldismenn, enda snýst allt starf Stígamóta um afleiðingar gerða þeirra.

Við karlmenn erum í lykilhlutverki til þess að takast á við nauðgunarmenningu og það hvernig þessi menning réttlætir ofbeldi og gerir ofbeldismönnum kleift að komast upp með ofbeldisverkin. Byltingar undanfarinna ára hafa sýnt að þeir sem beita ofbeldi eru venjulegir menn – þetta eru vinir, ættingjar, vinnufélagar og áhrifavaldar. Við karlmenn komumst því ekki lengur upp með að segja að ofbeldi komi okkur ekki við og það séu bara örfá skrímsli sem fremji slíka verknaði. Við karlar erum í lykilstöðu til að takast á við þá ofbeldismenn sem við þekkjum.

Þetta vekur auðvitað upp þá spurningu hvernig við nálgumst þessa umræðu og auk þess hvernig við tryggjum að umræðan sé brotaþolavæn. Hvernig tryggjum við að umræðan nái lengra í að brjóta niður nauðgunarmenningu og að færri karlmenn beiti kynferðisofbeldi? Karlar eru meira áberandi í jafnréttisumræðunni í dag en áður. En það er ekki nóg að virkja fleiri karlmenn í baráttunni gegn kynferðisofbeldi, og það er ekki nóg að segja „góðir strákar nauðga ekki“. Það þarf að dýpka umræðuna. Við karlmenn þurfum að taka virkan þátt í að berjast gegn fjölbreyttum birtingarmyndum kynjamisréttis og kynferðisofbeldis í okkar umhverfi. Til þess að vera raunverulegir bandamenn í þessari baráttu þurfum við að taka ábyrgð, við verðum að leggjast í sjálfskoðun og eiga erfið samtöl við karla í okkar lífi.

> **En það er ekki nóg að virkja fleiri karlmenn í baráttunni gegn kynferðisofbeldi, og það er ekki nóg að segja „góðir strákar nauðga ekki“. Það þarf að dýpka umræðuna.**
> Hjálmar Sigmarsson

Það er skylda okkar að bæta hlustunarskilyrðin. Til þess þurfum við að halda áfram að hlusta, læra og skilja.

Námskeið fyrir áhugasama karla

Stígamót munu halda námskeið helgina 24.-25. febrúar 2018, fyrir karla sem vilja taka virkan þátt í baráttunni gegn kynferðisofbeldi. Markmiðið verður að þátttakendur öðlist dýpri skilning á mikilvægum viðfangsefnum sem varða kynferðisofbeldi gegn konum og öðlist verkfæri til að þróa aðferðir og aðgerðir til að ná til og virkja fleiri karlmenn í baráttunni. Til að skrá ykkur og fá nánari upplýsingar um námskeiðið sendið tölvupóst á hjalmar@stigamot.is.

Fólk

Helgin

LAUGARDAGUR 9. DESEMBER 2017

Bryndís Halldórsdóttir og Hany Hadaya dönsuðu sinn fyrsta tangó í Kramhúsinu fyrir mörgum árum og eftir það varð ekki aftur snúið. Þau taka þátt í jólasýningu Kramhússins í Gamla bíói. →8

Fjölskyldan bak við Feld, frá vinstri Marta Heiðarsdóttir, Kristín Birgisdóttir og Heiðar Sigurðsson feldskeri. MYND/ANTON BRINK

Vönduð skinnavara í miklu úrvali

Feldur Verkstæði er sérhæft fjölskyldufyrirtæki sem hannar og selur skinnavöru. Í versluninni á Snorrabraut er enn fremur úrval af skinnfatnaði og á verkstæðinu er boðið upp á pelsaviðgerðir. Enn fremur stendur til að endurvekja íslensku mokkakápuna en íslenska lambskinnið er mikið í tísku núna. →2

Í versluninni á Snorrabraut 56 má finna fjölbreytt úrval gjafavöru og einnig fallegar skinnflíkur sem er einungis hægt að fá þar.

Feldirnir hjá Feldi eru fjölbreyttir og fallegir.

Ef skinnflíkin passar ekki er lítið mál að breyta henni á Feldi Verkstæði.

Selskinnsjakkar og kápur frá grænlenska merkinu Great Greenland.

Í versluninni er mikið úrval af fallegum yfirhöfnum og kápum.

Feldur Verkstæði er fjölskyldufyrirtæki sem sérhæfir sig í hönnun á skinnvörum. Hjónin Heiðar Sigurðsson og Kristín Birgisdóttir stofnuðu Feld Verkstæði til að auka úrvalið á skinnvarningi sem þeim fannst takmarkað. Þau vildu leggja áherslu á klassískar vörur úr skinni þar sem notagildi og gæði eru í hámarki, bæði í efni og framleiðslu. Kristín segir þau kaupa vottuð skinn sem keypt eru á uppboðum bæði í Danmörku og Finnlandi og eru þannig í miklum gæðaflokki. Það sama á við um framleiðsluna þar sem þau eru í nánu sambandi við framleiðendur sem allir sérhæfa sig í ákveðinni skinnvinnslu. Það hefur tekið mörg ár að finna bestu framleiðendurna og eru þau sífellt að vinna í því að halda gæðum og þróa vörur sem eru klassískar og óháðar ákveðinni tískubylgju. „Klassískar skinnvörur eru fjárfesting, þær lifa lengi og endast vel. Ef þú kaupir pels getur hann gengið í arf til afkomenda, eins og gull. Fallega skinnhúfu áttu alla ævi, svo framarlega sem þú týnir henni ekki. Við erum einnig með mikið af smávöru sem er ekki óþarflega dýr og flestir geta keypt og hefur notið mikilla vinsælda."

Vörur frá Feldi hafa í mörg ár verið til sölu í ýmsum verslunum, þar á meðal í Geysi og Rammagerðinni. Heiðar og Kristín hafa byggt fyrirtækið hægt og rólega upp og smám saman aukið vöruúrvalið. Með tímanum ákváðu þau að opna eigin verslun sem sýnir allt það úrval af vörum sem þau hafa hannað og þróað gegnum árin. Eftir opnun verslunarinnar á Snorrabraut 56 bættu þau við sig úrvali af pelsum, mokkakápum sérgerðum krögum og vestum. Auk þess hafa þau verið að þróa skinnfóðraða úlpu sem er mjög vinsæl í dag að sögn Kristínar.

Heiðar útskrifaðist sem feldskeri frá skóla í Tranos í Svíþjóð árið 1983 og hefur unnið við fagið síðan, þó með hléum. Nú hefur dóttir þeirra Marta sem er lærður fatahönnuður byrjað að vinna með þeim í þróun og hönnun á vörunum. „Það sem er á döfinni hjá okkur á næsta ári er að hanna nýjar vörur úr íslensku lambskinni. Við viljum endurvekja klassísku íslensku mokkavöruna sem einu sinni var svo vinsæl, eins og gærukerrupokann, mokkaskóna og jafnvel mokkakápuna."

Skinnin eru vottuð og í háum gæðaflokki.

Samhliða versluninni á Snorrabraut eru þau með verkstæði þar sem þau taka við gömlum pelsum í viðgerðir og breytingar.

„Það er svo gaman þegar konur koma með pelsa sem þær hafa erft eða fengið að gjöf og við breytum þeim til að passa á nýja eigandann. Fólk er oft tilfinningalega tengt pelsinum sem oftar en ekki er frá móður eða ömmu en ef hann passar ekki á neinn þá endar hann hangandi inni í skáp árum saman. Það er oft lítið mál að breyta skinnflíkum og það er gaman að sjá konur labba út, alsælar í gamla pelsinum sem hefur öðlast nýtt líf." Kristín bendir enn fremur á að öllum vörum frá Feldi fylgi viðgerðarþjónusta. „Við fylgjum vörunum okkar eftir og ef eitthvað bilar þá lögum við það að kostnaðarlausu. Það er algengur misskilningur að pelsar og skinn þurfi einhverja sérstaka meðferð. Á Íslandi er ekki eins mikill raki og víða erlendis svo það þarf ekki að geyma pelsinn á neinn sérstakan hátt. Og svo segjum við alltaf: Það þarf bara að nota flíkina, þó það komi aðeins rigning eða slydda á pelsinn er það ekkert mál, jafnvel bara gott fyrir flíkina að vera viðruð. Það fer miklu betur með pels að nota hann en ef hann hangir alltaf inni í skáp."

Kristín hlakkar til aðventunnar. „Núna er að renna í fjórðu jólin hjá okkur hér á Snorrabraut en það eru samt ansi margir sem vita ekki af okkur hér og eru hissa yfir því að hér sé verslun," segir Kristín. „Það er gaman að vita að fólki líkar verslunin og oftar en ekki gengur fólk héðan út með bros á vör og jafnvel með orðunum: Ég á eftir að koma hingað aftur! Það er alltaf skemmtileg stemming hjá okkur í búðinni á þessum árstíma og við viljum nota tækifærið til að bjóða öllum að líta við hjá okkur á Snorrabrautinni."

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: 365 miðlar
Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@365.is, s. 512 5349 | **Ragnheiður Tryggvadóttir,** heida@365.is, s. 512 5367 | **Sólveig Gísladóttir,** solveig@365.is, s. 512 5351 **Sigríður Inga Sigurðardóttir,** sigriduringa@365.is, s. 512 5372 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@365.is, s. 512 5358 | **Vera Einarsdóttir,** vera@365.is, s. 512 5357

Sölumenn: **Atli Bergmann,** atlib@365.Is, s. 512 5457 | **Jóhann Waage,** johannwaage@365.Is, s. 512 5439 | **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@365.Is, s. 512 5429 | **Ólafur H. Hákonarson,** olafurh@365.Is, s. 512 5433

Ekki þjást um hátíðarnar

Meltingarensímin frá Enzymedica eru nýjung á Íslandi en öflug ensím bæta meltinguna og gefa okkur aukna orku ásamt því að losa fólk við fjölmörg vandamál sem tengjast erfiðri meltingu.

Hver kannast ekki við að verða þreyttur eftir þunga máltíð? Sumir fá líka óþægindi, uppþembu og vindverki en þetta tengist að öllum líkindum skorti á meltingarensímum. Líkaminn framleiðir sjálfur meltingarensím sem brjóta niður fæðuna en margt getur orðið til þess að hann framleiði ekki nóg.

Fæðuóþol eða ensímaskortur?

Skortur á meltingarensímum er í daglegu tali oft nefndur fæðuóþol. Margir kannast t.d. við mjólkursykursóþol eða laktósaóþol sem er tilkomið vegna skorts á laktasa, ensími sem brýtur niður laktósann. Meltingarensímin eru af mörgum tegundum og hafa öll mismunandi hlutverk en hjá öllum hefst meltingin í munninum. Þar eru fyrstu meltingarensímin sem fæðan kemst í snertingu við og hefja þau niðurbrot á kolvetnum. Í maganum taka svo fleiri tegundir af ensímum við og brjóta m.a. niður prótein, fitu og laktósa. Þar drepast einnig flestar örverur sem geta fylgt með matnum en magasafinn sem er mjög sterk saltsýra sér um þá vinnu. Hvert ensím hefur svo mjög sérstakt (afmarkað) hlutverk og þau virkjast hver við sitt hita- og sýrustig (pH-gildi).

„Stundum gerist það að líkaminn getur ekki virkjað ákveðin ensím. Það er t.d. ef að við borðum of mikið eins og hættan er á núna í desember og/eða að samsetning matarins er slæm, en þá nær líkaminn ekki að „lesa skilaboðin rétt“. Þetta getur valdið vandamálum hjá fjölmörgum. Ekki bara magaónotum, þreytu eða öðrum kvillum, heldur getur það gerst að við fáum ekki þá næringu sem maturinn (eða bætiefnin) á að skila okkur,“ segir Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfi hjá Artasan.

Margföld orka og laus við magavandamál

Segja má að hún Anna Gréta hafi öðlast nýtt líf eftir að hún fór að nota Enzymedica meltingarensímin en það var ekki bara meltingin sem varð betri, heldur náði hún betri svefni og því varð hún orkumeiri og glaðari eins og gefur að skilja. Hún hafði þetta að segja:

„Ég hef haft psoriasis gigt í meira en 20 ár og hef tekið töluvert af

Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfi hjá Artasan.

lyfjum þess vegna. Fyrir nokkrum árum fór ég að eiga við magavandamál sem eru líklegast tilkomin vegna lyfjanotkunar en fyrir utan magaónot og uppþembu var ég alltaf þreytt og orkulaus. Ég hef prófað svo margt gegnum tíðina en fundið lítinn mun, þar til ég kynntist Enzymedica ensímunum. Þvílíkur munur og það besta er að ég fann muninn strax. Ég er ekki lengur útblásin eftir máltíðir, hægðir urðu fljótt reglulegar, orkan margfaldaðist og ég er ekki að kljást við magavandamál lengur.“

Hverja vantar meltingarensím?

Afleiðingar vegna skorts á meltingarensímum geta verið víðtækar og hugsanlega finnum við fyrir öðrum einkennum en meltingarónotum. Einkenni skorts á ensímum geta verið:

- Brjóstsviði
- Vindverkir
- Uppþemba
- Kviðverkir og ógleði
- Bólur
- Nefrennsli
- Krampar í þörmum
- Ófullnægt hungur
- Exem
- Höfuðverkur
- Skapsveiflur
- Liðverkir
- Húðkláði
- Húðroði
- Svefnleysi

Einnig ættu allir þeir sem eru að taka inn mjólkursýrugerla að skoða hvort meltingarensím geti ekki hjálpað til við að koma meltingunni í gott horf og auka þar með almennt hreysti og vellíðan.

„Fyrir nokkrum árum fór ég að eiga við magavandamál sem eru líklegast tilkomin vegna lyfjanotkunar en fyrir utan magaónot og uppþembu var ég alltaf þreytt og orkulaus,“ segir Anna.

> **Ég er ekki lengur útblásin eftir máltíðir, hægðir urðu fljótt reglulegar, orkan margfaldaðist og ég er ekki að kljást við magavandamál lengur.**
>
> Anna Gréta, 67 ára

Nokkrar staðreyndir um ensím

- Ensím taka þátt í hverju einasta efnafræðilegu ferli sem á sér stað í líkamanum.
- Ensím hámarka upptöku næringarefna og hjálpa til við að breyta mat í orku.
- Ensím á bætiefnaformi geta dregið úr einkennum fæðuóþols.
- Ensím á bætiefnaformi geta haft margvísleg jákvæð áhrif á líkamsstarfsemina umfram bætta meltingu.
- Ensím geta hjálpað þörmunum að ná eðlilegri virkni þannig að þeir virki betur en nokkru sinni fyrr.

Með inntöku getur fólk skilað meira frá sér en áður og reglulegar og hungurtilfinning minnkar eða hverfur því næringin úr fæðunni nýtist líkamanum betur. Orkan eykst og geta ensím hreinlega hjálpað heilbrigðu fólki að verða enn heilbrigðara.

Byltingarkennd ensím

Enzymedica framleiðir öflugustu meltingarensím sem völ er á. Fyrirtækið hefur einkaleyfi á aðferð sem kallast Therablend en þá er blandað mörgum stofnum ensíma sem vinna á mismunandi pH-gildum og ná þau þannig að melta hvert orkuefni mun betur og hraðar. Ensím sem unnin eru með þessari aðferð hafa mælst á bilinu 5-20 sinnum öflugri og vinna meira en sex sinnum hraðar en önnur leiðandi meltingarensím.

Sölustaðir: Heilsuhúsið, Lyf & heilsa, Apótekarinn og Fræið Fjarðarkaupum

Geta dregið verulega úr einkennum fæðuóþols

Bio-Kult góðgerlar styrkja meltinguna!

Hágæða góðgerlar, heilbrigð bakteríuflóra.

Bio-Kult Candéa
Góðgerlar sem styrkja meltinguna og vinna gegn fjölgun Candida sveppsins í meltingarvegi.

Bio-Kult Original
Öflug blanda góðgerla sem byggir upp þarmaflóruna og styrkir varnir líkamans.

Bio-Kult Pro-Cyan
Styrkir þvagrásina og virkar sem öflug vörn gegn þvagrásarvandræðum.

Bio-Kult Infantis
Góðgerlar fyrir börn á öllum aldri. Eflir þarmaflóruna, án allra aukaefna og er bragðlaust.

Fæst í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.

Lindex og UNICEF fagna samstarfi um Sannar gjafir

Þriðja árið í röð taka Lindex og UNICEF höndum saman og bjóða viðskiptavinum upp á Sannar gjafir sem bæta hag barna um heim allan. UNICEF verður með kynningu í dag í Lindex, Smáralind.

Sannar gjafir eru hjálpargögn fyrir börn í neyð og eru seld í verslunum Lindex sem falleg jólakort. Kortin eru skreytt með myndum af íslensku jólasveinunum sem Brian Pilkington teiknaði. Hvert jólakort inniheldur hjálpargögn sem UNICEF sendir til barna í neyð. Dæmi um þær gjafir sem eru í boði er til dæmis næringarmjólk Askasleikis fyrir vannærð börn, en í hverri 1.500 króna gjöf eru 10 skammtar af orkuríkri þurrmjólk sem notuð er til að meðhöndla allra veikustu börnin á næringarmiðstöðvum og sjúkrahúsum sem UNICEF starfar með.

Kertasníkir sendir barni í neyð hlýtt teppi, Stekkjastaur útvegar 20 skammta af jarðhnetumauki og Pottaskefill tryggir 7.500 lítra af hreinu vatni með vatnshreinsitöflum. Þessar gjafir eru allar til sölu í verslunum Lindex um allt land. Einnig er hægt að kaupa Sannar gjafir á lindex.is og sannargjafir.is.

Viðskiptavinir Lindex hafa stutt dyggilega við UNICEF eða um 20 milljónir frá upphafi. Nú þegar hafa viðskiptavinir Lindex verið duglegir í baráttunni fyrir bættum hag barna og hafa um 4.000 Sannar gjafir selst hjá Lindex frá upphafi. Jafngildir það að 40.000 skömmtum af næringarmjólk eða 80.000 skömmtum af jarðhnetumauki sem UNICEF hefur getað notað í þágu barna þar sem þörfin er mest vegna þessa einstaka samstarfs.

Vítamínbætt jarðhnetumauk gegnir lykilhlutverki í að lækna börn sem eru lífshættulega veik sökum vannæringar.

Að auki hefur Lindex á Íslandi og UNICEF starfað saman að öðrum verkefnum í gegnum tíðina eins og uppbyggingu menntastarfs í sumum af fátækustu löndum heims, stuðning við dag rauða nefsins, neyðarviðbrögð við náttúruhamförum og sérstakar barnafatalínur tileinkaðar baráttu UNICEF fyrir bættum hag barna í heiminum.

UNICEF dagur Lindex

Til að undirstrika samstarfið fagna UNICEF og Lindex saman í Smáralind kl. 13-16 í dag. Í boði verður kynning frá UNICEF þar sem gestum og gangandi gerist kleift að setja á sig sýndarveruleikagleraugu þar sem skyggnst er í veruleika barna í flóttamannabúðum. Tónlistarkonan Hildur mun taka nokkur vel valin lög í anda jólanna auk þess sem jólasveinninn verður á staðnum og börnum og fjölskyldum þeirra boðið að taka mynd með sveinka.

Stolt og ánægð

„Samstarf okkar við UNICEF hefur verið mikilvægur þáttur í samfélagsverkefnum sem við látum okkur varða hér hjá Lindex og við erum sérlega stolt og ánægð með að þessi jól munum við fara kyrfilega yfir 20 milljóna króna markið í baráttunni fyrir bættum hag barna í heiminum," segir Lóa Dagbjört Kristjánsdóttir, umboðsaðili Lindex á Íslandi.

Þakklát aðstoð

„Okkur þykir rosalega vænt um þetta samstarf og erum viðskiptavinum og starfsfólki Lindex ævinlega þakklát fyrir að hjálpa okkur að útvega hjálpargögn fyrir börn sem búa nú við erfiðar aðstæður," segir Vala Karen Viðarsdóttir hjá UNICEF á Íslandi. „Strax eftir jólin sér UNICEF síðan til þess að koma hjálpargögnunum til þeirra barna sem á þurfa að halda," segir Vala enn fremur.

UNICEF dreifði námsgögnum og fleiru til barna eftir að fellibylurinn Irma reið yfir Karíbahafið.

Ekkert betra að vera árrisull

Það er ekki endilega rétt að morgunstund gefi gull í mund. Rannsóknir benda til að hver og einn hafi sína líkamsklukku sem mótast út frá erfðum og því henti ólík mynstur ólíku fólki.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@365.is

Við höfum öll heyrt að til að ná árangri í lífinu sé um að gera að fara snemma á fætur. Morgunstund gefi jú gull í mund. En þó margir sem hafa náð mikilli velgengni fari snemma á fætur er það langt frá því að vera algilt og rannsóknir gefa í skyn að það sé lítið hægt að gera í því hvernig líkamsklukkan og svefnmynstrið virkar.

Ólíkir eiginleikar

Um helmingur fólks er hvorki sérstakir nátthrafnar né morgunhanar, svo þetta skiptir það litlu máli. En um fjórðungur fólks er nátthrafnar og fjórðungur árrisulir morgunhanar.

Rannsóknir gefa til kynna að þessir tveir ólíku hópar hafi ólíka eiginleika. Þeir sem vakna snemma eru samvinnuþýðari og meira greinandi í hugsun á meðan þeir sem vaka fram eftir eru oftar hugmyndaríkari og sjálfstæðari.

Fjöldi rannsókna bendir til að morgunhanar séu ákveðnari, hafi meiri sjálfsstjórn og séu viðkunnanlegri. Þeir setja sér hærri markmið, skipuleggja framtíðina meira og finna til meiri vellíðanar. Þeir eru líka ólíklegri til að vera þunglyndir og drekka áfengi og reykja.

Rannsóknir gefa til kynna að við séum öll háð líkamsklukkunni okkar og að hún byggi á erfðum. NORDICPHOTOS/GETTY

Á móti kemur að nátthrafnar ná yfirleitt betri árangri á prófum sem reyna á minni, hraða í hugsun og skilning, jafnvel þó þeir séu prófaðir á morgnana. Þeir eru líka opnari fyrir nýjum upplifunum og leita þær meira uppi. Þeir geta líka verið meira skapandi í hugsun og ein rannsókn sýndi að nátthrafnar væri jafn heilbrigðir og klárir en aðeins ríkari en morgunhanar.

Breyting á svefnmynstrinu virðist ekki gera mikið til að breyta þessum eiginleikum.

Erfitt að endurstilla líkamsklukkuna

„Ef fólk fær að halda sig við þær tímasetningar sem þeim henta líður því miklu betur, það er virkara og getur hugsað skýrar," segir Katharina Wulff, sem rannsakar svefnmynstur við Oxford-háskóla. „Aftur á móti hefur það slæm áhrif ef fólki er ýtt út fyrir sínar náttúrulegu tímasetningar. Þegar nátthrafnar vakna snemma á morgnana er líkaminn enn að framleiða melatónín (hormón sem hefur mikil áhrif á svefn). Þessi framleiðsla er trufluð og líkaminn neyddur er til að fara í dagsástand. Það getur haft ýmis neikvæð áhrif á líkamann."

Þetta rímar við niðurstöður annarra rannsókna, sem sýna að líkamsklukkan er líffræðileg. Stór hluti hennar, jafnvel helmingur, kemur frá erfðum.

Tímasetningarnar sem henta einstaklingum breytast yfirleitt með aldrinum. Börn eru meiri morgunhanar, um tvítugt er fólk yfirleitt mestu nátthrafnarnir og svo um fimmtugt verður fólk aftur árrisulla. En þar sem þessar sveiflur eru svipaðar hjá öllum er fólk yfirleitt á sama stað á rófinu í samanburði við jafnaldra sína.

Hænan eða eggið

Þegar við reynum að átta okkur á leyndardómum velgengni gleymist stundum að ekki allir sem ná langt eru árrisulir og að ekki njóta allir morgunhanar velgengni.

Það er ekkert víst að það sé í sjálfu sér betra að vakna snemma á morgnana. En við mætum flest til vinnu eða skóla snemma á morgnana, sem hentar morgunhönum vel og því eru þeir líklegri til að ná árangri í þessu mynstri. Líkamar nátthrafna sem vakna snemma eru enn í svefnástandi, sem þýðir að viðkomandi er miklu lengur í gang en morgunhani.

Vísindamenn hafa líka bent á að þar sem nátthrafnar neyðast oft til að vera virkir þegar líkamar þeirra eru ekki tilbúnir til þess sé ekki skrítið að þeir séu verri í skapi og njóti lífsins minna. En það gæti líka valdið því að þeir þurfi að vera nýjungagjarnir og finna leiðir til að gera sér lífið auðveldara, sem ýtir undir sköpun og hugsun. Þannig að þegar einstaklingur annaðhvort þrífst í eða þarf að laga sig að ytri aðstæðum gæti það ýtt undir ólíka eiginleika hjá viðkomandi.

Niðurstöður úr nýlegri rannsókn sýndu að þegar fólk reyndi að gerast árrisulla leiddi það ekki til betra skapferlis eða meiri lífshamingju.

Aðrar rannsóknir gefa vísbendingar um að svefnmynstur kunni að vera hluti af pakka með öðrum eiginleikum. Þannig að það gæti verið að ákveðnir eiginleikar fylgi ákveðnum svefnmynstrum og allt sé þetta byggt á erfðum. En fylgni er ekki það sama og orsakasamband og enn um sinn vitum við ekki alveg hvernig þetta vinnur allt saman.

Farmers Market
orrifinn
hrím
www.hrim.is
Sending væntanleg 15.des
G E F A
LAUGAVEGI 25/ KRINGLUNNI / 553-3003

Var oft einn á jólunum

Spessi Hallbjörnsson, ljósmyndari og matgæðingur, drífur upp sína árlegu Friðarmáltíð í dag. Hann segir jólin snúast um frið og hafnar öllu stressi. Lengi vel hafi hann ekki átt hefðbundin jól.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is

Jólin geta verið erfið hjá mörgum. Ég var til dæmis ekki með neina fjölskyldu til að halda venjuleg jól með. Ólst upp hjá afa og ömmu og kynntist systkinum mínum og foreldrum mínum ekki mikið, ekki fyrr en á fullorðinsárum. Þegar amma og afi féllu frá var ég frekar einn á jólunum. Ég fékk því bara vin minn til að halda jólin með mér og við bjuggum til rétta stemmingu, keyptum gjafir handa hvor öðrum, jólatré og fleira. Svo eignaðist hann fjölskyldu og þá var ég aðeins með þeim en svo fann ég mér annan vin til að búa til jól með. Nú á ég fjölskyldu sjálfur,“ segir Spessi Hallbjörnsson, ljósmyndari og matgæðingur. Hann hafnar alveg öllu jólastressi, jólin snúist um frið og kærleika milli fólks.

Heilun að skrifa jólakort

„Jólunum fylgir það að gefa einhverjum jólagjöf og því fylgir ákveðið hugarfar. Maður hugsar fallega til viðkomandi og langar að gleðja hann. Ég tala nú ekki um stemminguna við að skrifa jólakort. Maður sest yfir lista af nöfnum og hugsar vandlega hvað maður vill skrifa til hvers og eins. Manni líður svo vel að fara með allar þessar fallegu kveðjur í póst. Það er heilun að skrifa jólakort. Ef maður hugsaði allt árið hvað maður geti gert til að gleðja einhvern eða láta honum líða betur væri heimurinn betri. Maður þarf ekkert að vera stressaður á jólunum. Þetta er stemmingin sem ríkir á Friðarmáltíðinni,“ segir hann en Friðarmáltíðin er matarveisla sem hann hefur drifið upp fyrir hver jól árum saman.

Spessi ljósmyndari drífur upp sína árlegu Friðarmáltíð í dag. MYND/EYÞÓR

> Þegar amma og afi féllu frá var ég frekar einn á jólunum. Ég fékk því bara vin minn til að halda jólin með mér.

Ekki venjulegt hlaðborð

„Fyrsta Friðarmáltíðin var haldin 1995. Þá var ég að vinna á Næstu grösum, hjá Gunnhildi, og hún stakk upp á því að ég eldaði minn jólamat sem matseðil einn laugardaginn. Við kölluðum það Friðarmáltíð. Nú hef ég gert þetta í mörg ár og varla misst úr eitt skipti. Eitt árið var ég staddur í Kansas í Bandaríkjunum og hélt Friðarmáltíðina þar í 500 manna þorpi! Vinur minn átti bar og veitingastað og við drifum þetta upp. Allur bærinn mætti í matinn og það skapaðist frábær stemming. Ég hef alltaf verið með flottar hljómsveitir og svo er alltaf sungið War is over með Lennon. Það er stemmingin þarna, fólk mætir ekki þarna á venjulegt jólahlaðborð til að éta, heldur fyrir stemminguna og samveruna. Jólamáltíð er náttúrlega friðarmáltíð.“

Hvað verður í matinn? „Ég ætla að elda cannelloni, steikt í salvíusmjöri, borið fram með ofnbökuðum tómötum með chili og hvítlauk og ferskum basil. Ekta ítalskt. Í forrétt eru belgbaunir vafðar í eggaldin og svo steiktar. Tiramisu í eftirrétt. Það verður líka hægt að fá vegan cannelloni,“ segir Spessi en hann hefur verið grænmetisæta í 36 ár.

„Grænmetisfæði er miklu einfaldara, maður sleppir einum hlekk úr keðjunni og þarf ekki drepa neinn. Það finnst mér mikill léttir. Mér finnst mega taka það inn í umræðu um ósonlagið að ef við minnkum kjötát mengum við minna.“

Friðarmáltíðin verður á Bergsson RE á Grandagarði klukkan 11 í dag.

Það er einfalt að gera snafs fyrir jólin og þarf ekki að taka langan tíma.

Heimagerður jólasnafs

Í Danmörku og Þýskalandi er það til siðs að bjóða upp á jólasnafs á aðventu. Margir kaupa snafsinn tilbúinn en skemmtilegra er að bjóða upp á heimagerðan. Það þarf ekki að taka langan tíma, sumir verða tilbúnir á sólarhring á meðan aðrir þurfa viku. Hér eru nokkur dæmi um einfalda snafsa.

Kryddaður snafs

- 75 cl brennivín
- 1 kanilstöng
- 5 rúsínur
- 1 negulnagli
- Lítill biti af engifer
- Smávegis börkur af appelsínu
- 3 hakkaðar möndlur
- 5 kardimommufræ

Setjið allt í flösku og látið standa við stofuhita í tíu daga. Hristið flöskuna á hverjum degi. Sigtið vökvann og berið fram.

Sítrónu- og rósmarínsnafs

- 35 cl brennivín
- 1 sítróna
- 2 kvistir ferskt rósmarín

> Mörgum finnst gaman að bjóða gestum upp á jólasnafns á aðventunni.

Takið börkinn af sítrónunni. Setjið brennivín í flösku og bætið sítrónuberki og rósmaríni út í. Geymið við stofuhita í einn sólarhring. Kælið snafsinn og berið fram eftir tvo daga.

Appelsínu- og vanillusnafs

- 50 cl brennivín
- ½ appelsína
- ⅓ vanillustöng
- 2 tsk. ljóst síróp

Hellið brennivíninu í skál og setjið rifinn appelsínubörn saman við ásamt safanum. Takið fræin úr vanillustönginni og setjið út í vínið. Því næst er sírópi bætt saman við. Hrærið. Setjið plast yfir skálina og látið standa í tvo daga í ísskáp áður en snafsinn er sigtaður og borinn fram.

70 ára

meba

1947 - 2017

Við höfum fylgst með tímanum í 70 ár og vitum hvað klukkan slær þegar kemur að úrum og skartgripum.

Hjá okkur starfa bæði gullsmiðir og úrsmiðir sem eru ávallt til þjónustu reiðubúnir.

Frábært úrval jólagjafa fyrir alla aldurshópa.

Tangópar Íslands snýr aftur

Bryndís Halldórsdóttir og Hany Hadaya dönsuðu sinn fyrsta tangó í Kramhúsinu. Þau hafa nú atvinnu af því að dansa tangó í Kaupmannahöfn en taka nú þau taka þátt í jólasýningu Kramhússins.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

Reyndar var það þannig að Bryndís sá fyrir tilviljun inn í tangótíma þar sem gestakennari frá Sviss var að halda helgarnámskeið í argentínskum tangó í Kramhúsinu og stemningin var mögnuð. Henni fannst þetta mjög spennandi, glæsilegt og seiðandi, tónlistin ótrúlega dásamleg og fann strax að þetta væri eitthvað fyrir sig. Á þeim tíma voru helgarnámskeið í argentínskum tangó haldin kannski einu sinni eða tvisvar á ári í Kramhúsinu,“ segir Hany en Bryndís stakk upp á að Hany myndi koma með sér og prufa. „Hann starfaði þá sem ballettdansari í íslenska dansflokknum ásamt því að kenna ballett og nútímadans í Kramhúsinu og var ekkert sérlega spenntur fyrir tangó,“ segir Bryndís sen bætir við að hann hafi látið undan að koma í einn tíma til að prufa. „ Okkur fannst þetta gaman, en höfðum auðvitað engan grun um að þetta ætti síðar eftir að vera okkar ferill og framtíðarstarf. Hafdís, eigandi Kramhússins, fékk í kjölfarið þá hugmynd að Hany færi að kenna tangó og hann lét til leiðast.“ Nokkrum árum síðar fóru Bryndís og Hany á tangóhátíð í Sviss til að upplifa alvöru argentínskan tangó. „Þá fyrst gerðum við okkur grein fyrir því að við kunnum í rauninni ekkert. Okkur langaði bara mest til að láta okkur hverfa og fljúga heim. Við höfðum skráð okkur í marga framhaldstíma á þessu festivali, en breyttum öllum skráningum yfir í byrjendakennslu, þrátt fyrir að hafa kennt tangó um árabil á Íslandi. Þar höfðum við bara lært af því að horfa á vídeóupptökur, æfa okkur og að kenna öðrum, sem við gerðum aðallega til að fá aðra til að dansa með okkur. Við fórum svo í okkar fyrstu ferð til Buenos Aires árið 2003, og þá má segja að tangóhjólin hafi byrjað snúast hjá okkur.“

Bryndís og Hany reka tangóstúdíó í Kaupmannahöfn og kenna tangó um helgar.

Eftir margra ára brautryðjendastarf í tangódansi og kynningu á Íslandi fluttu Bryndís og Hany sig um set fyrir nokkrum árum. „Við fengum óvænt boð um að koma til Kaupmannahafnar til að kenna og sýna á danshátíð árið 2008,“ segir Bryndís. „Það var mjög spennandi en líka erfitt því enginn þekkti okkur og við þekktum engan. Í fyrstu voru fáir skráðir í okkar tíma en svo fór nemendum að fjölga. Í kjölfarið fengum við fleiri boð um kennslu og ferðum til Danmerkur fór fjölgandi. Við kynntumst öðrum tangókennurum, þar á meðal dönsku pari sem var að opna nýtt tangóstúdíó sem varð mjög vinsælt á skömmum tíma. Þau vantaði hjálp og við komum oft og héldum þar helgarnámskeið sem voru vel sótt. Það fór svo þannig að í janúar 2011 tókum við að okkur fasta kennslu í fjóra mánuði til að byrja með. Við búum enn í Kaupmannahöfn og eigum nú okkar eigið tangóstúdíó ásamt vini okkar og samstarfsfélaga.“ Þau segja tangó mjög vinsælan í Danmörku. „Við erum með 300 nemendur í vikulegum tangótímum á öllum stigum. Það eru starfandi tangófélög í nánast öllum dönskum bæjum. Það er ekki síst því að þakka að tangó er kenndur í mörgum framhaldsskólum víðs vegar um landið.“

M2tango Studio Bryndísar og Hany er í miðborg Kaupmannahafnar. „Það krefst mikils að reka fyrirtæki og auk þess kennum þar alla virka daga langt fram á kvöld, svo vinnudagurinn okkar er oft mjög langur,“ segir Hany. „Svo ferðumst við um helgar, aðallega innan Skandinavíu til að kenna og sýna á helgarnámskeiðum og hátíðum. Þá kennum við líka tangó í skólakerfinu. Þjálfun og endurmenntun er mikilvægur hluti, að vera sífellt að þróa tækni og kennsluaðferðir til að viðhalda lönguninni til að halda áfram og hafa ánægju af starfinu. Sýningar eru okkur mikilvægar og helsta hvatningin. Við eyðum nokkrum tíma í eigin þjálfun og skipuleggjum vikulega þjálfun með öðrum kennurum hér í Kaupmannahöfn.“ Og nú eru þau komin heim í ræturnar eftir sex ár í víking og ætla að dansa fyrir Íslendinga á ný í Gamla bíói á morgun. „Þetta verður stutt stopp, við komum á laugardagskvöldið og förum á mánudagsmorgun. Það verður frábært að koma til Íslands og taka þátt í Jólagleði Kramhússins eftir margra ára fjarveru ásamt frábærum tónlistarmönnum. Kramhúsið á mjög stóran part í okkar hjörtum, þar kynntumst við, þar hófst okkar tangóferill og þar kenndum við Íslendingum í mörg ár. Kramhúsið og er eins og okkar annað heimili. Þetta verður mjög skemmtilegt og við hlökkum mikið til.“ Jólagleði Kramhússins er eins og áður sagði í Gamla bíói annað kvöld klukkan 20 og hægt er að fá miða í Kramhúsinu og við innganginn.

Bryndís og Hany kynntust hvort öðru í Kramhúsinu og einnig tangó sem síðan varð ástríða þeirra og lifibrauð.

Ráðstefnuborgin Reykjavík (Meet in Reykjavík) starfrækir „Meet in Reykjavík Ambassador club“ og er hlutverk hans að veita þeim aðstoð og ráðgjöf sem vilja beita sér fyrir því að fá til landsins alþjóðlegar ráðstefnur og viðburði.

Hanna Birna Kristjánsdóttir
formaður framkvæmdastjórnar Women Political Leaders (WPL) er einn af meðlimum klúbbsins og var hún lykilmanneskja í því að heimsþing WPL var haldið í Hörpu dagana 28.-30. nóvember sl.

Við hjá Meet in Reykjavík nutum þess heiðurs að aðstoða Hönnu Birnu við grunn undirbúning þingsins og um leið og við óskum henni innilega til hamingju með vel heppnaða ráðstefnu þökkum við fyrir ánægjulegt og árangursríkt samstarf.

Þjónusta Meet in Reykjavík er meðlimum Meet in Reykjavík Ambassador Club að kostnaðarlausu

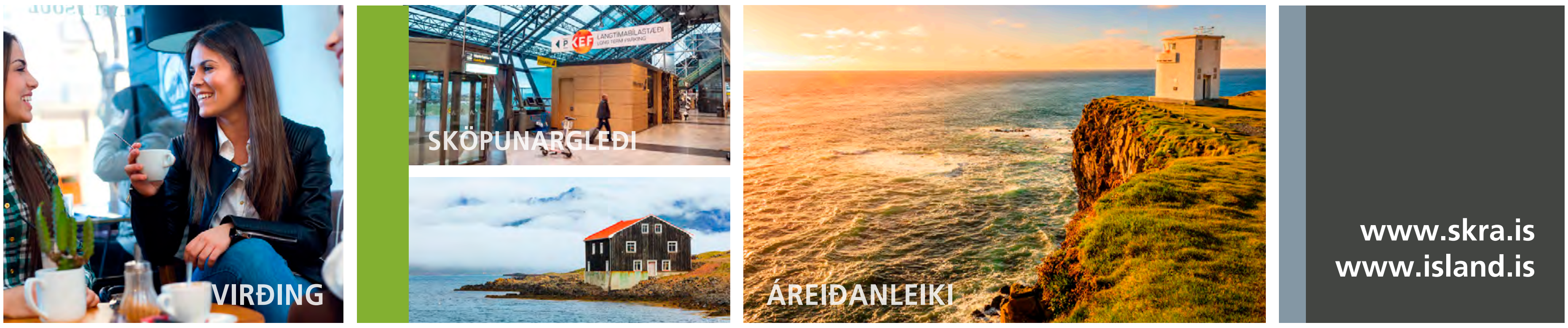
Nánari upplýsingar á meetinreykjavik.is/icelandic

MEET IN REYKJAVÍK
Reykjavík Convention Bureau

Skoðið laxdal.is

BERNHARÐ LAXDAL

Laugavegi 63, Skipholti 29b • S. 551 4422



Sérfræðingur í mats- og hagdeild

Við leitum að öflugum sérfræðingi til starfa í teymi okkar sem sér um fasteignaskrá landsins og vinnur stöðugt í því að gera þá grunnstoð enn skilvirkari. Sérfræðingurinn mun sérhæfa sig í fasteignamatsaðferðum. Einnig mun hann koma að árlegu endurmati fasteigna- og brunabótamats og vinna með og gefa upplýsingar úr fasteignaskránni og öðrum skrám.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun í verkfræði, hagfræði eða skyldum greinum
- Meistarapróf æskilegt
- Þekking á tölfræði
- Góð tölvufærni og geta til að tileinka sér nýja tölvutækni
- Þekking og reynsla af gagnagrunnum og SQL er æskileg
- Góð færni til að greina og finna lausnir
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og hæfni til að starfa sjálfstætt sem og í hóp
- Metnaður, skipulagshæfileikar og geta til að hafa yfirsýn og umsjón með verkefnum
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ingi Þór Finnsson deildarstjóri í gegnum póstfangið if@skra.is. **Umsóknarfrestur er til 27. desember.** Umsóknum skulu fylgja ferilskrá og kynningarbréf á póstfangið starfsumsoknir@skra.is.

Athygli er vakin á því, að umsóknir geta gilt í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert og stofnanasamningum.

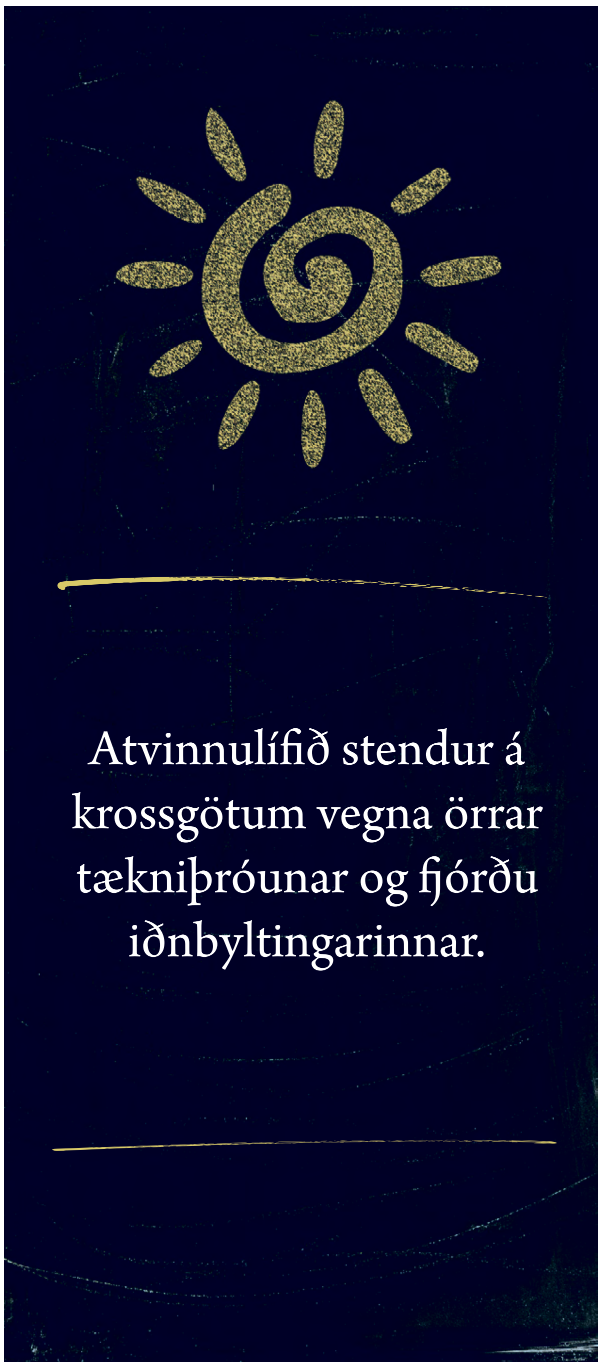
Hlutverk Þjóðskrár Íslands er að greiða götu fólks og fyrirtækja í samfélaginu og gæta upplýsinga um réttindi þeirra og eignir. Við sinnum því með því að safna, varðveita og miðla upplýsingum um fólk, mannvirki og landeignir. Innan starfssviðs Þjóðskrár er rekstur fasteignaskrár og þjóðskrár, útgefið fasteignamat og brunabótamat, rekstur island.is og umsjón með útgáfu vegabréfa.

Við leggjum ríka áherslu á jákvæð samskipti og góða samvinnu sem er undirstaða góðrar þjónustu. Við teljum eftirsóknarvert að fá til liðs við okkur þá sem vilja starfa í anda gilda okkar um virðingu, sköpunargleði og áreiðanleika.

Við höfum metnað til að hlúa að vinnustað okkar og leggjum áherslu á að fjölskylduvænt umhverfi með sveigjanleika fyrir starfsmenn. Þjóðskrá Íslands tekur nú þátt í tilraunarverkefni um styttingu vinnuvikunnar.

Við kunnum vel að meta frumkvæði, nákvæmni og hraða í vinnubrögðum.
Við nýtum aðferðir straumlínustjórnunar til að verða betri í dag enn í gær.

ÞJÓÐSKRÁ ÍSLANDS
REGISTERS ICELAND



Sérfræðingur á sviði nýsköpunar

við viljum sjá tækifærin umbreytast í árangur

Við leitum að sérfræðingi með framúrskarandi þekkingu á nýsköpun og og tækni sem hefur getu til að takast á við úrlausnarefni framtíðarinnar.

Allar frekari upplýsingar um starfið og menntunar- og hæfniskröfur er að finna á starfatorg.is

Okkar hlutverk er að móta aðkomu stjórnvalda að nýsköpun atvinnulífsins, nýsköpun í ríkisrekstri, nýfjárfestingu og nýjum atvinnutækifærum. Ef þú hefur metnaðinn, þekkinguna og starfsreynsluna þá er þetta staðurinn þar sem þú getur látið að þér kveða.

Upplýsingar um starfið veitir Ingvi Már Pálsson, skrifstofustjóri á skrifstofu nýsköpunar og iðnaðar **ingvi.mar.palsson@anr.is**

Umsóknarfrestur er til með 10. janúar 2018.

ATVINNUVEGA- OG NÝSKÖPUNARRÁÐUNEYTIÐ

Læknastöðin Glæsibæ

Umsjón með eldhúsi

Umsóknarfrestur
20. desember

Læknastöðin Glæsibæ leitar að duglegum og áreiðanlegum einstaklingi í hlutastarf til að sinna umsjón með eldhúsi. Um er að ræða nýtt starf í glæsilegri aðstöðu.

Læknastöðin er miðstöð læknisþjónustu af ýmsu tagi og þar hafa um 50 læknar aðstöðu. Lögð er áhersla á góða þjónustu við barnafjölskyldur og að hægt sé að leita til sem flestra sérfræðinga á einum og sama staðnum.

Sæktu um starfið á
vinna.is/storf

Starfssvið
Viðkomandi mun hafa umsjón með kaffistofu, sjá um innkaup og léttan hádegismat ásamt frágangi í eldhúsi. Starfsreynsla úr sambærilegu starfi er æskileg.

Vinnutími
Mánudaga – fimmtudaga: 9:45 – 15:15
Föstudaga: 9:45 – 14:00

vinna.is capacent

Verzlunarskóli Íslands

Ræstingar - dagvinna

Umsóknarfrestur
Áhugasamir eru hvattir til þess að sækja um starfið sem fyrst þar sem umsóknir verða skoðaðar jafnóðum.

Verzlunarskóli Íslands óskar eftir duglegum einstaklingi til að starfa við ræstingar. Leitað er að aðila með einhverja reynslu af ræstingum og hæfni í mannlegum samskiptum. Íslenskukunnátta er skilyrði. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Vinnutími
Alla virka daga frá kl. 08:00 - 16:00.
Löng jóla-, páska- og sumarfrí fylgja starfinu.

Sæktu um starfið á
vinna.is/storf

Starfssvið
Unnið er í þriggja manna teymi og helstu verkefni eru ræstingar á göngum og rýmum skólans.

Verzlunarskóli Íslands er leiðandi í viðskiptamenntun á framhaldsskólastigi á Íslandi. Skólinn leitast við að laga sig að síbreytilegum aðstæðum og vera í fremstu röð í notkun upplýsinga- og tölvutækni. Gildi skólans eru Hæfni – Ábyrð – Virðing – Vellíðan.

vinna.is capacent

Laus störf hjá Kópavogsbæ

Leikskólar

- Aðstoðarleikskólastjóri á Marbakka
- Aðstoðarmaður í eldhúsi á Sólhvörfum
- Deildarstjóri á Austurkór
- Deildarstjóri á Álfatúni
- Deildarstjóri á Grænatún
- Deildarstjóri á Læk
- Leikskólakennari/leiðbeinandi á Álfaheiði
- Leikskólakennari/leiðbeinandi á Læk
- Leikskólakennari/leiðbeinandi á Núp
- Leikskólakennari/leiðbeinandi á Sólhvörfum
- Leikskólakennari/leiðbeinandi á Austurkór
- Leikskólasérkennari/leiðbeinandi á Marbakka
- Leikskólasérkennari/þroskaþjálfi á Austurkór
- Matráður á Sólhvörfum
- Sérkennari á Álfatúni
- Starfsmaður í sérkennslu á Læk
- Starfsmaður í skilastöðu á Núp
- Þroskaþjálfi á Læk

Grunnskólar

- Eftirlitsverkstjóri hjá Kópavogsbæ
- Frístundaleiðbeinendur í Salaskóla
- Grunnskólakennari, umsjónarkennari og stuðningsfulltrúi í Vatnsendaskóla
- Matráður í Snælandsskóla
- Sérkennari, frístundaleiðbeinandi og stuðningsfulltrúi í Kársnesskóla

Velferðarsvið

- Fulltrúi í Örva starfsþjálfun
- Matráður í félagsmiðstöð aldraðra
- Starfsmaður á vinnustað fyrir fatlað fólk
- Starfsmenn í íbúðarkjarna
- Starfsmenn óskast á vinnustofur fyrir fatlað fólk
- Þroskaþjálfi í íbúðarkjarna

Eingöngu er hægt að sækja um störfin rafrænt á heimasíðu Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is, þar sem jafnframt má finna fleiri störf og nánari upplýsingar.

Kópavogsbær
kopavogur.is

Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

capacent

www.capacent.is

Fjarskipti hf.

Fréttaritstjóri

Vísir SPORT BYLGJAN 989 X FM957 Tónlist Vild

Fjarskipti hf. óskar eftir framúrskarandi starfskrafti í nýtt starf fréttaritstjóra. Leitað er að öflugum og drífandi starfsmanni með mikla færni í mannlegum samskiptum til að taka þátt í að móta spennandi framtíð fréttastofu Fjarskipta hf. Viðkomandi þarf að búa yfir leiðtogahæfileikum og þarf að hafa tileinkað sér sjálfstæð vinnubrögð, metnað, fagmennsku, gagnrýna hugsun og jákvætt lífsviðhorf.

Umsóknarfrestur
18. desember

Upplýsingar og umsókn
capacent.is/s/6132

Helstu viðfangsefni:
- Ábyrgð á almennum fréttaflutningi í sjónvarpi, útvarpi og á vefnum auk þess að stuðla að vönduðum fréttaskýringum.
- Ábyrgð á daglegum rekstri fréttastofunnar og stjórnun ásamt því að fara með mannaforráð.
- Leiða stefnumótun og þróun fréttastofu.

Menntun, hæfni og reynsla:
- Yfirgripsmikil reynsla af blaða- og fréttamennsku.
- Háskólapróf sem nýtist í starfi, framhaldsmenntun er kostur.
- Reynsla og færni í stjórnun starfsmanna, rekstri og framkvæmd kostur.
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti.
- Skipulagshæfni, fagmennska, sjálfstæði og frumkvæði í starfi.

Miðlar er nýtt svið Fjarskipta hf. Sviðið tekur yfir alla fjölmiðlastarfsemi Stöðvar 2, Bylgjunnar og vefmiðilsins www.visir.is. Rekstur fréttastofu heyrir undir nýtt svið Miðla. Lögð verður höfuðáhersla á sjálfstæði fréttastofunnar enda er sjálfstæði hennar lykilþáttur í viðhaldi trausts og gæða frétta.

Capacent — leiðir til árangurs

capacent

Akureyrarbær

Sviðsstjóri skipulagssviðs

www.akureyri.is Akureyri ÖLL LÍFSINS GÆÐI

Akureyrarbær auglýsir eftir teymismiðuðum einstaklingi í starf sviðsstjóra skipulagssviðs Akureyrar. Sviðsstjóri skipulagssviðs er yfirmaður sviðsins og er jafnframt skipulagsfulltrúi Akureyrarbæjar. Meginverkefni skipulagssviðs eru gerð aðal- og deiliskipulags, veiting byggingarleyfa og eftirlit með byggingarframkvæmdum, undirbúningur erinda fyrir skipulagsráð ásamt því að veita þjónustu og ráðgjöf til íbúa og fyrirtækja.

Ath. lengdur umsóknarfrestur
18. desember

Upplýsingar og umsókn
capacent.is/s/6071

Starfssvið
- Umsjón og eftirlit með skipulags- og byggingarmálum í sveitarfélaginu.
- Ábyrgð á daglegum rekstri skipulagssviðs þ.m.t. starfsmannamálum og fjármálum.
- Áætlanagerð og stefnumótun í samstarfi við skipulagsnefnd.
- Annast samskipti við hagsmunaaðila, nágrannasveitarfélög og stofnanir ríkis og sveitarfélaga.
- Ábyrgð á að veitt sé ráðgjöf og fræðsla til bæjaryfirvalda, stjórnenda og annars starfsfólks.
- Skipulagning og umsjón kynninga og opinna funda, þ.m.t. málþinga og ráðstefna.
- Ábyrgð á innleiðingu og framfylgd jafnréttismála og umhverfismála á sviðinu.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Umsækjandi skal uppfylla menntunar- og hæfniskröfur skv. 7. grein skipulagslaga nr. 123/2010 og 2.5. kafla skipulagsreglugerðar nr. 90/2013.
- Reynsla af starfi tengdu skipulags- og byggingarmálum er skilyrði.
- Þekking á þeim lögum og reglugerðum sem sviðið starfar eftir.
- Þekking og reynsla af þeim málaflokkum sem undir sviðið heyra.
- Stjórnunarreynsla er æskileg.
- Þekking á starfsumhverfi opinberrar stjórnsýslu, einkum sveitarfélaga æskileg.
- Leiðtogahæfni, frumkvæði, hæfni í mannlegum samskiptum og metnaður til að ná árangri í starfi.

Akureyri er stærsti bær landsins utan höfuðborgarsvæðisins og eru íbúar um 18.500. Akureyri er mikill menningar- og skólabær. Bærinn er miðstöð athafnalífs og þjónustu fyrir allt Norðurland og iðar af mannlífi allan ársins hring. Fyrir utan hið eiginlega bæjarland Akureyrar við botn Eyjafjarðar eru eyjarnar Grímsey og Hrísey hluti sveitarfélagsins. Bæjarstjórn leggur áherslu á að veita íbúum bæjarfélagsins góða þjónustu á öllum sviðum og hlúa þannig að samfélagi sem er gott til búsetu.

Capacent — leiðir til árangurs

capacent

Við mönnum stöðuna

capacent

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

www.capacent.is

C og C++ hugbúnaðarþróun

Leitum að háskólamenntuðum hugbúnaðarsérfræðingi sem hefur sannað sig sem fær C eða C++ forritari.

Einstakt tækifæri og áhugavert starfssvið í boði.

Sjá nánari upplýsingar á www.intellecta.is

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

www.intellecta.is

Bókhald/skrifstofuumsjón - Tilvalið fyrir nýútskrifaðan

Traust og framsækið upplýsingatæknifyrirtæki óskar eftir að ráða starfsmann í fjölbreytt starf. Helstu verkefni eru bókhald, uppgjör, móttaka viðskiptavina og ýmis verkefni fyrir stjórnendur. Starfið er tilvalið fyrir einstakling sem er nýútskrifaður, t.d. úr viðskiptafræði.

Sjá nánari upplýsingar á www.intellecta.is

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

www.intellecta.is

Iðjuþjálfi hjá Hrafnistu

Hrafnista **Reykjavík** óskar eftir iðjuþjálfa í 100% starf. Um er að ræða fjölbreytt starf sem krefst sjálfstæðra vinnubragða, frumkvæðis og góðrar samskiptahæfni. Helstu verkefni eru umsjón með greiningu, endurhæfing og þjálfun, ráðgjöf, fræðsla og teymisvinna.

Helstu verkefni og ábyrgð:
- Umsjón með greiningu, endurhæfingu og þjálfun
- Ráðgjöf
- Fræðsla
- Teymisvinna

Hæfniskröfur:
- Starfsleyfi iðjuþjálfa
- Góð samskiptahæfni
- Frumkvæði og sjálfstæði

Við bjóðum upp á jákvæðan starfsanda, áhugaverð verkefni og starf sem er í sífelldri þróun.

Umsóknarfrestur er **til og með 22. desember**. Sótt er um starfið hjá www.hrafnista.is eða www.fastradningar.is .
Umsóknum skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf.
Nánari upplýsingar veitir Sigurbjörg Hannesdóttir, sigurbjorg.hannesdottir@hrafnista.is eða í s. 585 9383 / 693 9559

Hrafnista rekur sex öldrunarheimili á höfuðborgarsvæðinu og í Reykjanesbæ. Hjá Hrafnistu starfa um tólf hundruð manns, ýmist í fullu starfi eða hlutastarfi. Stöðugildi eru um 650 talsins. Veitt er sólarhringsþjónusta alla daga ársins til aldraðra skjólstæðinga heimilanna.

das
HRAFNISTA

Hrafnista *Reykjavík | Hafnarfjörður | Kópavogur | Garðabær | Nesvellir | Hlévangur*

Gúmmísteypa Þ. Lárusson sér um samsetningu og uppsetningum á færiböndum úr gúmmíi, PU og PVC.

Leitum að fólki sem hefur náð 25 ára aldri til að útbúa og setja saman stór og smá færibönd. Eftirfarandi eru þær kröfur sem við gerum til starfsfólks okkar:

- Færni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði í starfi.
- Drifkraftur og jákvæðni eru mikilvægir eiginleikar.
- Þjónustulund og vilji til að skila góðu verki.

Viðkomandi getur hafið störf strax. **Nánari upplýsingar í síma 5674467 á milli kl.09 og 15 alla virka daga.**

Sunnulækjarskóli

Við Sunnulækjarskóla á Selfossi er laus staða umsjónarkennara á miðstigi

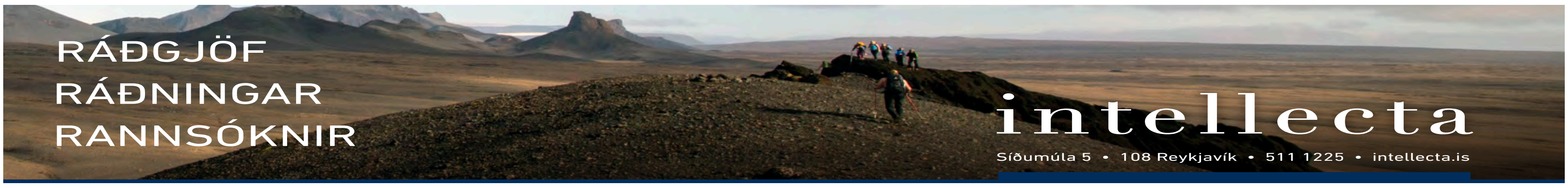
Í skólanum eru um 660 nemendur og þar er lögð áhersla á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólastarfinu koma. Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launanefndar Sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands. Starfið hentar jafnt konum sem körlum.

Nánari upplýsingar má fá hjá skólastjóra í síma 480-5400 og á vefsíðu skólans: http://www.sunnulaekjarskoli.is

Umsóknarfrestur er til 17. desember 2017.

Umsókn með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðilum sendist Birgi Edwald, skólastjóra, birgir@sunnulaek.is.

Skólastjóri



Kaffitár

Kaffitár hefur um árabil boðið Íslendingum og gestum landsins upp á úrvals kaffi og kruðerí.
Kaffitár rekur 7 kaffihús á höfuðborgarsvæðinu.

Rekstrarstjóri kaffihúsa

Við leitum nú að öflugum rekstrarstjóra kaffihúsa.

Ábyrgðarsvið:
- Áætlanagerð
- Þróun og stefnumótun
- Ábyrgð á mönnun og þjálfun starfsfólks kaffihúsanna
- Eftirfylgni með rekstri og áætlunum
- Eftirlit með gæðamálum og ásýnd kaffihúsanna

Hæfniskröfur:
- Háskólamenntun á sviði rekstrar
- Stjórnunarhæfileikar og reynsla
- Frumkvæði og drifkraftur
- Samskiptahæfileikar
- Leiðtogahæfileikar

Upplýsingar veitir:
Geirlaug Jóhannsdóttir
geirlaug@hagvangur.is
Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is
Umsóknarfrestur er til og með 17. des. nk.

HAGVANGUR SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700

Framkvæmdastjóri Vestfjarðastofu

Stjórn Vestfjarðastofu ses. auglýsir eftir framkvæmdastjóra til þess að leiða starfsemi Vestfjarðastofu sem tók til starfa 1. desember sl. Vestfjarðastofa varð til við sameiningu verkefna sem áður heyrðu undir Fjórðungssamband Vestfirðinga og Atvinnuþróunarfélag Vestfjarða hf.

Markmið Vestfjarðastofu er að efla atvinnulíf á Vestfjörðum, stuðla að velferð íbúa, fjölbreyttu menningarstarfi og styrkja Vestfirði sem búsetukost og áfangastað ferðamanna. Markmiði sínu hyggst Vestfjarðastofa ná með öflugu samstarfi atvinnulífs, sveitarfélaga, ríkisvalds og stoðkerfis hins opinbera.

Framkvæmdastjóri Vestfjarðastofu leiðir starfsemina og er ábyrgur gagnvart stjórn fyrir yfirstjórn og daglegum rekstri Vestfjarðastofu í umboði stjórnar. Hann undirbýr stefnumörkun, rýnir markmið og aðgerðir og vaktar innleiðingu stefnu Vestfjarðastofu í samvinnu við stjórn og starfsmenn. Framkvæmdastjóri undirbýr rekstrar- og starfsáætlun Vestfjarðastofu og ber ábyrgð á að reksturinn rúmist innan gildandi áætlana á hverjum tíma.

Menntunarkröfur
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi er skilyrði, framhaldsmenntun æskileg
- Haldbær reynsla af rekstri og farsæl stjórnunarreynsla
- Reynsla af stefnumótunarvinnu og innleiðingu stefnu er skilyrði
- Þekking á opinberri stjórnsýslu/málefnum sveitarfélaga er æskileg

Kröfur um hæfni
- Leiðtogahæfni og góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Geta til að sýna frumkvæði og rík skipulagshæfni
- Sjálfstæði í vinnubrögðum og geta til að taka þátt í mótun og stjórnun breytinga
- Rík aðlögunarhæfni og geta til að starfa undir álagi
- Hæfni til að miðla flóknum upplýsingum á einfaldan hátt í töluðu og rituðu máli

Upplýsingar veita:
Katrín S. Óladóttir katrin@hagvangur.is
Geirlaug Jóhannsdóttir geirlaug@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is
Umsóknarfrestur er til og með 18. des. nk.
Umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá og einnar blaðsíðu kynningarbréf þar sem á kerfisbundinn hátt er gerð grein fyrir því hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur starfsins.
Farið verður með fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

HAGVANGUR SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi

www.hagvangur.is

Hagstofa Íslands er miðstöð opinberrar hagskýrslugerðar á Íslandi. Hlutverk hennar er að vinna hlutlægar hagskýrslur, hafa forystu um samhæfingu hagtalna, stunda rannsóknir og stuðla þannig að upplýstri umræðu og faglegum ákvörðunum.

Hagstofa Íslands

Borgartúni 21a · 105 Reykjavík
Sími: 528 1000 · Bréfasími: 528 1099
www.hagstofa.is

Hagstofa Íslands

Hagstofa Íslands óskar eftir því að ráða metnaðarfullan og áhugasaman starfsmann til starfa.

Hópstjóri í símaveri

Hagstofa Íslands leitar að metnaðarfullum og kraftmiklum einstaklingi sem hefur ánægju af samskiptum til að stýra öflugum spyrlahópi í símaveri Hagstofunnar. Starfið heyrir undir gagnasöfnunardeild og felur í sér rekstur símavers, stjórnun vakta og samstarf við aðra starfsmenn deildarinnar um framgang og umsjón rannsókna.

Helstu verkefni hópstjóra felast í að stýra símaveri Hagstofunnar og tryggja fagleg og árangursrík vinnubrögð við framkvæmd úrtaksrannsókna. Hópstjóri vinnur jafnframt að ráðningum og þjálfun spyrla, samskiptum við gagnaveitendur og frumúrvinnslu gagna.

Hæfniskröfur:

- Reynsla af stjórnun með mannaforráð
- Reynsla af rekstri símavers er kostur
- Góð almenn tölvuþekking er nauðsynleg
- Stúdentspróf eða sambærileg menntun
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Þekking á spurningalistarannsóknum er kostur
- Þjónustulund, færni í mannlegum samskiptum og samstarfshæfni
- Frumkvæði, nákvæmni og skipulögð vinnubrögð

Um er að ræða 80% starfshlutfall og er vinnutími frá kl. 14 – 22 mánudaga til fimmtudaga. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Laun eru skv. kjarasamningi fjármálaráðuneytisins og hlutaðeigandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til og með 2. janúar 2018 og skulu umsóknir berast til: Starfsumsókn, Borgartúni 21a, 105 Reykjavík eða rafrænt á netfangið starfsumsokn@hagstofa.is. Öllum umsóknum verður svarað og umsækjendum tilkynnt um ráðstöfun starfsins þegar ákvörðun hefur verið tekin. Umsóknir gilda í sex mánuði frá því umsóknarfrestur rennur út.

Nánari upplýsingar um starfið veita Helga Hauksdóttir og Stefán Logi Sigurþórsson í síma 5281000.

Vísir hf óskar eftir að fastráða matsvein á Sighvat Gk 57. Sighvatur er línuveiðiskip með beitningarvél.

Nánari upplýsingar um borð í síma 856-5770, hjá skipstjóra í síma 856-5775 eða á heimasíðu Vísis **www.visirhf.is.**

VÍSIR

Knattspyrnufélagið Fram

óskar eftir að ráða bókara/starfskraft á skrifstofu félagsins að Safamýri 26.

Um 50% starfshlutfall er að ræða.

Starfslýsing:

- Færsla bókhalds
- Launavinnsla
- Afstemmingar og frágangur á bókhaldi til uppgjörs
- Aðstoð við innri úttektir og eftirlit
- Innkaup á rekstrarvörum
- Innheimta og aðstoð við æfingagjöld
- Almenn skrifstofustörf

Hæfniskröfur :

- Víðtæk reynsla af bókhaldi og launavinnslu
- Góð almenn tölvukunnátta
- Reynsla af sambærilegum störfum
- Nákvæm og vönduð vinnubrögð
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum

Áhugasamir vinsamlega sendið umsókn ásamt starfsferilsskrá til framkvæmdastjóra Fram ludvik@fram.is **fyrir þriðjudaginn 19. desember,** sem jafnframt veitir nánari upplýsingar um starfið.

JÁVERK HEFUR NÓG AÐ GERA

Gæðastjóri

Við leitum að drífandi einstaklingi með góða þekkingu og áhuga á gæða- og umhverfismálum til starfa sem gæðastjóri.

Helstu verkefni:

- Uppbygging, þróun og innleiðing gæðakerfis í samstarfi við stjórnendur
- Eftirfylgni verkefna og þátttaka í samstarfsverkefnum á sviði gæða- og umhverfismála
- Skipulagning og umsjón með innri og ytri úttektum

Hæfniskröfur:

- Háskólapróf á sviði gæða- eða umhverfisfræða eða annað próf sem nýtist í starfi
- Reynsla í uppbyggingu og rekstri stjórnunarkerfa og reynsla af innri úttektum.
- Þekking á ISO 9001; þekking á ISO 14001 er kostur
- Reynsla af verkefnastjórnun er kostur
- Leiðtogahæfni, samskiptafærni og jákvætt viðhorf
- Nákvæmni og öguð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti
- Mjög góð almenn tölvukunnátta

Verkefnastjórar

Byggingaverkfræðingar og byggingatæknifræðingar óskast til að stýra langtímaverkefnum. Reynsla er að sjálfsögðu kostur, en við tökum einnig vel á móti metnaðarfullum aðilum með minni reynslu sem vilja öðlast þekkingu og reynslu af stýringu framkvæmda.

Helstu verkefni:

- Verkefnastjórnun
- Innkaup og samningar við verkkaupa, undirverktaka og birgja
- Kostnaðareftirlit, reikningsgerð og uppgjör verka
- Tilboðsgerð og verkefnaöflun

Hæfniskröfur:

- Byggingaverkfræðingur, byggingatæknifræðingur, byggingafræðingur
- Sjálfstæði og skipuleg vinnubrögð
- Reynsla af stjórnun framkvæmda er mikill kostur
- Frumkvæði, áræðni og metnaður
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð tök á rituðu máli

Umsóknir og fyrirspurnir um störfin sendist á gylfi@javerk.is fyrir 30. des. 2017. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.

JÁVERK er 25 ára öflugt og metnaðarfullt verktakafyrirtæki. Starfsmenn eru um 120 og verkefnastaða fyrirtækisins mjög traust næstu árin. JÁVERK leggur áherslu á umhverfis-, öryggis- og gæðamál og er eina verktakafyrirtækið í flokki stórra fyrirtækja sem hefur fengið viðurkenningu Creditinfo sem „Framúrskarandi fyrirtæki“ síðastliðin 3 ár.

Starfsmannastefna fyrirtækisins gerir ráð fyrir að aðbúnaður og starfsumhverfi sé með því besta sem þekkist. Starfsandi er frábær og dugmikið starfsmannafélag stendur fyrir margskonar skemmtunum og ferðalögum. Starfsmannavelta er mjög lítil.

JÁVERK
Gagnheiði 28
800 Selfoss
Sími 480 1700
javerk@javerk.is
www.javerk.is

JÁVERK

VILT ÞÚ VERÐA HLUTI **AF GÓÐU FERÐALAGI?**

Sif stýrir flugumferð
í flugturninum í Keflavík.

AÐSTOÐARMENN Í FLUGTURNI

Við leitum að fólki í störf aðstoðarmanna í flugturn á Keflavíkurflugvelli. Helstu verkefni eru að miðla flugheimildum til flugmanna, vakta og vinna úr skeytum í flugstjórnarkerfum, skráning í gagnagrunna, auk annarra verkefna sem stjórnendur ákveða.

Hæfniskröfur

- Stúdentspróf eða sambærileg menntun.
- Tölvukunnátta og góður skrifhraði á tölvu er æskilegur
- Góð enskukunnátta bæði í töluðu og rituðu máli (gerum kröfu um ICAO level 4 að lágmarki)
- Nákvæm og öguð vinnubrögð
- Reglusemi og snyrtimennska

Nánari upplýsingar veitir Haraldur Ólafsson yfirflugumferðarstjóri, **haraldur.olafsson@isavia.is**.

UMSJÓNARMAÐUR FLUGUPPLÝSINGAKERFA

Við óskum eftir að ráða umsjónarmann fluguppplýsingakerfa sem hefur daglega umsjón með fluguppplýsingakerfum Isavia, notendaþjónustu, yfirferð á gögnum auk fleiri verkefna.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi er kostur
- Reynsla af störfum á flugvelli er mikill kostur
- Góð tækni- og tölvukunnátta er skilyrði
- Góð íslensku- og enskukunnátta bæði í töluðu og rituðu máli

Nánari upplýsingar veitir Sævar Garðarsson, deildarstjóri eignaumsýslu, **saevar.gardarsson@isavia.is**.

Umsækjendur þurfa að vera með hreint sakavottorð. Vegna kröfu reglugerðar um flugvernd þurfa umsækjendur að fylla út og skila inn umsókn vegna bakgrunnskoðunar lögreglu. Nánari upplýsingar er að finna á isavia.is.

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem allt hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli félagsins og íslenska flugstjórnarsvæðið.

Isavia hefur hlotið gullmerki PwC fyrir launajafnrétti og hvetjum við bæði konur og karla til að sækja um þau störf sem í boði eru.

STARFSSTÖÐ:
KEFLAVÍK

UMSÓKNIR:
ISAVIA.IS/ATVINNA

UMSÓKNARFRESTUR:
17. DESEMBER 2017

isavia

SKAPANDI SAMFÉLAG Á FRÆÐASVIÐI LISTA

LISTAHÁSKÓLINN AUGLÝSIR EFTIR HÁSKÓLAKENNURUM Á LEIKARABRAUT

Starf háskólakennara hjá Listaháskóla Íslands felur í sér kennslu og stefnumótun. Háskólakennarar taka virkan þátt í uppbyggingu viðkomandi deildar undir stjórn deildarforseta og eru þátttakendur í fræða- og fagsamfélagi skólans.

Hæfi umsækjanda verður metið í samræmi við reglur Listaháskóla Íslands um veitingu akademískra starfa, sjá nánar á www.lhi.is/log-og-reglur.

Sviðslistadeild
Háskólakennari í leiklist
Um er að ræða stöðu háskólakennara í leiklist með áherslu á aðferðir samtímasviðslista. Starfshlutfall er 50%.

Háskólakennari í leiktúlkun
Um er að ræða stöðu háskólakennara í leiktúlkun. Starfshlutfall er 50%.

Ítarlegar upplýsingar um störfin, hæfiskröfur, umsóknargögn ofl. er að finna á www.lhi.is/laus-storf

Ráðið er í starfið frá 1. ágúst 2018. Upplýsingar um starfið veitir Steinunn Knútsdóttir, forseti sviðslistadeildar.

Umsóknargögnum skal skilað á stafrænu formi til mannauðsstjóra á netfangið soleybjort@lhi.is eigi síðar en föstudaginn 5. janúar. Farið verður með umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál. Skólinn áskilur sér rétt til að hafna öllum umsóknum.

Listaháskóli Íslands er sjálfseignarstofnun með viðurkenningu á fræðasviðinu listir.
Skólinn starfar í fimm deildum, myndlistardeild, hönnunar- og arkitektúrdeild, tónlistardeild, sviðslistadeild og listkennsludeild. Starfsstöðvar skólans eru fimm við Þverholt, Sölvhólsgötu, Austurstræti, Skipholt og Laugarnesveg í Reykjavík.

Aðalskrifstofan í Þverholti 11 er opin alla virka daga kl. 9–15.

LISTAHÁSKÓLI ÍSLANDS
Iceland Academy of the Arts

EFLA

Liðsauki á samgöngusvið

EFLA verkfræðistofa leitar að öflugu starfsfólki á samgöngusvið fyrirtækisins. Annarsvegar er um að ræða fjölbreytt verkefni á sviði umferðarskipulags, umferðartækni, umferðaröryggis, forhönnunar mannvirkja með áherslu á hjólandi- og gangandi umferð. Hinsvegar er um að ræða verkefni sem snúa að veg- og gatnahönnun, viðhaldi vega, eftirliti með gatnaframkvæmdum og hönnunarstjórnun.

Hæfniskröfur:

- Háskólapróf í byggingarverkfræði eða byggingartæknifræði
- Miklir skipulagshæfileikar
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð almenn tölvukunnátta
- Gott vald á íslensku og ensku, Norðurlandamál er kostur

Umsókn, með upplýsingum um menntun og starfsreynslu, skal berast rafrænt í gegnum vefsíðu EFLU, efla.is/um-eflu/laus-storf fyrir 29. desember næstkomandi. Öllum umsóknum verður svarað.

Umsóknarfrestur
29. desember 2017

Nánari upplýsingar
412 6000 eða job@efla.is

Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál

EFLA er alhliða verkfræði- og ráðgjafarfyrirtæki sem starfar á öllum helstu sviðum verkfræði og tækni. EFLA býður upp á afbragðs starfsumhverfi, áhugaverðan starfsvettvang í alþjóðlegu umhverfi og sterka liðsheild yfir 350 samhentra starfsmanna.

ÍSLAND • NOREGUR • SVÍÞJÓÐ • FRAKKLAND • ÞÝSKALAND • PÓLLAND • TYRKLAND

Vallaskóli
Virðing - þekking - lífsgleði

Komdu að kenna í Vallaskóla!

Laus er til umsóknar 100% staða kennara í leikrænni tjáningu og ensku við Vallaskóla á Selfossi út skólaárið 2017-2018. **Umsóknarfrestur er til 18. desember 2017.** Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsókn með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðilum sendist á Þorvald H. Gunnarsson skólastjóra á netfangið thorvaldur@vallaskoli.is.
Viðamiklar upplýsingar um skólann er að finna á slóðinni **www.vallaskoli.is.** Starfið hentar jafnt körlum sem konum.

JARÐBORANIR

MEIRAPRÓFSBÍLSTJÓRI

Jarðboranir hf. óska eftir meiraprófsbílstjóra til starfa á þjónustustöð félagsins. Meðal verkefna er flutningur á tækjum og búnaði til og frá framkvæmdasvæðum félagsins ásamt öðrum tengdum verkefnum bílstjóra.

Hæfniskröfur

- Aukin ökuréttindi + trailer réttindi
- Sjálfstæði, frumkvæði og stundvísi
- Hæfni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund
- Stóru vinnuvélaréttindin eru æskileg en þó ekki skilyrði

Upplýsingar um starfið veitir Torfi Pálsson, starfsmannastjóri í síma 585-5290 eða torfip@jardboranir.is. Sækja skal um starfið á www.jardboranir.is fyrir 17. desember næstkomandi.

Icelandair Ground Service leitar að öflugum og jákvæðum einstaklingi í stöðu matreiðslumanns og matráðs í flugeldhúsi félagsins. Staðan er laus og þarf viðkomandi að geta hafið störf sem fyrst.

HÆFNISKRÖFUR:

- Réttindi og reynsla.
- Góð íslensku- og enskukunnátta.
- Öguð, skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð.
- Hæfni í mannlegum samskiptum.
- Útsjónarsemi og heiðarleiki.

+ Umsóknum er skilað inn rafrænt á heimasíðu IGS fyrir 20. desember 2017 | www.igs.is

IGS GROUND SERVICES

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Álftanesskóli
- Leiðbeinandi á tómstundaheimili
- Umsjónarkennari á yngsta stigi

Akrar
- Starfsmaður í eldhús

Bæjarból
- Deildarstjóri
- Starfsmaður í hlutastarf frá kl. 15:00-17:00 á daginn
- Verkefnastjóri yfir hreyfingu

Kirkjuból
- Deildarstjóri

Fjölskyldusvið
- Starfsfólk á heimili ungrar fatlaðrar konu

Móaflöt - skammtímavistun fyrir fötluð börn og ungmenni
- Starfsfólk
- Yfirþroskaþjálfi

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á vef Garðabæjar **www.gardabaer.is**.

GARÐABÆR
GARÐATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

Verkfræðingur eða tæknifræðingur á hönnunardeild á Akureyri

VEGAGERÐIN

FAGMENNSKA
ÖRYGGI
FRAMSÝNI

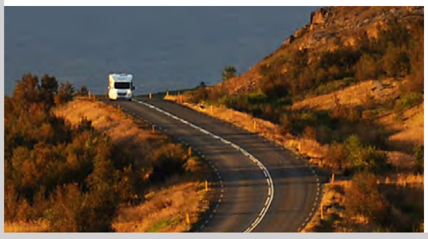
Vegagerðin auglýsir eftir byggingarverkfræðingi eða byggingartæknifræðingi á hönnunardeild með starfsstöð á Akureyri. Um er að ræða fullt starf, við hönnun umferðarmannvirkja.

Á hönnunardeild vinna um 18 manns við ýmis hönnunar-, þróunar- og rannsóknarverkefni, sem tengjast umferðarmannvirkjum.

Við erum að leita eftir verk- eða tæknifræðingi sem hefur áhuga á að takast á við krefjandi verkefni á sínu fagsviði frá frumstigum hönnunar til framkvæmda. Fjölmörg verkefni eru framundan varðandi uppbyggingu vegakerfisins á Íslandi. Um er að ræða spennandi starf við hönnun vega í krefjandi umhverfi, um fjallvegi, firði og í þéttbýli.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Vinna við hönnun vega.
- Verkefnastjórn hönnunar.
- Verkefni tengd viðhaldi vega.
- Þátttaka í rannsóknarverkefnum tengdum umferðarmannvirkjum.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Byggingarverkfræðingur, M.Sc. eða byggingartæknifræðingur B.Sc.
- Þekking og reynsla í notkun teikni- og hönnunarforrita.
- Reynsla af verkefnastjórnun er kostur.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Frumkvæði og faglegur metnaður.
- Skipulögð og öguð vinnubrögð í starfi.
- Góð íslenskukunnátta.
- Kunnátta í ensku og einhverju Norðurlandamáli.



Vegagerðin er eftirsóknarverður vinnustaður sem hentar jafnt báðum kynjum.
Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.
Umsóknarfrestur er til og með 18. desember. Umsóknir berist Vegagerðinni á netfangið starf@vegagerdin.is. Í umsókninni komi fram persónulegar upplýsingar ásamt upplýsingum um þá menntun og hæfni sem gerð eru til starfsins, þar með talið menntunar- og starfsferilsskrá.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðmundur Valur Guðmundsson, forstöðumaður hönnunardeildar (gudmundur.v.gudmundsson@vegagerdin.is) í síma 522 1000.
Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Landsvirkjun

Við leitum að metnaðarfullum verkefnisstjóra á Þróunarsviði

Í starfinu felst verkefnastjórnun í umhverfisdeild, gerð áætlana og samninga um umhverfisrannsóknir. Viðkomandi mun taka þátt í að skipuleggja og stýra gróðurvistfræðirannsóknum, vinna við kolefnisbókhald fyrirtækisins, sinna vöktun á umhverfisáhrifum starfseminnar og fylgjast með virkni mótvægisaðgerða. Starfið felur í sér vinnu við úrlausn verkefna víðsvegar um landið.

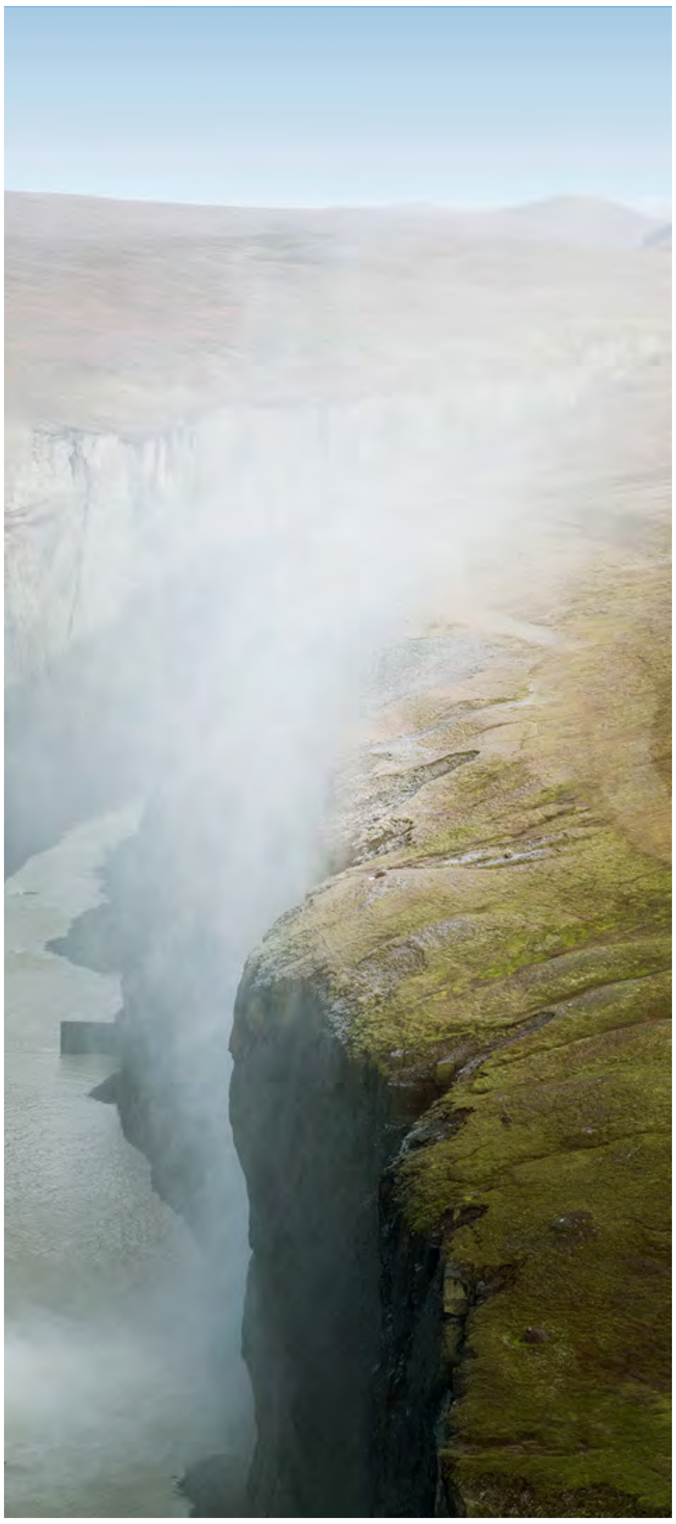
- Framhaldsnám á háskólastigi í náttúruvísindum, umhverfisfræði, umhverfisverkfræði eða sambærilegt nám
- Reynsla af stjórnun rannsókna og áætlanagerð
- Reynsla í verkefnastjórnun er kostur
- Þekking á náttúru Íslands og loftslagsmálum
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Frumkvæði og metnaður
- Sveigjanleiki og lipurð í mannlegum samskiptum

Sótt er um starfið á vef Hagvangs. Nánari upplýsingar veitir Inga Steinunn Arnardóttir (inga@hagvangur.is).
Umsóknarfrestur er til og með 22. desember 2017.

Jafnlaunaúttekt PwC 2017

Landsvirkjun ber gullmerkið í Jafnlaunaúttekt PwC, sem staðfestir að fyrirtækið greiðir körlum og konum jöfn laun fyrir sömu eða jafnverðmæt störf.

Landsvirkjun hvetur konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.



Air Atlanta is looking for quality people

Flight Operations Officer

Job description

Flight Operations Officers are a part of the Operations Control Center (OCC).
The team prepares, plans and controls the ongoing flight operation. The Operation Control Center operates 24/7 on a 2-2-3 shift pattern.

We are looking for people who have;

- Dispatch, Pilot or ATC license (preferred)
- Skills to delegate and work under intensive time pressure
- Good English proficiency
- Great computer skills
- Completed secondary school or similar
- Experience in an airline Operations Environment (is a plus)

Flight Crew Scheduler

Job description

Crew scheduling is a team that oversees crew rosters on daily basis. The team is responsible for covering all flights with crew in a safe-, legal- and efficient way to ensure a smooth operation. The Crewing department operates from 07:00-19:00 on a 2-2-3 shift pattern.

We are looking for people who have;

- Skills to work under pressure
- Good English proficiency
- Great computer skills
- Great communications skills
- Completed secondary school or similar
- Experience in an airline Operations Environment (is a plus)

Please visit airatlanta.com for further information. **Application deadline is 19th of December 2017**

About Air Atlanta Icelandic

Air Atlanta Icelandic is one of the largest ACMI service provider in the world. We offer tailor-made solutions to other carriers, both in the passenger and cargo industry. The current fleet consist of fifteen wide-body aircraft of two types; Boeing 747-400 and Airbus A340-300. We have a worldwide operation but the Company´s headquarters is located in the municipality of Kopavogur, Iceland.

AIR ATLANTA ICELANDIC

Hlíðasmári 3 | 201 Kópavogur | Sími: 458 4000 | airatlanta.com

LIND FASTEIGNASALA

Auglýsir eftir fasteignasölum til starfa.

Reynsla af sölu fasteigna skilyrði.

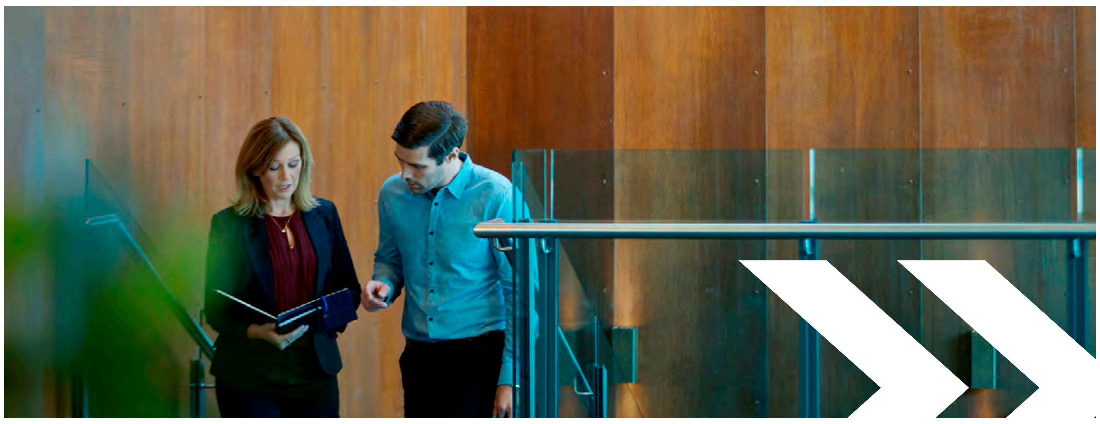
Áhugasamir sendi tölvupóst og ferilskrá á hannes@fastlind.is

LIND FASTEIGNASALA

Hlíðasmára 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

samskip



> Hugbúnaðarsérfræðingur

Við leitum að lausnamiðuðum hugbúnaðarsérfræðingi til liðs við okkur. Starfið felur í sér daglega þjónustu, viðhald og breytingar á hugbúnaðarkerfum fyrirtækisins ásamt þróun nýrra lausna.

Menntunar- og hæfnikröfur:

- Háskólamenntun í tölvunarfræði eða hugbúnaðarverkfræði
- Reynsla og þekking á sambærilegu starfi er kostur

Eiginleikar:

- Færni í mannlegum samskiptum og geta til að starfa í hóp
- Frumkvæði, fagmennska og geta til að vinna sjálfstætt
- Að eiga auðvelt með að tileinka sér nýjustu strauma og stefnur í hugbúnaðarþróun

Þekking á og reynsla af eftirfarandi:

- C#, .NET (4.5+, Core)
- HTML, CSS (LESS, SASS)
- JavaScript, TypeScript
- Angular 1.x
- React
- Docker
- Git
- OutSystems
- CI/CD útgáfuferlum
- Sjálfvirkum prófunum
- Kafka

Umsækjendur eru beðnir um að skila inn ferilskrá ásamt greinargóðu kynningarbréfi sem tilgreinir hvernig umsækjandi uppfyllir kröfur um menntun, reynslu og eiginleika.

Sótt er um starfið á vef Samskipa, **www.samskip.is**. Umsóknarfrestur er til og með **17. desember nk**.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Vignir J. Sveinsson hópstjóri í hugbúnaðardeild, **vignir.j.sveinsson@samskip.com**

Samskip eru alþjóðlegt flutningafyrirtæki sem býður flutningalausnir og tengda þjónustu á landi, sjó og í lofti með hagkvæmni að leiðarljósi. Starfsfólk Samskipa býður viðskiptavinum faglega ráðgjöf og heildarlausnir á sviði flutninga- og flutningatengdrar þjónustu. Við höfum á að skipa fjölbreyttum hópi starfsfólks sem vinnur ávallt með frumkvæði, samheldni og þekkingu að leiðarljósi. Við leggjum áherslu á markvissa fræðslu og þjálfun starfsfólks. Öryggis- og heilbrigðismál starfsfólks eru okkur mikilvæg og bjóðum við upp á fyrirmyndar vinnuaðstöðu.

ENNEMM / SÍA / NM77557

LAUS STÖRF

FYRIR RÉTTA EINSTAKLINGA

Fræðslu- og frístundaþjónusta
» Brautryðjandi í þjónustu við börn og fjölskyldur

Grunnskólar
» Frístundaleiðbeinandi - Áslandsskóli
» Frístundaleiðbeinandi - Hraunvallaskóli
» Skólaliði - Hraunvallaskóli
» Stuðningsfulltrúi - Hraunvallaskóli
» Skólaritari - Hvaleyrarskóli
» Umsjónarkennari á yngsta stigi - Lækjarskóli
» Sérkennari - Lækjarskóli
» Stuðningsfulltrúi í fjölgreinadeild - Lækjarskóli
» Þroskaþjálfi - Lækjarskóli
» Kennari í íslensku sem öðru máli - Lækjarskóli
» Forfallakennari - Lækjarskóli
» Faggreinakennari í unglingadeild - Víðistaðaskóli
» Kennari á miðstig og í unglingadeild - Setbergsskóli
» Stuðningsfulltrúi Krakkaberg - Setbergsskóli
» Skólaliði í íþróttahús - Setbergsskóli
» Frístundaleiðbeinandi í Krakkabergi - Setbergsskóli
» Skólaliðar - Setbergsskóli
» Skólaliði - Öldutúnsskóli
» Frístundaleiðbeinandi - Öldutúnsskóli
» Náttúrufræðikennari á unglingastigi - Öldutúnsskóli

Leikskólar
» Leikskólakennari - Álfasteinn
» Þroskaþjálfi - Hraunvallaskóli
» Leikskólakennari - Hraunvallaskóli
» Leikskólakennari - Stekkjarás

Málefni fatlaðs fólks
» Stuðningsfulltrúi - Kletturinn

Í samræmi við jafnréttisstefnu Hafnarfjarðar eru karlar jafnt sem konur hvött til að sækja um.

Nánar á **hafnarfjordur.is**

JAFNRÉTTISVIÐURKENNING JAFNRÉTTISRÁÐ 2017

JAFNLAUNAMERKIÐ

HAFNARFJÖRÐUR

HAFNARFJARÐARBÆR
585 5500
hafnarfjordur.is

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi

www.hagvangur.is

Starfsfólk óskast

**Vegna mjög vaxandi umsvifa
óskar Gluggasmiðjan eftir bæði bókara og sölufólki.**

Leitað er að vandvirkum starfsmanni sem hefur reynslu af bókhaldsforritinu DK.
Æskilegt er að viðkomandi sé löggildur bókari.

Leitað er að öflugum aðila í kröftugt söluteymi Gluggasmiðjunar. Starfið felur í sér sölu á vörum Gluggasmiðjunar til verktaka og stærri aðila. Nauðsynlegt er að viðkomandi hafi þekkingu á gluggum og gluggaísetningum.

Gluggasmiðjan sem er 70 ára á þessu ári er leiðandi fyrirtæki á sviði glugga, útihurða, svalalokana og glerhandriða.

Frekari upplýsingar um störfin veitir:
Jónas Elvar Halldórsson, framkvæmdarstjóri Gluggasmiðjunar, sími 577 5050
Umsóknir sendist á póstfangið jonas@gluggasmidjan.is merktar „atvinnuumsókn"

Gluggasmiðjan
Viðarhöfða 3 • 577 5050 • gluggasmidjan.is

Gluggasmiðjan er rótgróið fyrirtæki sem hefur sérhæft sig í gluggaframleiðslu frá árinu 1947

Ert þú meistari í mannauðsmálum?

Við leitum að mannauðsstjóra fyrir Hrafnistuheimilin

Óskað er eftir öflugum og jákvæðum sérfræðingi í mannauðsmálum til að stýra og taka þátt í áframhaldandi eflingu mannauðs Hrafnistuheimilanna. Mannauðsdeild er stoðdeild innan Hrafnistu sem vinnur náið með stjórnendum og starfsmönnum Hrafnistuheimilanna. Mannauðsdeild heyrir undir rekstrarsvið, sem er annað tveggja stoðsviða Hrafnistu.

Mannauðsstjóri

Mannauðsstjóri ber ábyrgð á þróun og framkvæmd mannauðsstefnu Hrafnistu, stuðningi við stjórnendur varðandi mannauðsmál og eftirfylgni mannauðsverkefna.

Helstu verkefni:

- Alhliða ráðgjöf til stjórnenda á sviði mannauðsmála
- Skipulag og yfirumsjón með mönnun og ráðningu starfsfólks
- Stuðlar að góðum samskiptum og góðum starfsanda
- Ábyrgð á verkefnum á sviði viðverustjórnunar og vinnuverndar
- Framkvæmd kannana meðal starfsmanna og eftirfylgni úrbótaverkefna þeim tengdum
- Yfirumsjón og ábyrgð á skjalagerð s.s. ráðningarsamningum og starfslýsingum
- Áætlanagerð varðandi mönnun og launakostnað
- Samskipti við stéttarfélög, túlkun kjarasamninga og þátttaka í samningagerð
- Skipulag og yfirumsjón með þjónustu mannauðsfulltrúa
- Yfirumsjón með tölfræðigreiningu á sviði mannauðsmála

Hæfniskröfur:

- Framhaldsnám á sviði mannauðsstjórnunar
- Starfsreynsla á sviði mannauðsstjórnunar nauðsynleg
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri
- Góð skipulagshæfni og sjálfstæði í starfi
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Þekking á lagalegum hliðum mannauðsstjórnunar
- Þekking og/eða reynsla af úrvinnslu tölfræðilegra gagna
- Rík þjónustulund

Umsóknarfrestur er til og með 11. desember 2017. Umsókn, ásamt ferilskrá og ýtarlegu kynningarbréfi, skal senda í gegnum heimasíðu Fast Ráðninga, **www.fastradningar.is**. Óskað er eftir einnar blaðsíðu kynningarbréfi þar sem á skipulegan hátt er gerð grein fyrir reynslu viðkomandi af helstu verkefnum sem fylgja starfinu.

Nánari upplýsingar veitir Harpa Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri rekstrarsviðs Hrafnistu, harpa.gunnarsdottir@hrafnista.is og Lind Einarsdóttir, lind@fastradningar.is, eða í síma 552-1606.

Hrafnista rekur sex öldrunarheimili á höfuðborgarsvæðinu og í Reykjanesbæ. Hjá Hrafnistu starfa um tólf hundruð manns, ýmist í fullu starfi eða hlutastarfi. Stöðugildi eru um 650 talsins. Veitt er sólarhringsþjónusta alla daga ársins til aldraðra skjólstæðinga heimilanna.

das
HRAFNISTA

Hrafnista Reykjavík | Hafnarfjörður | Kópavogur | Garðabær | Nesvellir | Hlévangur

Rafholt óskar eftir rafvirkjum til starfa

Vegna góðrar verkefnastöðu þurfum við að bæta í hóp starfsmanna. Við leitum að öflugum einstaklingum sem treysta sér til að gera það sem þarf til þess að ná frábærum árangri í krefjandi umhverfi. Rafholt er samhent fyrirtæki sem tileinkar sér stundvísi og samviskusemi. Einstaklingar af báðum kynjum eru hvattir til að sækja um en eitt af stefnumálum fyrirtækisins er að auka hlutfall kvenna í greininni.

Þjónustudeild

Auglýsum eftir vönum rafvirkjum til starfa við þjónustudeild fyrirtækisins. Viðkomandi þurfa að vera sjálfstæðir, þjónustuliprir og hafa áhuga á því að tileinka sér nýjungar.

Rafholt sinnir þjónustu fyrir fyrirtæki og stofnanir. Má þar helst nefna Mílu, Vodafone, Nova, Símann, Neyðarlínuna, Björgunarmiðstöðina í Skógarhlíð, Verne Global, Ölgerðina, N1, Eik Fasteignafélag, Húsasmiðjuna, Héðinn, Nathan & Olsen, Hörpu Tónlistarhús og fleiri aðila.

Almenn rafvirkjastörf

Auglýsum eftir vönum rafvirkjum, nemum og aðstoðarmönnum í fjölbreytt verkefni á höfuðborgarsvæðinu og Suðurnesjum. Viðkomandi þarf að vera vanur að vinna í teymi. Reynsla af sambærilegum störfum er kostur en alls ekki skilyrði.

Umsóknir ásamt ferilsskrá skal senda á **starf@rafholt.is**

Rafholt er framsækið fyrirtæki sem starfar jafnt á útboðsmarkaði og í þjónustu við fyrirtæki og stofnanir. Fyrirtækið er eitt stærsta sinnar tegundar á sviði rafverktöku á Íslandi. Fagleg vinnubrögð og framúrskarandi árangur eru leiðarljós fyrirtækisins.

Helstu verkefni eru almennar raflagnir, tölvu- og ljósleiðaralagnir, töflu- og stjórnskápasmíði og þjónusta við fjarskiptafyrirtæki.

Rafholt ehf. leggur áherslu á að ráða kraftmikla og metnaðarfulla einstaklinga af báðum kynjum sem hafa áhuga á að sýna frumkvæði og sjálfstæði í vinnu.

Allir starfsmenn Rafholts fá heita máltíð í hádeginu að eigin vali og vinnuviku líkur í hádeginu á föstudögum.

Öflugt starfsmannafélag er starfrækt hjá fyrirtækinu og er aðstaða starfsmanna öll hin glæsilegasta. Árshátíðir og aðrar skemmtanir Rafholts eru metnaðarfullar og farið er reglulega erlendis með allan hópinn.

Rafholt ehf. er á lista Creditinfo yfir framúrskarandi fyrirtæki á Íslandi árið 2016, fjórða árið í röð.

2013–2016 Framúrskarandi fyrirtæki

RAFHOLT

Rafholt ehf. | Smiðjuvegur 8 | 200 Kópavogur | 517 7600 | www.rafholt.is

Vanir smiðir óskast til starfa.

Mjög góð verkefnastaða. Föst vinnuaðstaða næstu árin, miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu.
Góð kjör í boði fyrir öfluga smiði.

Umsóknir skulu sendast á
jon@bestla.is
Nánari uppl. Guðjón – 895-7673

BESTLA BYGGINGARFÉLAG

Gúmmísteypa Þ. Lárusson sér um samsetningu og uppsetningum á færiböndum úr gúmmíi, PU og PVC.

Leitum að fólki sem hefur náð 25 ára aldri til að útbúa og setja saman stór og smá færibönd. Eftirfarandi eru þær kröfur sem við gerum til starfsfólks okkar:

- Færni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði í starfi.
- Drifkraftur og jákvæðni eru mikilvægir eiginleikar.
- Þjónustulund og vilji til að skila góðu verki.

Viðkomandi getur hafið störf strax. **Nánari upplýsingar í síma 5674467 á milli kl.09 og 15 alla virka daga.**

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 86801 12/17

KENNSLA HJÁ TÆKNIDEILD ICELANDAIR

Ertu hæfileikaríkur leiðbeinandi? Getur þú útskýrt flókna hluti á einfaldan hátt? Er þolinmæði einn af þínum kostum?

Ef eitthvað af þessu á við um þig, þá er laust til umsóknar starf leiðbeinanda hjá Icelandair Technical Training (ITT). Starfið felst í að taka virkan þátt í uppbyggingu og kennslustarfi kennsludeildar ITT.

ITT er deild innan Icelandair Technical Services sem gegnir mikilvægu hlutverki í þjálfunarferli allra starfsmanna ITS og lögð er áhersla á góðan starfsanda í deildinni.

STARFSSVIÐ:

- Kenna verkferla fyrirtækisins, m.a. MOE (CRS procedures) og CAME
- Kenna Human Factors og önnur öryggisnámskeið, s.s. Fuel Tank Safety, EWIS o.fl.
- Kennsla á Boeing 757, Boeing 737NG og MAX ásamt Boeing 767 réttindanámskeiðum
- Undirbúa kennslu og kennsluefni fyrir ofangreint
- Önnur tilfallandi námskeið

HÆFNISKRÖFUR:

- Flugvirkjamenntun með EASA Part 66 skírteini B1/B2
- Tegundaráritun á Boeing 737, 757 eða 767
- Reynsla af flugvélaviðhaldi
- CRS-réttindi á einhverja af ofangreindum flugvélategundum er kostur
- Vönduð vinnubrögð og jákvætt viðmót eru nauðsynlegir kostir fyrir þetta starf
- Mikilvægt er að geta unnið vel í hópi
- Frumkvæði og dugnaður

Nánari upplýsingar veita:
Valgeir Rúnarsson | valgeirr@its.is
Sveina Berglind Jónsdóttir | sveinaj@icelandair.is

+ Umsókn ásamt ferilskrá óskast fyllt út á heimasíðu Icelandair, www.icelandair.is/umsokn, eigi síðar en 20. desember 2017.

ICELANDAIR

SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT ÍSLANDS

3 LAUSAR STÖÐUR

Sinfóníuhljómsveit Íslands auglýsir lausar til umsóknar þrjár stöður

STAÐA 1. ÓBÓLEIKARA

Hæfnispróf fer fram 27. febrúar 2018 í Hörpu

Einleiksverk:

1) **Mozart:** óbókonsert 1. og 2. kafli engar kadensur (Bärenreiter útgáfa)
2) **Strauss:** óbókonsert 1. og 2. kafli (Boosey and Hawkes útgáfa)

STAÐA LEIÐARA Í PÁKUDEILD

MEÐ SKYLDUR Á SLAGVERK

Hæfnispróf fer fram 6. mars 2018 í Hörpu

Einleiksverk:
Einleiksverk að eigin vali fyrir pákur

STAÐA VÍÓLULEIKARA

Hæfnispróf fer fram 20. mars 2018 í Hörpu

Einleiksverk:

1) 1. kafli úr klassískum konsert eftir Hoffmeister (D-dúr) eða Stamitz (D-dúr) með kadensu
2) 1. kafli úr konsert eftir Bartók, Walton eða Hindemith Der Schwanendreher

Umsóknarfrestur er til og með **30. desember 2017.** Umsóknir, ásamt ferilskrá og fylgiskjölum, skulu berast til Unu Eyþórsdóttur, mannauðsstjóra (starf@sinfonia.is).

Hljómsveitarpartar verða aðgengilegir þátttakendum að minnsta kosti tveimur vikum fyrir hæfnispróf.
Nánari upplýsingar er að finna á vefsvæði Sinfóníuhljómsveitar Íslands www.sinfonia.is og hjá mannauðsstjóra (una@sinfonia.is) í síma 898 5017.

Spennandi störf í boði hjá WOW air

WOW ÞÚ! VERTU MEMM

● VERKEFNASTJÓRI Í FYRIRTÆKJAÞJÓNUSTU

FÍLAR ÞÚ STÓR SEM SMÁ FYRIRTÆKI?

WOW air leitar að drífandi starfsmanni á sölu- og markaðssvið WOW air til að sjá um fyrirtækjaþjónustu flugfélagsins. Viltu veita frábæra þjónustu? Býrðu yfir framúrskarandi sölu- og samskiptahæfileikum? Ef þú vilt hafa nóg að gera í vinnunni og ert til í krefjandi verkefni á skemmtilegum vinnustað þá viljum við heyra frá þér.

● SÉRFRÆÐINGUR Í MANNAUÐSMÁLUM

KANNTU GOTT AÐ META?

WOW air leitar að þjónustuliprum og félagslyndum sérfræðingi sem finnst fólk frábært, til að starfa að fjölbreyttum og skemmtilegum verkefnum á sviði mannauðsmála fyrirtækisins. Viðkomandi mun meðal annars koma að ráðningum og fræðslumálum ásamt því að hafa umsjón með starfsmannaupplýsingum og fleiru.

● STARFSMAÐUR Í MÓTTÖKU / MANNAUÐSFULLTRÚI

GETUR ÞÚ WOW-AÐ OKKUR?

WOW air leitar nú að ofurskipulögðum og skemmtilegum einstaklingi með blússandi WOW faktor til að starfa í móttöku á skrifstofu fyrirtækisins í Reykjavík. Starfið krefst mjög góðrar íslensku- og enskukunnáttu, skipulagsfærni og framúrskarandi samskiptahæfni. Auk móttökustarfa mun starfsmaðurinn sinna ýmsum tilfallandi verkefnum fyrir mannauðssvið.

● HUGBÚNAÐARSÉRFRÆÐINGUR FARÞEGA- OG FLUGREKSTRARKERFA

ERTU FLUGÞENKJANDI OFURNOTANDI?

Leitað er að jákvæðum og skipulögðum ofurnotendum (e. super users) í tölvukerfum sem snúa að gestum og flugrekstri WOW air. Starfsmennirnir skipuleggja og sjá um kennslu í notkun kerfanna ásamt því að sjá um rekstur þeirra frá degi til dags, veita ráðgjöf varðandi notkun og vera í samskiptum við birgja. Þeir fá einnig að öllum líkindum viðurnefnið Ofur á kaffistofunni.

WOW FRÁ UPPHAFI

WOW air er brosmilt lággjaldaflugfélag með það að markmiði að bjóða ávallt upp á lægstu fargjöldin til og frá Íslandi. Flugfélagið hefur vaxið mjög ört á skömmum tíma og við hlökkum til að efla samkeppni í flugi enn frekar á komandi árum með nýjum og spennandi áfangastöðum. Við leggjum mikið upp úr því að hafa gaman af því sem við erum að gera, bæði á skrifstofunni og gagnvart gestum okkar.
Hjá okkur starfa nú um 1100 hörkuduglegir starfsmenn.

● SVÆÐISSTJÓRI Í SÖLU- OG MARKAÐSDEILD WOW AIR

VILTU SIGRA HEIMINN MEÐ OKKUR?

WOW air leitar að öflugum einstaklingi með ríka skipulagshæfileika í fullt starf svæðisstjóra á sölu- og markaðsdeild WOW air. Tilvonandi svæðisstjóri þarf að hafa framúrskarandi söluhæfileika, brennandi áhuga á sölu- og markaðsstörfum og ekki skemmir fyrir skemmtileg sýn á tilveruna, góð tungumálakunnátta og gott keppnisskap.

● DEILDARSTJÓRI ÞJÓNUSTUVERS

SPAKT FORYSTUFÉ ÓSKAST

WOW air leitar að þjónustuliprum og reynslumiklum einstaklingi til að sjá um daglega stjórnun þjónustuvers félagsins á Íslandi og samþættingu með þjónustuveri WOW air erlendis. Ef þú hefur reynslu af stjórnun, ert lipur í samskiptum, hefur náttúrulega leiðtogahæfileika og þrífst vel í lifandi umhverfi þá gæti þetta verið draumastarfið þitt.

● VERKEFNASTJÓRI Í ÞJÓNUSTUMÁLUM

ERTU ÞJÓNUSTUSÉNÍ?

WOW air leitar að öflugum einstaklingi til að vinna að þjónustumálum félagsins og þjálfun starfsfólks. Ertu sérlega þjónustulipur? Hefur þú áhuga á öllu sem viðkemur gæðaeftirliti, þjónustuferlum og fræðsluefni? Blundar kennari í þér sem elskar að vera í kringum annað fólk? Þá er þetta mögulega framtíðarstarfið þitt.

● SAMRÆMINGARSTJÓRI NEYÐARÁÆTLANA

AÐDÁANDI BJÖRGUNARSVEITA ÓSKAST

WOW air óskar eftir að ráða skipulagðan samræmingarstjóra neyðaráætlana í Flugverndardeild. Æskilegt er að viðkomandi hafi brennandi áhuga á björgunarmálum, viðbragðsáætlunum og fræðslu. Um fjölbreytt verkefni er að ræða, m.a. skipulagning á þjálfun, æfingum og fræðslu ásamt verkefnum í flugvernd.

● VAKTSTJÓRI DAGLEGRAR STARFSEMI Í IOCC

ERTU LAUSNAMIÐAÐUR WOWARI?

WOW air leitar að jákvæðum vaktstjóra til að taka þátt í að stýra daglegri starfsemi í IOCC í höfuðstöðvum WOW air. Rík þjónustulund með bros og festu að leiðarljósi ásamt færni í mannlegum samskiptum eru góðir eiginleikar WOW vaktstjóra. Um er ræða tímabundið starf til eins árs og unnið er á dag- og næturvöktum.

NÁNARI UPPLÝSINGAR

Ítarlegri upplýsingar um störfin er að finna á vefnum okkar **wowair.is/starf.** Þar er jafnframt tekið á móti umsóknum.
Frekari fyrirspurnir um störfin má senda á **starf@wow.is.**
Umsóknarfrestur til og með 18. desember 2017

STARFSFÓLK Í URRIÐAHOLTSSKÓLA Í GARÐABÆ

Urriðaholtsskóli er nýr samrekinn leik- og grunnskóli í Garðabæ fyrir nemendur á aldrinum 1-16 ára. Leikskóladeild skólans tekur til starfa í byrjun árs 2018. Auglýst er eftir áhugasömum og faglegum einstaklingum til að taka þátt í að móta og byggja upp nýtt skólasamfélag. Samstarf verður einkennandi fyrir alla starfshætti bæði á meðal nemenda og starfsmanna, svo og milli skólastiga.

Auglýst er eftir starfsfólki í eftirtalin störf:

- **Aðstoðarskólastjóri yngri barna**
- **Leikskólakennarar**
- **Leiðbeinendur með aðra háskólamenntun**
- **Leiðbeinendur í leikskóla og skólaliðar**

Í Garðabæ er lögð rík áhersla á sjálfstæði skóla, fjölbreytni og valfrelsi sem felst meðal annars í því að foreldrar hafa fullt frelsi um val á skóla fyrir börn sín. Leik- og grunnskólar Garðabæjar skapa sér sérstöðu í áherslum sínum til að koma sem best á móts við fjölbreyttar þarfir nemenda og verður það verkefni hópsins að koma að stefnumótun skólans.

Umsóknarfrestur er til og með 17. desember 2017. Gert er ráð fyrir að fyrstu ráðningar taki gildi um miðjan janúar 2018 og er samkomulag um hvenær viðkomandi getur hafið störf.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Þorgerður Anna Arnardóttir skólastjóri Urriðaholtsskóla, s. 525 8500 / 621 9505, netfang thorgerdurar@urridaholtsskoli.is

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og hlutaðeigandi stéttarfélaga. Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um rafrænt á vef Garðabæjar, www.gardabaer.is en þar má finna nánari upplýsingar um störfin.

GARÐABÆR
GARÐATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

Vallaskóli
Virðing - þekking - lífsgleði

Komdu að kenna í Vallaskóla!

Laus er til umsóknar 100% staða kennara í leikrænni tjáningu og ensku við Vallaskóla á Selfossi út skólaárið 2017-2018. **Umsóknarfrestur er til 18. desember 2017.** Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsókn með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðilum sendist á Þorvald H. Gunnarsson skólastjóra á netfangið thorvaldur@vallaskoli.is.
Viðamiklar upplýsingar um skólann er að finna á slóðinni **www.vallaskoli.is.** Starfið hentar jafnt körlum sem konum.

Sérfræðingar í ráðningum

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

FAST Ráðningar
www.fastradningar.is

LÖGFRÆÐINGUR HJÁ ADVEL LÖGMÖNNUM

ADVEL LÖGMENN

ADVEL lögmenn óska eftir að ráða lögfræðing til starfa til að sinna fjölbreyttum verkefnum fyrir viðskiptavini stofunnar.

HELSTU VERKEFNI

- Almenn lögfræðiráðgjöf á starfssviði stofunnar.
- Samninga- og skjalagerð.
- Samskipti við opinbera aðila og viðskiptavini.
- Málflutningur, eftir atvikum.

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Fullnaðarpróf í lögfræði (cand.jur / meistarapróf).
- Málflutningsréttindi fyrir héraðsdómi eru æskileg.
- Starfsreynsla sem nýtist í starfi.
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku, bæði í ræðu og riti.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Vönduð og sjálfstæð vinnubrögð.

Nánari upplýsingar veitir Ragnheiður Þorkelsdóttir, **ragnheidur@advel.is**, s. 520-2050. Umsóknarfrestur er til og með **19. desember 2017**.
Umsóknir skulu berast á netfangið **advel@advel.is**. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.

ADVEL lögmenn hafa um árabil sérhæft sig í lögfræðiráðgjöf til fyrirtækja og opinberra aðila. Helstu starfssvið stofunnar eru fyrirtækja- og félagaréttur, fjármögnun fyrirtækja, áreiðanleikakannanir, verðbréfamarkaðsréttur, samkeppnisréttur, persónuvernd, Evrópuréttur, fjárhagsleg endurskipulagning, auk málflutnings og almennrar lögfræðiþjónustu. Hjá stofunni starfar áhugasamt, vel þjálfað og sérhæft kunnáttufólk í krefjandi en hvetjandi starfsumhverfi.

advel.is

Erum við að **leita að þér?**

Kerfisstjóri óskast til starfa hjá Akraneskaupstað

Akraneskaupstaður auglýsir lausa til umsóknar nýja stöðu kerfisstjóra á bæjarskrifstofunni á Akranesi. Í starfinu felst að vera tæknilegur leiðtogi og móta nýja tæknistefnu fyrir Akraneskaupstað. Gert er ráð fyrir svigrúmi að vaxa í starfi s.s. með endurmenntun, námskeiðum og ráðstefnuhaldi.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:

- Dagleg umsjón, notendaþjónusta og rekstur tölvukerfa og vélbúnaðar
- Umsjón með afritunar- og hýsingarmálum
- Innleiðing og stýring nýrra kerfa og verkefna sem því tengjast
- Umsjón með og stýring verkefna sem snúa að tæknilegum verktökum
- Greining og fyrirbygging vandamála sem kunna að koma upp
- Gera umbætur í rekstri tölvuumhverfisins með einfaldleika og öryggisstöðlum
- Aðstoða og hafa yfirsýn með að koma á námskeiðum fyrir starfsfólk

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólapróf í tölvunarfræði, kerfisfræði eða góð starfsreynsla æskileg
- Góð reynsla af rekstri tölvukerfa og innleiðingu nýrra kerfa
- Góð þekking og reynsla æskileg af Microsoft hugbúnaði s.s Active Directory, PowerShell, Exchange, Office 365, Azure, Lync og SCCM
- Rík þjónustulund og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð samskipta- og leiðtogahæfni
- Frumkvæði og metnaður að ná árangri í starfi

Umsóknarfrestur er til og með 27. desember 2017. Nánari upplýsingar um starfið veitir Sævar Freyr Þráinsson bæjarstjóri, baejarstjori@akranes.is.

Sótt er um starfið í gegnum heimasíðu Akraneskaupstaðar. Umsóknum fylgi ítarleg starfsferilskrá ásamt greinargerð þar sem kemur fram ástæða umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi til starfsins.

Akraneskaupstaður er ört vaxandi bæjarfélag með sjö þúsund íbúa. Mikil áhersla er lögð á góða þjónustu við bæjarbúa og fagleg vinnubrögð í stjórnsýslunni.

Einkunnarorð sveitarfélagsins eru jákvæðni, metnaður og víðsýni.

Akraneskaupstaður

Við leitum að öflugu starfsfólki

IÐAN fræðslusetur er leiðandi fyrirtæki á sviði símenntunar og þjónustu við fyrirtæki og einstaklinga í iðnaði. Gildi IÐUNNAR eru framsækni, virðing og fagmennska. Við leggjum áherslu á að ráða til okkur metnaðarfullt starfsfólk sem er tilbúið að starfa með skemmtilegum hópi að framþróun í iðnaði.

IÐAN fræðslusetur óskar eftir umsóknum í eftirfarandi störf:

Fræðslufulltrúi

Hlutverk og ábyrgðarsvið:

- Umsjón með námssamningum í iðngreinum
- Umsjón með framkvæmd sveinsprófa
- Umsjón með Erasmus+ námsmannaskipti innlendra og erlendra iðnnema og nýsveina
- Samskipti við iðnfyrirtæki vegna iðnnema
- Önnur tilfallandi verkefni

Hlutverk og ábyrgðarsvið:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi er æskileg eða annað próf sem nýtist í starfi
- Góð almenn tölvuþekking
- Góð enskukunnátta
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Skipulagshæfni og nákvæmni í vinnubrögðum
- Góð þjónustulund og jákvæðni

Móttaka/þjónusta

Hlutverk og ábyrgðarsvið:

- Almenn störf í móttöku
- Umsjón með fundum
- Innkaup
- Umsjón með eldhúsi
- Aðstoð við framkvæmd námskeiða
- Önnur tilfallandi verkefni

Hlutverk og ábyrgðarsvið:

- Menntun sem nýtist í starfinu
- Góð almenn tölvuþekking
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Nákvæmni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Góð þjónustulund og jákvæðni

Umsóknarfrestur er til og með 18. desember n.k.
Ráðið verður í störfin sem fyrst.

Um er að ræða framtíðarstörf og verkefnin eru fjölbreytt í áhugaverðu umhverfi. Í báðum tilvikum er um að ræða fullt starf. **Umsóknum skal skilað á mottaka@idan.is**

IÐAN fræðslusetur
Sími 590 6400 www.idan.is

Starfsmaður óskast til afgreiðslustarfa í Árbæjapótek.

Um er að ræða hlutastarf frá kl. 13-18 virka daga. Reynsla æskileg. Umsækjendur hafi samband í síma 567-4200 (Kristján) eða með tölvupósti í arbapotek@internet.is

LAUS STÖRF
FYRIR RÉTTA EINSTAKLINGA

Fræðslu- og frístundaþjónusta
» Brautryðjandi í þjónustu við börn og fjölskyldur

Grunnskólar
» Frístundaleiðbeinandi - Áslandsskóli
» Frístundaleiðbeinandi - Hraunvallaskóli
» Skólaliði - Hraunvallaskóli
» Stuðningsfulltrúi - Hraunvallaskóli
» Skólaritari - Hvaleyrarskóli
» Umsjónarkennari á yngsta stigi - Lækjarskóli
» Sérkennari - Lækjarskóli
» Stuðningsfulltrúi í fjölgreinadeild - Lækjarskóli
» Þroskaþjálfi - Lækjarskóli
» Kennari í íslensku sem öðru máli - Lækjarskóli
» Forfallakennari - Lækjarskóli
» Faggreinakennari í unglingadeild - Víðistaðaskóli
» Kennari á miðstig og í unglingadeild - Setbergsskóli
» Stuðningsfulltrúi Krakkaberg - Setbergsskóli
» Skólaliði í íþróttahús - Setbergsskóli
» Frístundaleiðbeinandi í Krakkabergi - Setbergsskóli
» Skólaliðar - Setbergsskóli
» Skólaliði - Öldutúnsskóli
» Frístundaleiðbeinandi - Öldutúnsskóli
» Náttúrufræðikennari á unglingastigi - Öldutúnsskóli

Leikskólar
» Leikskólakennari - Álfasteinn
» Þroskaþjálfi - Hraunvallaskóli
» Leikskólakennari - Hraunvallaskóli
» Leikskólakennari - Stekkjarás

Málefni fatlaðs fólks
» Stuðningsfulltrúi - Kletturinn

Í samræmi við jafnréttisstefnu Hafnarfjarðar eru karlar jafnt sem konur hvött til að sækja um.

Nánar á **hafnarfjordur.is**

JAFNRÉTTISVIÐURKENNING JAFNRÉTTISRÁÐ 2017

JAFNLAUNAMERKIÐ

HAFNARFJÖRÐUR

HAFNARFJARÐARBÆR
585 5500
hafnarfjordur.is

Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • www.radum.is • radum@radum.is

Stofnun Árna Magnússonar
í íslenskum fræðum

Starf skjalavarðar/ upplýsingafræðings

Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum óskar að ráða skjalavörð/upplýsingasfræðing til starfa í 70% starf frá og með 1. febrúar 2018.

Helstu verkefni:
- Móttaka og skráning erinda/mála.
- Frágangur skjala/mála í málaskrá.
- Leitir í skjalasafni, upplýsingaöflun og –miðlun.
- Pökkun skjala og skráning í geymsluskrá til afhendingar á Þjóðskjalasafn

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólamenntun/reynsla á sviði bókasafns- eða upplýsingafræði.
- Þekking og reynsla af skjalastjórnunarkerfum reynsla af notkun GoPro kostur
- Þekking á opinberri stjórnsýslu er kostur.
- Ábyrgð, nákvæmni og vandvirkni.
- Frumkvæði, sjálfstæði í vinnubrögðum og skipulags-hæfni.
- Mjög gott vald á íslensku er skilyrði.
- Mjög góð kunnátta í ensku er nauðsynleg og vald á einu Norðurlandamáli er kostur.
- Hæfni við miðlun upplýsinga.
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum og samstarfshæfni.

Um launakjör fer samkvæmt kjarasamningi Félags háskólakennara og fjármála- og efnahagsráðherra. Upplýsingar um starfið veitir Sigurborg Stefánsdóttir, fjármálastjóri, í síma 5254010

Umsóknir ásamt upplýsingum um menntun og starfsferil skulu berast Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum, Árnagarði við Suðurgötu, 101 Reykjavík eða í tölvupósti á póstfangið rakelp@hi.is eigi síðar en **mánudaginn 18. desember 2017.**

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu í starfið liggur fyrir.

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Sjúkraliði	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201712/1903
Aðstoðarmaður í aðhlynningu	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201712/1902
Sjúkraliði	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Seyðisfjörður	201712/1901
Aðstoðarmaður í aðhlynningu	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Seyðisfjörður	201712/1900
Sérfræðingur í nýsköpun	Atv.vega- og nýsköpunarráðuneytið	Reykjavík	201712/1899
Teymisstjóri	Lyfjastofnun	Reykjavík	201712/1898
Deildarstjóri	Landspítali, viðhaldsdeild	Reykjavík	201712/1897
Félagsráðgjafi	Landspítali, öldrunarlækningadeild	Reykjavík	201712/1896
Guðfræðingur	Landspítali, geðsvið	Reykjavík	201712/1895
Starfsmaður	Landspítali, rafmagnsverkstæði	Reykjavík	201712/1894
Flutningastarfsmaður	Landspítali, flutningar	Reykjavík	201712/1893
Verkefnastjóri	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Akureyri	201712/1892
Sérfræðingur	Þjóðskrá Íslands	Reykjavík	201712/1891
Varðstjóri	Fangelsismálastofnun, Hólmsheiði	Reykjavík	201712/1890
Tryggingafulltrúi	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201712/1889
Skrifstofumaður	Sýslumaðurinn á höfuðborgarsvæðinu	Kópavogur	201712/1888
Eftirlitsdýralæknir	Matvælastofnun	Sauðárkrókur	201712/1887
Hjúkrunarfræðingar	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201712/1886
Verkefnastjóri	Háskólinn á Akureyri	Akureyri	201712/1885
Hjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Vestfjarða	Patreksfjörður	201712/1884
Hópstjóri í símaveri	Hagstofa Íslands	Reykjavík	201712/1883
Skrifstofumaður	Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra	Húsavík	201712/1882
Verkefnastjóri	Háskóli Íslands, Ísl.- og menningard.	Reykjavík	201712/1881
Hjúkrunarfræðingur/ljósmóðir	Heilbrigðisstofnun Suðurnesja	Reykjanesbær	201712/1880
Sjúkraliði	Landspítali, öldrunarlækningadeild	Reykjavík	201712/1879
Starfsmenn við aðhlynningu	Landspítali, bráðaöldrunarlækningad.	Reykjavík	201712/1878
Sjúkraliði	Landspítali, bráðaöldrunarlækningad.	Reykjavík	201712/1877
Upplýsingafulltrúi	Utanríkisráðuneytið	Reykjavík	201712/1876
Fulltrúar á sviði þróunarsamvinnu	Utanríkisráðuneytið	Reykjavík	201712/1875

RÚV er fjölmiðill í almannaþágu með það hlutverk að vekja, virkja og efla. Hjá RÚV starfar öflugur og samhentur hópur sem segir mikilvægar sögur úr umhverfi okkar, rýnir samfélagið á gagnrýninn hátt og þróar nýjar leiðir til frásagnar.

Umsóknarfrestur er til 2. janúar

Upplýsingar um störfin og skil umsókna er að finna á **www.ruv.is/laus-storf.**

Við hvetjum áhugasama til að sækja um starfið, óháð kyni og uppruna.

www.ruv.is

Jafnlaunaúttekt PwC 2017

Tækniséní óskast

Deildarstjóri
Útsending og dreifikerfi

Við leitum að öflugum deildarstjóra í fullt starf til að leiða teymi fólks með sérfræðiþekkingu sem sinnir verkefnum við útsendingar- og dreifikerfi Ríkisútvarpsins um allt land. Deildarstjórinn ber ábyrgð á flóknum kerfum útsendingar og dreifingar.

Pródúsent
RÚV núll

RÚV stóreykur þjónustu við ungt fólk og leitar að snjöllum pródúsent fyrir vef- og sjónvarpsefni. Verkefni pródúsents er að taka, klippa og eftirvinna og taka virkan þátt í hugmyndavinnu. Nauðsynlegt er að hafa gott auga fyrir efni, útliti og áferð myndefnis. Ennfremur að þekkja vel notkun samfélagsmiðla og framleiðslu á efni ætluðu þeim.

Python-forritari
Hugbúnaðarþróun

Við auglýsum eftir forritara til að hanna og skrifa hugbúnað frá grunni til útgáfu auk þess að taka þátt í viðbótum og breytingum á innri kerfum. Forritarinn þarf að hafa haldgóða þekkingu á SQL og geta hannað og útfært veigamikil gagnagrunnslíkön.

Air Atlanta is looking for quality people

Flight Operations Officer

Job description

Flight Operations Officers are a part of the Operations Control Center (OCC).
The team prepares, plans and controls the ongoing flight operation. The Operation Control Center operates 24/7 on a 2-2-3 shift pattern.

We are looking for people who have;

- Dispatch, Pilot or ATC license (preferred)
- Skills to delegate and work under intensive time pressure
- Good English proficiency
- Great computer skills
- Completed secondary school or similar
- Experience in an airline Operations Environment (is a plus)

Flight Crew Scheduler

Job description

Crew scheduling is a team that oversees crew rosters on daily basis. The team is responsible for covering all flights with crew in a safe-, legal- and efficient way to ensure a smooth operation. The Crewing department operates from 07:00-19:00 on a 2-2-3 shift pattern.

We are looking for people who have;

- Skills to work under pressure
- Good English proficiency
- Great computer skills
- Great communications skills
- Completed secondary school or similar
- Experience in an airline Operations Environment (is a plus)

Please visit airatlanta.com for further information. **Application deadline is 19th of December 2017**

About Air Atlanta Icelandic

Air Atlanta Icelandic is one of the largest ACMI service provider in the world. We offer tailor-made solutions to other carriers, both in the passenger and cargo industry. The current fleet consist of fifteen wide-body aircraft of two types; Boeing 747-400 and Airbus A340-300. We have a worldwide operation but the Company´s headquarters is located in the municipality of Kopavogur, Iceland.

AIR ATLANTA ICELANDIC

Hlíðasmári 3 | 201 Kópavogur | Sími: 458 4000 | airatlanta.com

Rauði krossinn á Íslandi vill ráða tvo mikilvæga liðsmenn

Sviðsstjóri Fjáröflunar og kynningarmála

Ábyrgðasvið

- Fjáröflun til mannúðarstarfs félagsins
- Kynningar- og markaðsmál
- Stefnumótun, markmiðasetning, áætlanagerð og stjórnun

Hæfnikröfur

- Háskólapróf á sviði viðskipta, markaðs-mála eða tengdra greina
- A.m.k. 5 ára starfsreynsla
- Sjálfstæði, fagmennska og skipulögð vinnubrögð
- Frumkvæði og lausnamiðuð hugsun
- Framúrskarandi samskiptahæfni
- Mjög góð rit- og talfærni á íslensku og ensku

Rekstrarstjóri Fataverkefnis

Ábyrgðasvið

- Yfirumsjón með fataverkefni félagsins, þ.m.t. söfnun, flokkun og sölu fatnaðar í verslunum Rauða krossins um allt land
- Viðskiptaþróun, markmiðasetning, áætlanagerð og stjórnun
- Stuðningur við deildir og sjálfboðaliða félagsins
- Gæðastjórnun

Hæfnikröfur

- Háskólapróf á sviði viðskipta, markaðs-mála eða tengdra greina
- Rekstrarreynsla/reynsla af verslunarrekstri
- Sjálfstæði, fagmennska og skipulögð vinnubrögð
- Frumkvæði og lausnamiðuð hugsun
- Lipurð í samskiptum og jákvætt hugarfar
- Ástríða fyrir tísku og endurnýtingu fatnaðar er kostur
- Reynsla af vinnu með sjálfboðaliðum er kostur

Umsóknarfrestur er til og með 29. desember nk. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir um að senda umsókn á netfangið starf@redcross.is. Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.
Allar nánari upplýsingar veitir Dögg Guðmundsdóttir – dogg@redcross.is

Rauði krossinn á Íslandi er félag sjálfboðaliða sem stendur vörð um mannréttindi og virðingu einstaklinga og vinnur að verkefnum sem snúa að félagslegu öryggi og neyðarvörnum vegna áfalla og hamfara. Meginhlutverk Rauða krossins á Íslandi er að bregðast við hvers konar neyð hvort heldur er af náttúru- eða mannavöldum, standa vörð um og aðstoða þá sem verst eru staddir í samfélaginu og veita aðstoð er gerir fólk hæfara til að takast á við erfiðleika og bregðast við áföllum. Félagar í Rauða krossinum á Íslandi eru yfir 20 þúsund og skráðir sjálfboðaliðar yfir 3000 sem starfa í 42 deildum um land allt. Rauði krossinn er elsta og umfangsmesta mannúðarhreyfing í heimi með um 100 milljónir félagsmanna og sjálfboðaliða í 192 löndum.

RAUÐI KROSSINN ICELANDIC RED CROSS

EFLA

Liðsauki á samgöngusvið

EFLA verkfræðistofa leitar að öflugu starfsfólki á samgöngusvið fyrirtækisins. Annarsvegar er um að ræða fjölbreytt verkefni á sviði umferðarskipulags, umferðartækni, umferðaröryggis, forhönnunar mannvirkja með áherslu á hjólandi- og gangandi umferð. Hinsvegar er um að ræða verkefni sem snúa að veg- og gatnahönnun, viðhaldi vega, eftirliti með gatnaframkvæmdum og hönnunarstjórnun.

Hæfniskröfur:

- Háskólapróf í byggingarverkfræði eða byggingartæknifræði
- Miklir skipulagshæfileikar
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð almenn tölvukunnátta
- Gott vald á íslensku og ensku, Norðurlandamál er kostur

Umsókn, með upplýsingum um menntun og starfsreynslu, skal berast rafrænt í gegnum vefsíðu EFLU, efla.is/um-eflu/laus-storf fyrir 29. desember næstkomandi.
Öllum umsóknum verður svarað.

Umsóknarfrestur
29. desember 2017

Nánari upplýsingar
412 6000 eða job@efla.is

Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál

EFLA er alhliða verkfræði- og ráðgjafarfyrirtæki sem starfar á öllum helstu sviðum verkfræði og tækni. EFLA býður upp á afbragðs starfsumhverfi, áhugaverðan starfsvettvang í alþjóðlegu umhverfi og sterka liðsheild yfir 350 samhentra starfsmanna.

ÍSLAND • NOREGUR • SVÍÞJÓÐ • FRAKKLAND • ÞÝSKALAND • PÓLLAND • TYRKLAND

RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Hafðu samband við okkur og sjáðu hvað við getum gert fyrir þig.

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

intellecta

ráðum ráðningarstofa

Ertu að leita að starfi?

RÁÐUM EHF • Vegmúla 2, 108 Reykjavík • Sími 519 6770 • radum@radum.is

Kynningarfundur
Lyklafellslína 1
(Sandskeiðslína 1)

Miðvikudaginn 13. desember nk. kl. 17:15–19:00 í sal bæjarstjórnar Kópavogs, Hábraut 2

Framkvæmdir við nýja háspennulínu í lögsögu Kópavogs

Landsnet hf. hefur sótt um framkvæmdaleyfi vegna framkvæmda við Lyklafellslínu 1 hjá þeim sveitarfélögum á höfuðborgarsvæðinu sem nýja línan mun liggja um; Mosfellsbæ, Kópavogi, Garðabæ og Hafnarfirði.

Um er að ræða framkvæmdir við nýja háspennulínu frá Lyklafelli í Mosfellsbæ að Hamranesi í Hafnarfirði.

Á móti verða fjarlægðar Hamraneslína 1 og 2, sem liggja frá Geithálsi um Heiðmörk að Hamranesi, og Ísallína 1 og 2, frá tengivirki við Hamranes að álverinu í Straumsvík.

Bæjarstjórn Kópavogs frestaði afgreiðslu erindis um leyfi til framkvæmda við lagningu línunnar og boðar hér með til kynningarfundar með íbúum og öðrum sem láta sig málið varða.

Dagskrá:

- Fulltrúi Landsnets kynnir fyrirhugaða framkvæmd við Lyklafellslínu
- Fulltrúi Náttúruverndarsamtaka Suðvesturlands og Hraunavina kynnir sjónarmið sín og athugasemdir vegna fyrirhugaðrar framkvæmdar við Lyklafellslínu
- Sjónarmið Hafnarfjarðar
- Umræður og fyrirspurnir fundargesta

Bæjarstjóri Kópavogs

Kópavogsbær kopavogur.is

PIPAR\TBWA \ SÍA

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Háaleitisskóli Álftamýri 79 – Endurbætur utanhúss** – Útboð nr. 14112.
- **Hreinsun gatna- og gönguleiða í Reykjavík 2018 - 2021 útboð I** – EES útboð nr. 14113.
- **Hreinsun gatna- og gönguleiða í Reykjavík 2018 - 2021 útboð II** – EES útboð nr. 14114.
- **Hreinsun gatna- og gönguleiða í Reykjavík 2018 - 2021 útboð III** – EES útboð nr. 14115.

Nánari upplýsingar er að finna á ***www.reykjavik.is/utbod***

Reykjavíkurborg
Innkaupadeild
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1042 / 411 1043, Bréfsími 411 1048
Netfang: utbod@reykjavik.is

ALÚTBOÐ
Leiguíbúðir í Skarðshlíð

Hafnarfjarðarbær, fyrir hönd nýstofnaðs íbúðafélags, óskar eftir tilboðum í hönnun og byggingu 12 leiguíbúða við Hádegisskarð 12 og 16 í Skarðshlíð, Hafnarfirði.

Um er að ræða 2 hús og er gert ráð fyrir að þau verði nánast eins, 2ja hæða með 6 íbúðum hvort hús. Miða skal við að íbúðir verði af mismundandi stærð sem hér segir:

Fjöldi herbergja	Hámarksstærð	Fjöldi íbúða í húsi	Samtals fjöldi íbúða
2ja herbergja	50 m^2	3	6
3ja herbergja	60 m^2	2	4
4ra herbergja	80 m^2	1	2

Lögð er áhersla á hagkvæmar byggingaraðferðir í því skyni að lækka byggingarkostnað, skapandi og hugvitsamlegar lausnir og góða hönnun.

Þeir sem óska eftir að fá send útboðsgögn skulu senda beiðni um það á netfangið **stefan@vsb.is**

Tilboð verða opnuð hjá umhverfis- og skipulagsþjónustu bæjarins að Norðurhellu 2, þriðjudaginn 6. febrúar 2018, kl. 11.00.

HAFNARFJARÐARBÆR
585 5500
hafnarfjordur.is

HAFNARFJÖRÐUR

VELFERÐARRÁÐUNEYTIÐ

Styrkir úr þróunarsjóði innflytjendamála 2017–2018

Innflytjendaráð auglýsir eftir umsóknum um styrki úr þróunarsjóði innflytjendamála. Tilgangur sjóðsins er að efla rannsóknir og þróunarverkefni á sviði innflytjendamála með það að markmiði að auðvelda gagnkvæma aðlögun innflytjenda og íslensks samfélags. Við ákvörðun um styrkveitingar verður að þessu sinni lögð áhersla á eftirfarandi:

- Rannsóknar- og þróunarverkefni sem tengjast börnum og ungmennum af erlendum uppruna.
- Rannsóknar- og þróunarverkefni sem falla vel að áherslum þingsályktunar um framkvæmdaáætlun í málefnum innflytjenda fyrir árin 2016–2019 sem samþykkt var á Alþingi 20. september 2016.
- Rannsóknar- og þróunarverkefni sem stuðla að virkri þátttöku innflytjenda í samfélaginu og auka sýnileika þeirra.

Önnur rannsóknar- og þróunarverkefni koma einnig til álita.

Styrkir verða veittir félögum, samtökum og opinberum aðilum og eru félags- og hagsmunasamtök innflytjenda sérstaklega hvött til þess að sækja um. Einstaklingar geta aðeins sótt um styrki til rannsókna. Til ráðstöfunar eru 15 milljónir króna og geta styrkir að hámarki numið 75% af áætluðum heildarkostnaði verkefnis. Unnt er að sækja um jafnt á íslensku og ensku.

Umsóknarfrestur er til 31. janúar 2018. Vakin er sérstök athygli á að einungis er unnt að sækja um rafrænt og er umsóknarformið aðgengilegt á eyðublaðavef Stjórnarráðsins (minarsidur.stjr.is). Vísað er á nánari upplýsingar um þróunarsjóðinn á vef Stjórnarráðsins, meðal annars reglur þróunarsjóðs innflytjendamála með nánari upplýsingum um skilyrði fyrir styrkveitingum. Einnig er bent á framkvæmdaáætlun í málefnum innflytjenda.

Í byrjun janúar mun innflytjendaráð standa fyrir opnum kynningarfundi fyrir væntanlega umsækjendur um umsóknarferlið, áherslur ársins og reglur sjóðsins. Nánar auglýst síðar.

Nánari upplýsingar fást í velferðarráðuneytinu í síma 545 8100 og með tölvupósti á netfangið **postur@vel.is.** Trúnaðar er gætt við meðferð allra umsókna.

ONRS-2017-18/ 09.12.2017

Útboð

Orka náttúrunnar ohf. óskar eftir tilboðum í:

Þjónustu rafvirkja

Óskað er eftir tilboðum í almenna þjónustu rafvirkja tengda viðhaldsþjónustu, endurnýjun og viðbótum á virkjunum og þjónustu rafvirkja á hlöðum á mismunandi stöðum á landinu.

Útboðið er auglýst á Evrópska efnahagssvæðinu.

Nánar lýst í útboðsgögnum „ONRS-2017-18 Þjónusta rafvirkja"

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu á vefsíðu OR https://www.or.is/utbod

Tilboð verða opnuð hjá Orku náttúrunnar ohf. Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík, fimmtudaginn 11.01.2018 kl. 11:00.

ORKA NÁTTÚRUNNAR
Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík · Sími 591 2700 · www.on.is
Allar fyrirspurnir vegna útboðs skal senda á utbod@on.is

Reykjanesbær - tilkynning

Þann 15. desember næstkomandi verður auglýst á vef Ríkiskaupa verkið „Stapaskóli 1. áfangi". Verkið verður í alútboði fyrir utan hönnun en 1. áfangi verður tæpir 8.000m2.

Áhugasamir eru vinsamlegast beðnir um að setja sig í startholurnar og sækja gögn á vef Ríkiskaupa þann 15. des.

Fasteignasala Kópavogs
Ábyrgð, reynsla & góð þjónusta

Gunnlaugur Hilmarsson
lögg. fasteignasali

Frábært byggingarverkefni fyrir verktaka

Um er að ræða byggingarfélag sem er með gott verkefni í gangi. Um er að ræða fjölda íbúða sem á að byggja og eru allar íbúðir fráteknar. Um er að ræða lóð og samþykktar teikningar. Verkefnið er tilbúið til að hefjast handa strax. Frábært og arðsamt verkefni fyrir verktaka eða fjársterkan aðila. Verð er mjög sanngjarnt.

Nánari uppl. eingöngu veittar á skrifstofu. Gunnlaugur S: 777 56 56, gunnlaugur@fastko.is og á www.fastko.is

Vegna mikillar sölu vantar allar gerðir eigna á skrá. Frítt söluverðmat.

Fasteignasala Kópavogs • Hamraborg 14a • S 517 2600

Haðaland 12, 108 Reykjavík

Fallegt og vel staðsett 309,3 fm einbýlishús með innbyggðum bílskúr neðst í Fossvoginum. Húsið er teiknað af Helga og Vilhjálmi Hjálmarssonum arkitektum og var frá upphafi mjög til þess vandað. Innréttingar í húsinu eru einnig teiknaðar af þeim, í samvinnu við innanhúsarkitektinn Finn Fróðason. Húsið skiptist m.a. í stofur, borðstofu, fjögur herbergi og tvö baðherbergi. Arinn í stofu. Grunnskipulag hússins er mjög vel heppnað. Skjólgóður suðvestur garður, steyptir skjólveggir og opið svæði í suður. Stutt í skóla, leikskóla, íþróttastarf og stíga- og útivistarsvæði borgarinnar. **V. 155 m.**

Kjartan Hallgeirsson
Lögg. fasteignasali
s: 824 9093
kjartan@eignamidlun.is

EIGNAMIÐLUN
588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík
60 ára FRAMÚRSKARANDI SÍÐAN 1957

Fasteignasala Kópavogs
Ábyrgð, reynsla & góð þjónusta

Gunnlaugur Hilmarsson
lögg. fasteignasali

Til sölu er verkstæði með bíla- og bílasprautun

Um er að ræða verkstæði með bíla- og bílasprautun sem hefur verið starfandi með góðum árangri. Verkstæðið er starfandi í ca. 350m2 leiguhúsnæði, með forleigu- og forkaupsrétti, á góðum stað í 104 Reykjavík. Tæki eru góð þ.m.t. sprautuklefi og lyfta. Gott malbikað útisvæði. Góð velta og góð verkefnastaða t.d. samningur við öll tryggingarfélögin.

Nánari uppl. eingöngu veittar á skrifstofu. Gunnlaugur S: 777 5656, gunnlaugur@fastko.is og á www.fastko.is

Vegna mikillar sölu vantar allar gerðir eigna á skrá. Frítt söluverðmat.

Fasteignasala Kópavogs • Hamraborg 14a • S 517 2600

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.
ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Barónsstígur 49
Endurnýjuð 3ja – 4ra herb. íbúð með sérinngangi.

Eignin verður til sýnis í dag, laugardag, frá kl. 13.30 – 14.15

Mjög falleg, björt og mikið endurnýjuð 77,1 fm. íbúð á jarðhæð í góðu fjórbýlishúsi við Barónsstíg. Eignin er þannig sett upp í dag að í henni eru 3 svefnherbergi en stofa og eldhús eru í einu opnu rými. Eignin hefur verið mikið endurnýjuð hið innra á sl. vikum, m.a. lagt vandað og fallegt parket, sett upp ný og mjög falleg eldhúsinnrétting með innbyggðri uppþvottavél og ný tæki og baðherbergi var allt endurnýjað með tengi fyrir þvottavél.
Verð 39,9 millj.
Íbúðin er laus til afhendingar strax.

Bollagarðar 107- Seltjarnarnesi.
Glæsilegt einbýlishús á útsýnisstað.

Eignin verður til sýnis í dag, laugardag, frá kl. 15.00 – 15.30

Virkilega fallegt og mikið endurnýjað 225,0 fm. einbýlishús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr á frábærum útsýnisstað á norðanverðu Seltjarnarnesinu. Mögulegt er að hafa allt að 5 svefnherbergi á efri hæð hússins líkt og upphaflegar teikningar hússins sýna, en í dag eru svefnherbergin þrjú. Samliggjandi bjartar stofur. Eldhús með sérsmíðuðum innréttingum. Stór sjónvarpsstofa. Lóðin er nýlega endurnýjuð, öll afgirt með skjólveggjum og með stórum veröndum til suðurs og norðurs. Hús nýmálað að utan.
Verð 99,5 millj.

ráðum
ráðningarstofa

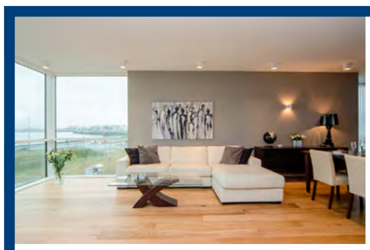
Þarftu að ráða starfsmann?

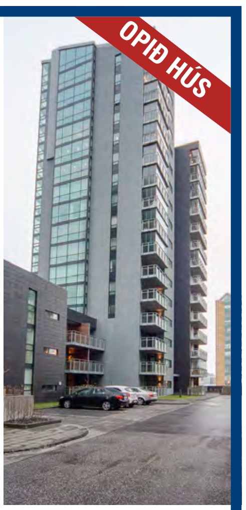
Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.
Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • www.radum.is • radum@radum.is

TIL LEIGU:

Mjög gott 185 fm. húsnæði á jarðhæð á frábærum stað við hliðina á Smáralind.
Hentar t.d. fyrir skrifstofu, heildsölu, hönnunaraðstöðu og jafnvel verslun.
Nánari upplýsingar hjá Sigrúnu í s: 660-6110.





Vatnsstígur 22
101 RVK

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN
9. DESEMBER KL.14.00-14.30

Glæsileg 135.4fm útsýnisíbúð í nýlegu húsi við vatnsstíg 22. Lava eik innréttingar frá GKS, stein borðplötur, Míele eldhústæki, svalalokun á suður svölum og hiti í gólfum

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITIR NADIA KATRÍN Í SÍMA 6925002 EÐA NADIA@LANDMARK.IS

NADIA KATRÍN BANINE
Löggiltur fast.
nadia@landmark.is
sími 692 5002

LANDMARK SMÁRINN
Sameinumst og eflum liðsheild með aukinni reynslu og þekkingu

Vegghamrar 26, Grafarvogi

Bjartur fasteignasala kynnir fallega, rúmgóða og bjarta 76,9 fermetra, þriggja herbergja íbúð á annarri hæð í tveggja hæða fjölbýlishúsi í Hamrahverfi Grafarvogs.
Sérinngangur er í íbúðina.
Opið hús verður haldið sunnudaginn 10. desember milli klukkan 16:00 - 16:30

Allar fekari upplýsingar veita;
Sigríður Jónasdóttir aðstoðarmaður fasteignasala í síma 661-4141 eða gegnum tölvupóstfangið sigridur@bjarturfasteign.is og
Magnús Davíð Norðdahl, löggiltur fasteignasali og héraðsdómslögmaður í síma 571-5011, eða gegnum tölvupóstfangið magnus@bjarturfasteign.is

BJARTUR FASTEIGNASALA

HÍBÝLI
FASTEIGNASALA

Kringlan 4-6, 103 Reykjavík - hibyli.is - hibyli@hibyli.is - Sími: 585 8800

Ingibjörg Þórðardóttir, löggiltur fasteignasali. s. 864-8800

Þórður S. Ólafsson, löggiltur fasteignasali.

Ólafur Már Ólafsson, löggiltur fasteignasali. s. 865-8515

Björg Ágústsdóttir, skrifstofa

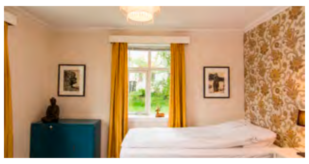
Friggjarbrunnur 5 - 113 Reykjavík. - Lyftuhús.

Opið hús sunnudaginn 10. desember frá kl. 13:00 til 13:30

Glæsileg 4ra til 5 herbergja íbúð ásamt stæði í bílageymslu í nýlegu lyftuhúsi við Úlfarsárdalinn. Eignin skiptist í forstofu, hjónaherbergi, tvö barnaherbergi, baðherbergi, opið rými þar sem eldhús er opið við borðstofu og setustofu, útgengi á svalir úr setustofu. Þvottahús er inn af eldhúsi. Grantíborðplata í eldhúsi. Fataskápar í öllum herbergjum. Afar vönduð og vel skipulögð íbúð. Bílastæði í kjallara er rúmgott með sér geymslu þar við hliðina. Eignin er skráð 147,5 fm - þar af geymsla 12,5 fm.
Verð 62,9 millj.

Oddeyrargata 12 - 600 Akureyri - Tvær íbúðir og skúr.

Opið hús laugardaginn 9. desember frá kl 14:30 til 15:30



Fallegt og afar vel staðsett einbýlishús í neðri Brekkunni á Akureyri. Húsið er í 5 mínútna göngufæri við Ráðhústorgið og sundlaugina. Húsið er á 2 fastanúmerum og er í dag nýtt sem 2 íbúðir. Húsið sjálft er samtals um 130 fm og skúr á lóð er 32fm. Sérinngangur er á efri hæðina, en inngangur á neðri hæðina er í gegnum sameign íbúðanna. Íbúðin á neðri hæðinni er með útgefið gistileyfi fyrir ferðamenn. Eignin hefur fengið gott viðhald og mikla endurnýjun að innan sem utan á undanförnum árum. Upplýsingar hjá Ólafi M. Ólafssyni löggiltum fasteignasala s. 865-8515. **Verð 42,5 millj.**

Austurströnd 4 - 170 Stjn. Útsýnisíbúð í lyftuhúsi - Stæði í bílageymslu

Opið hús sunnudaginn 10. desember frá kl. 14:00 til 14:30 - íbúð 0405

Falleg og rúmgóð 2ja herbergja íbúð á 4. hæð með glæsilegu útsýni og stæði í bílageymslu í lyftuhúsi á Seltjarnarnesi. Íbúðin skiptist í forstofu, eldhús, borðstofu, stofu með útgengi á svalir og miklu útsýni, baðherbergi og svefnherbergi. Skápar í forstofu og svefnherbergi. Húsið hefur nýlega verið múrviðgert og málað, einnig var þakjárn endurnýjað. Auðvelt er að bæta við auka herbergi í íbúðinni og hefur það verið gert í sambærilegum íbúðum á Austurströnd. Íbúðinni fylgir sérmerkt stæði í bílageymslu, einnig sér geymsla. Góð staðsetning, stutt í skóla, leikskóla og alla helstu þjónustu. **Verð 37,9 millj.**

Hringbraut 43 - 107 Reykjavík

Opið hús sunnudaginn 10. desember frá kl 14:30 til 15:00

Falleg og vel skipulögð 3ja herbergja endaíbúð í góðu fjölbýlishúsi við Hringbraut. Íbúðin er sérlega björt með stórum gluggum í þrjár áttir. Í risi fylgir íbúðinni aukaherbergi með aðgengi að salerni sem leigt er út. Íbúðin skiptist í forstofu/hol með fatahengi, eldhús, samliggjandi bjartar stofur með útgengi á svalir, önnur stofanna er í dag nýtt sem svefnherbergi, svefnherbergi, baðherbergi. Húsið hefur fengið gott viðhald að utan undanfarin ár, frárennslislagnir hússins hafa einnig verið endurnýjaðar. Snyrtileg og vel umgengin sameign. Sameiginlegt þvottahús og stór sér geymsla í kjallara fylgja íbúðinni. **Verð 43,8 millj.**

Lindarbraut 16 - 170 Seltjarnarnes - Sérinngangur og bílskúr

Falleg og rúmgóð íbúð á jarðhæð með sérinngangi ásamt bílskúr í fjögurra íbúða húsi á Seltjarnarnesi.
Eignin er samtals 99,7 fm, þar af bílskúr 25,9 fm. Íbúðin skiptist í forstofu, hol, eldhús með þvottahúsi inn af, stóra stofu með útgengi á svalir og afgirtri timburverönd, baðherbergi og svefnherbergi. Bílskúr er í bílskúralengju við hlið hússins. Húsið var múrviðgert og málað 2016. **Verð 44,9 millj.**

Garðatorg 2B - 210 Garðabær - nýtt lyftuhús - glæsilegt útsýni

Glæsileg 4ja herbergja íbúð með miklu útsýni í nýju húsi við Garðatorg. Íbúðin skiptist í forstofu/hol með fataskápum, setustofa/borðstofa opin við eldhús, útgengi á yfirbyggðar svalir úr eldhúsi, útgengi á stórar svalir úr stofu. Baðherbergi við hol og þvottahús þar við hliðina. Hjónaherbergi með sér baðherbergi inn af, rúmgott svefnherbergi, sjónvarpshol sem væri hægt að stúka af sem þriðja svefnherbergi. Sér bílastæði og geymsla í kjallara.
Verð 79,5 millj.

Flyðrugrandi 2 - 107 Reykjavík - laus við kaupsamning

Opið hús mánudaginn 11.desember frá kl 12:15 til 12:45

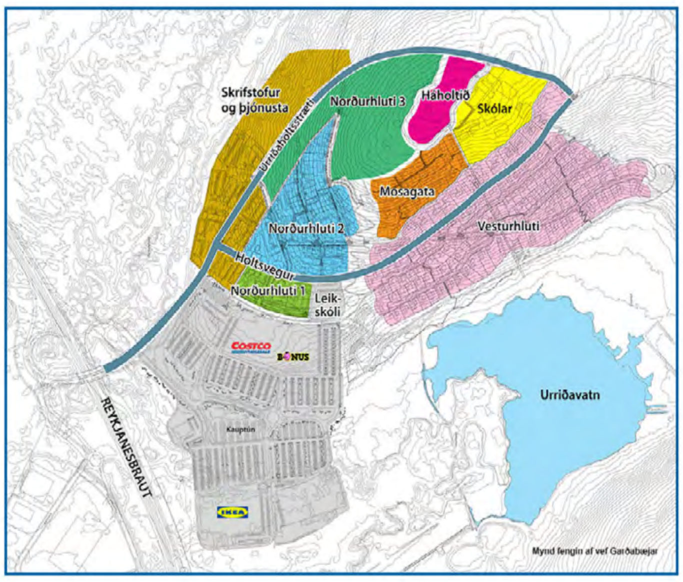
Rúmgóð 2ja herbergja íbúð á jarðhæð með hellulagðri verönd á eftirsóttum stað í Vesturbænum. Íbúðin er 64,3 fm, það að auki fylgir sér geymsla sem er ekki skráð í birta fermertratölu. íbúðin skiptist í forstofu þaðan sem er innangengt í geymslu. Eldhús sem er opið við rúmgóða stofu með útgengi á hellulagða verönd. Svefnherbergi með fataskáp, baðherbergi.
Góð staðsetning, stutt í skóla og leikskóla, göngufæri við miðborgina og Háskólann.
Verð 32 millj.

Naustabryggja 36 – 110 Reykjavík

Glæsileg 4ja herbergja íbúð á tveimur hæðum með óhindruðu sjávarútsýni og aukinni lofthæð í Bryggjuhverfinu í Reykjavík. Íbúðin er skráð 93,1 fm en er nær 110 fm að gólfleti þar sem hluti efri hæðar er ekki skráð. Á neðri hæð er eldhús opið við stofu/borðstofu, baðherbergi með þvotta aðstöðu, tvö svefnherbergi og svalir. Á efri hæð er stórt alrými sem er nýtt sem sjónvarps og svefnherbergi og útgengi á svalir. Eigninni fylgir stæði í bílageymslu á jarðhæð.
Verð 48,9 m

OPIÐ HÚS MILLI KL 13:00 OG 13:30 UM HELGINA - LAUG 9. DES OG SUNN 10.DES

Nýjar 2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja útsýnisíbúðir með sérinngangi af stigapalli í fallegu lyftuhúsi í Urriðaholtinu í Garðabæ. Íbúðirnar eru 22 talsins og afhendast fullbúnar með gólfefnum. Helmingi íbúðanna fylgir bílskúr. Frábær staðsetning en Mosagatan liggur hátt í Urriðaholtinu með glæsilegu útsýni yfir byggðina til suðurs og vesturs. Mosagatan liggur einnig næst Urriðaholtsskóla sem opnar haustið 2018. Miklir útivistarmöguleikar í nágrenninu.



BEST ER AÐ AKA EFTIR URRIÐAHOLTSSTRÆTI, TIL HÆGRI INN BREKKUGÖTU EN ÞÁ ER MOSAGATA Á VINSTRI HÖND.

LANDMARK SMÁRINN

Sameinumst og eflum liðsheild með aukinni reynslu og þekkingu

BORG FASTEIGNASALA

519 5500

SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS

Þóra Birgisdóttir löggiltur fasteignasali

NÝBYGGINGAR – JAÐARLEITI OG FRAKKASTÍGUR

Jaðarleiti og Frakkastígur

SÖLUKYNNING Á SKRIFSTOFUNNI Í SÍÐUMÚLA 23

Sölumenn taka á móti gestum

mán. 11. des. milli 16:00-17:00

Opið hús fim. 14. des kl 17:15 -17:45

Brávallagata 18 — 101 Reykjavík

Íbúð | 3herbergi | 86,2 fm | Björt og Falleg íbúð

45.500.000

Gunnlaugur fasteignasali 844 6447

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Opið hús mán. 11. des. kl 17.30-18.00

Álfheimar 15 — 104 Reykjavík

Hæð | 5-6 herbergi | 164 fm | Sérhæð með bílskúr

62.500.000

Falleg og vel skipulögð hæð með sér inngangi

Þóra fasteignasali 777 2882

Kúhalli 6 — 301 Hvalfjörður

Sumarbústaður | 3 herbergi | 103 fm | Frábært útsýni

19.900.000

Bústaður og bílskúr

Davíð fasteignasali 897 1533

Sjafnarbrunnur 2

Sýning laugardag á nýjum íbúðum á besta stað í Úlfarsárdal

Fullbúnar sýningaríbúðir með gólfefnum og lýsingu. Vandaðar innréttingar frá Colombini Casa, AEG raftæki.

Frábær staðsetning í Úlfarsárdal með fallegu útsýni yfir dalinn og nágrenni. Stutt í náttúruna og gönguleiðir.

Nýjar fullbúnar 4ra og fimm herbergjaíbúðir, allar með stæði í bílageymslu.

Byggingaaðili **Dalhus**

OPIÐ HÚS í dag laugardag milli kl. 14-15

FASTEIGNASALAN BÆR
www.fasteignasalan.is

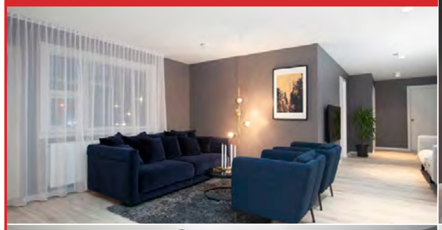
LIND FASTEIGNASALA

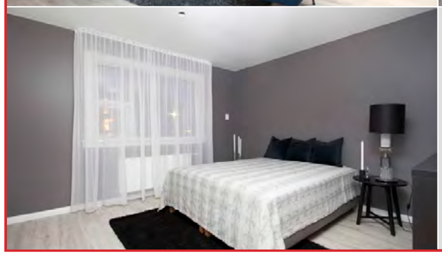
510 7900

Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

Þórunn	Hannes	Stefán	Kristján	Sveinn	Ólafur	Kristín	Bjarni	Þorsteinn	Helga	Vernharð	Lára	Harpa	Gunnar	Arna	Magnús	Víglundur
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR LEIGUMIÐLARI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	AÐSTOÐARMAÐUR FASTEIGNASALA	AÐSTOÐARMAÐUR FASTEIGNASALA

OPIÐ HÚS › 10. des 16:00 – 16:30





Breiðbraut 670

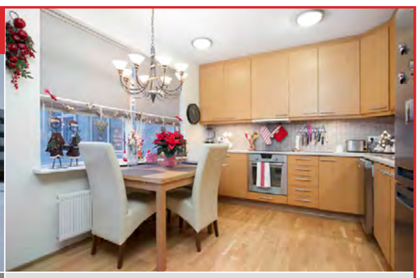
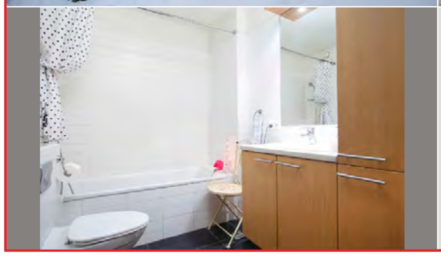
235 REYKJANESBÆR

STÆRÐ: 94-103 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 3

Einstaklega vel skipulagðar og mikið endurnýjaðar 3 herbergja íbúðir að Breiðbraut 670.

Heyrumst
Gunnar › 699 3702 — **24.9 - 25.4 M.KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 12. des 18:00 – 18:30

Eskivellir 5

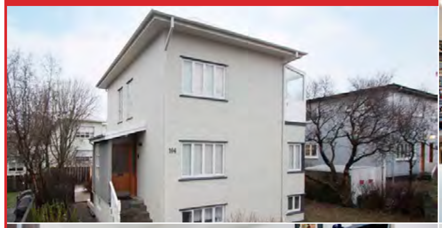
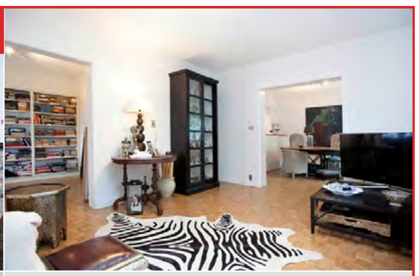
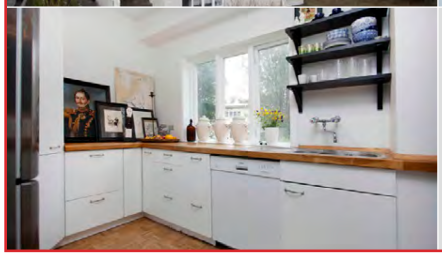
221 HAFNARFJÖRÐUR

STÆRÐ: 86,5 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 3

Vel skipulögð þriggja herbergja íbúð á fjórðu og efstu hæð í fallegu lyftuhúsi með svölum til suðurs.

Heyrumst
Magnús › 699 2010 — **35.900.000 KR**
Sölufulltrúi/ Í námi til lögg.fasteignasala

OPIÐ HÚS › 10. des 14:00 – 14:30

Hringbraut 104

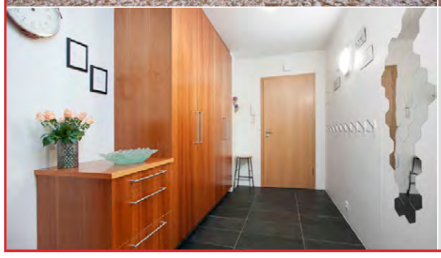
101 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 194 fm | EINBÝLI | HERB: 8

Mjög fallegt tveggja íbúða einbýlishús við Hringbraut 104 í Reykjavík. Eign sem gefur mikla möguleika.

Heyrumst
Gunnar › 699 3702 — **91.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 11. des 17:30 – 18:00



Hraunbær 80

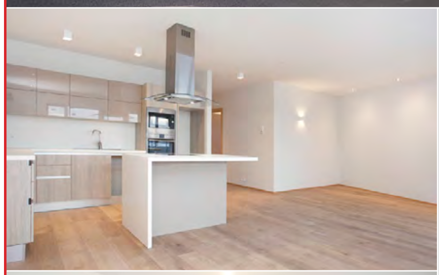
110 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 110,6 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 5-6

Mjög falleg og mikið endurnýjuð íbúð, fjögur svefnherbergi í íbúð og eitt herbergi í sameign sem er í útleigu. Þvottavél, uppþvottavél og þurrkari ásamt öllum ljósum fylgja með.

Heyrumst
Kristján › 696 1122 — **39.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 9. des 16:00 – 16:30



Sjafnarbrunnur 2

113 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 119-150 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 4-5

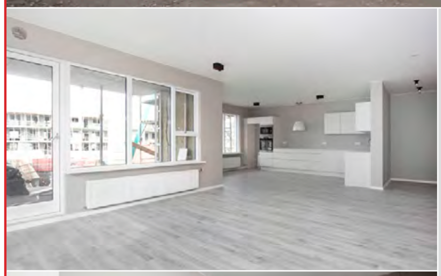
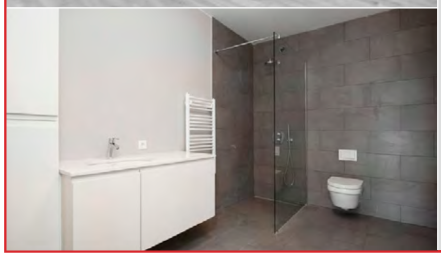
LIND fasteignasala kynnir:

Nýjar og glæsilegar fullbúnar íbúðir í fallegu lyftuhúsi að Sjafnarbrunni 2. Aðeins 9 íbúðir í húsinu og fylgir öllum íbúðum stæði í upphitaðri bílageymslu. Íbúðirnar afhendast fullbúnar að innan, með öllum gólfefnum, uppþvottavél og ljósum.

Verðdæmi
101 – 4 herb, 144,4 fm. Verð 62,9 m
103 – 4 herb, 118,6 fm. Verð 51,9
202 – 5 herb, 150,3 fm. Verð 65,9
301 – 4 herb, 146,3 fm. Verð 66,4

Heyrumst
Stefán › 892 9966 — **Verð frá 51, 9 M.KR**
Sölufulltrúi/Í námi til lögg.fasteignasala

OPIÐ HÚS › 9. des 15:00 – 15:30

Álalind 10

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 106-188 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 3-5

LIND fasteignasala kynnir:

Innréttuð sýningaríbúð með húsgögnum frá Húsgagnahöllinni og Dorma.
Íbúðir skilast fullbúnar með öllum gólfefnum.
Húsið er 4ra hæða lyftuhús með 11 íbúðum og fylgir öllum íbúðum stæði í upphitaðri bílageymslu.

Verðdæmi
204 – 3 herb. 110 fm. V.55,5 m.
303 – 3 herb. 108,2 fm. V.56,5 m.
403 – 3 herb. 110,1 fm. V. 59 m.
201 – 5 herb. 158,5 fm. V.76 m.

Heyrumst
Stefán › 892 9966 — **Verð frá 55,5 M.KR**
Sölufulltrúi/Í námi til lögg.fasteignasala

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

EIGNABORG

Hamraborg 12 | 200 Kópavogur | **416 0500** | www.eignaborg.is

FASTEIGNASALA Í **40 ÁR** 1977-2017

EGILSGATA 14 | 101 Reykjavík — EINBÝLISHÚS

80 m² | **VERÐ: 46.500.000**

OPIÐ HÚS
ÞRI. 12. DES
KL. 17:00 - 17:30

Falleg og vel skipulögð efri hæð, með tveimur svefnherbergjum, bjartri stofu og stóru eldhúsi við Egilsgötu. Eldhúsið er óvenju stórt og rúmgott með gluggum til tveggja átta, innréttingin er upprunaleg og fallega uppgerð. Stofan er björt og rúmgóð. Hjónaherbergið er með nýlegum skápum.

ÓSKAR BERGSSON | Fasteignasali | Sími: 893 2499

SKÓGARVEGUR 12a | 103 Rvk — FJÖLBÝLISHÚS

70 m² | **VERÐ: 49.900.000**

OPIÐ HÚS
ÞRI. 12. DES
KL. 18.00 - 18.30

Ný tveggja herbergja íbúð á 4. hæð á efstu hæð með fallegu útsýni og sérstæði í bílageymslu neðst í Fossvoginum. Innihurðir eru úr ljósri eik. Eldhúsinnréttingin er með hvítum efri skápum, gráum neðri skápum og borðplata er úr ljósum quartz steini. Tæki frá AEG, spanhelluborð.

ÓSKAR BERGSSON | Fasteignasali | Sími: 893 2499

RJÚPNASALIR 14 | 201 Kópavogi — ÍBÚÐ

91,4 m² | **VERÐ: 38.900.000**

OPIÐ HÚS
MÁN 11. DES
KL. 17.00 - 17.30

Falleg 3ja herbergja íbúð á 2. hæð í snyrtilegu fjölbýlishúsi á vinsælum stað. Ljóst eikarparket á gólfum, mahogany innréttingar. Tvö svefnherbergi. Eldhúsið er bjart með borðkrók og er gengið út á svalir milli eldhúss og stofu. Uppþvottavél fylgir með. Baðherbergi með sturtu.

ÓSKAR BERGSSON | Fasteignasali | Sími: 893 2499

VALLENGI 6 | 112 Reykjavík — ÍBÚÐ

92,6 m² | **VERÐ: 38.500.000**

OPIÐ HÚS
MÁN. 11. DES
KL. 18.00 - 18.30

Falleg, björt og vel skipulögð 3ja herbergja íbúð á 1. hæð með sérinngangi og sérgarði. Ljóst eikarparket á gólfum. Svefnherbergin eru björt og rúmgóð með skápum. Eldhúsið er bjart með tveimur gluggum og borðkrók. Innréttingin er úr beyki, vel með farin og snyrtileg.

ÓSKAR BERGSSON | Fasteignasali | Sími: 893 2499

VEFARASTRÆTI 7-11 | 270 Mos — FJÖLBÝLISHÚS

112 m² | **VERÐ: 50.900.000**

HRINGIÐ OG LEITIÐ UPPLÝSINGA

STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU | ÍBÚÐIN ER LAUS VIÐ KAUPSAMNING OG VERÐUR SKILAÐ ÁN GÓLFEFNA

Vel skipulögð fjögurra herbergja íbúð á 3. hæð. Eldhús og stofa í sameiginlegu rými, þrjú svefnherbergi. Gert ráð fyrir þvottavél á baðherbergi. Geymsla innan íbúðar. Lyfta. Innréttingar frá HTH, hvítt eða eikarspónn, með lömum frá Blum og Lux skúffubrautum með ljúflokun.

ÓSKAR BERGSSON | Fasteignasali | Sími: 893 2499

HÖRÐUKÓR 1 | 203 Kópavogi — ÍBÚÐ

100 m² | **VERÐ: 39.600.000**

HRINGIÐ OG LEITIÐ UPPLÝSINGA

Falleg 3ja herbergja íbúð á 4. hæð í lyftuhúsi. Rúmgott opið og bjart eldhús, borðkrókur, flísar milli skápa. Björt stofa og þar er gengið út á stórar yfirbyggðar svalir, náttúruflísar á svalagólfi. Flísalagt baðherbergi, vegghengt salerni, baðkar og sturtuklefi. Eikarparket er á gólfum í allri íbúðinni nema baðherbergi sem er flísalagt.

JÓHANN HÁLFDANARSON | Fasteignasali | Sími: 894 2030

Aðeins **7** íbúðir eftir af 44

SÖLUSÝNING
sunnudaginn 10.des. kl.13:00-14:00

2-4 herbergja að stærð 76-140 fm

Aðgengi að þjónustu - heimaþjónusta, heimahjúkrun, félagsstarf, heilsuefling og matur í hádeginu

Afhending við kaupsamning, íbúðirnar fullbúnar með gólfefnum

Yfirbyggðar suður svalir

Eigið bílastæði í upphitaðum lokuðum bílakjallara

Íbúðir fyrir +60 ára sem vilja búa miðsvæðis og aðgang að þjónustu

Þjónustufyrirtækið Sóltún Heima býður upp á heimsendingu á mat frá kaffiteríu Sóltúns hjúkrunarheimilis í hádeginu á virkum dögum. Hver sending kostar 450 kr. Maturinn 1400 kr. Ef fólk kemst sjálft í mat, þá er máltíðin 1400 kr. fyrir mat sem er yfirleitt heitur, eftirréttur og kaffi.

Heimsendingin á mat er aðeins í boði fyrir íbúa Sóltúns 1-3, ekki annars staðar. Þeir sem hafa keypt matinn hafa lýst yfir ánægju með hann.

Íbúð nr.	Birt stærð	Herbergi	Verð frá
103	97,3 fm	3	59,2 millj.
104	111,9 fm	4	68,6 millj.
106	96,2 fm	3	59,2 millj.
302	79,0 fm	2	53,5 millj.
402	78,1 fm	2	53,8 millj.
407	78,3 fm	2	53,3 millj.
502	78,5 fm	2	55,6 millj.

MIKLABORG

www.miklaborg.is 5697000

Nánari upplýsingar veita:

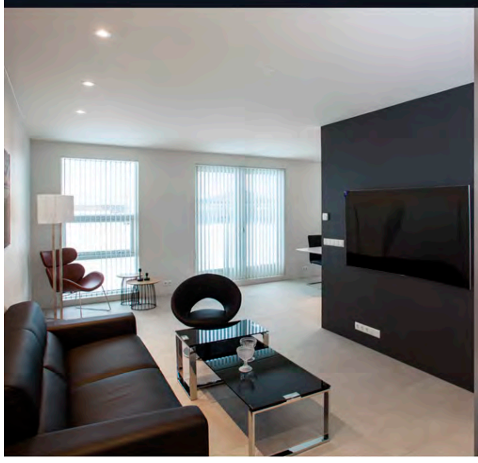
Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

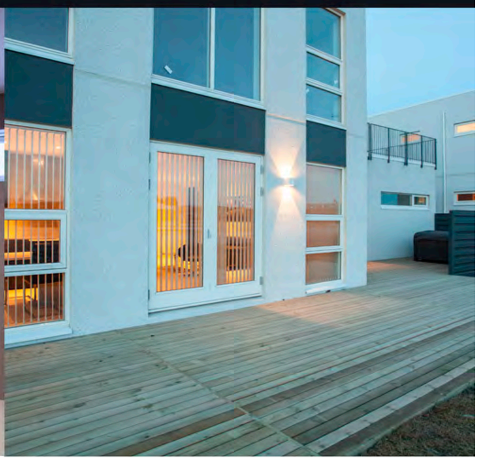
Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272
axel@miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Fleiri myndir má finna á www.husanes.is

Sýningareign er með húsgögnum og fylgihlutum frá Bústoð í Reykjanesbæ.





Húsanes kynnir:

STÓRGLÆSILEG TVÍBÝLISHÚS

að Leirdal 29-37 í hjarta Dalshverfis í Reykjanesbæ

Fullbúnar lúxuseignir með öllum gólfefnum – hægt að fá heitan pott með öllum eignum:

- Sérsmíðaðar innréttingar og granít á borðum
- Stórar 60x60 flísar á öllum gólfum ásamt gólfhita
- AEG heimilistæki og LED lýsing innan- og utandyra í öllum eignum
- Jarðhæðinni fylgir 58 m2 sólpallur og efri hæðinni fylgir fullbúinn bílskúr og 67,5 m2 þaksvalir
- Garður fullfrágenginn og hægt að fá heitan pott með öllum eignum
- Bílastæði hellulögð með hitalögn í gönguleið ásamt upplýstum blómakerjum og náttúrustein
- Jarðhæðin er 120 m2 og efri hæðin 133,8 m2 með bílskúr - allar eignir eru 4ra herbergja

Verð eigna er 47 m.kr. Möguleiki á viðbótarfjármögnun frá seljanda.
Afhending frá desember 2017 og nánari upplýsingar má finna á www.husanes.is eða hjá Eignasala.is í síma 420-6070 (eignasala@eignasala.is) og Sigrúnu Sigurðardóttur hjá Þingholti í síma 773-7617 (sigrun@tingholt.is)

Húsanes Verktakar ehf.

Mannvirkjagerð er okkar fag

VIÐ KOMUM MEÐ JÓLIN TIL ÞÍN

HVER DAGUR Í DESEMBER BÝÐUR UPP Á HÁTÍÐLEGA DAGSKRÁ Á STÖÐ 2.

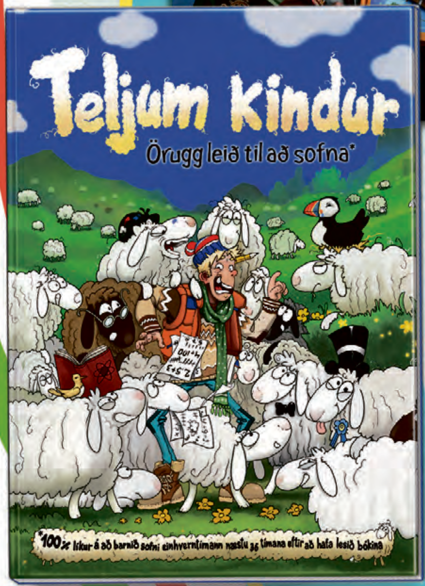
Komdu þér vel fyrir og leyfðu okkur að sjá um stemninguna með klassískum jólamyndum, nýlegum stórmyndum, jólatónleikum og íslenskri dagskrárgerð í allan desember. Kynntu þér málið í síma 1817 eða á 365.is.

MARGFALT SKEMMTILEGRI

365.is | 1817

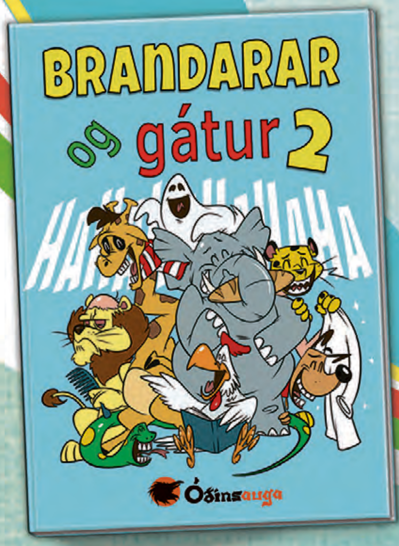
Nýjar og endurútgefnar bækur eftir

Hugin Þór Grétarsson



Loksins, loksins! Hér er fundin fullkomin lausn til að koma börnum í háttinn! Teljum kindur. Þá geta foreldrar farið að gera eitthvað skemmtilegra en að sinna börnunum sínum, t.d. glápa á sjónvarpsseríu..

Ó ó Líó er gamansöm bók fyrir yngstu vandræðagemsana. Líó litli er að læra á heiminn enda er svo margt að varast, svo margt sem ekki má. En þá er líka gott að eiga yndislega fjölskyldu. Spjaldabók með mjúkri kápu.



Við kynnum til leiks Brandara og gátur 2. Með þessa í jólapakkanum ábyrgjumst við hlátur og gleði yfir jólin.

Léttlestrarbækur

Í léttlestrarbókunum er unnið með forvitni barna. Getur Kata klára allt? Af hverju heldur kisi að hann sé fugl? Eru draugar til? Bækurnar eru stuttar og börn fyllast sjálfstrausti og ánægju með eigin árangur þegar þeim tekst að klára heila bók.

Bækur með boðskap

Blómlegt fjölskyldulíf er stuðningsrit fyrir skilnaðarbörn. Bókin er verkfæri til að vinna með tilfinningar og þær breytingar sem verða í lífi barns þegar foreldrar þess skilja.

Verum við sjálf! Samfélagið reynir að segja öllum hvernig þeir eigi að vera, en þá er mikilvægt að hafa trú á sjálfum sér og þor til að vera maður sjálfur.

Ormur gutti fær að heyra af lífi litla indjánans og að þrátt fyrir að margt sé ólíkt með þeim, er engu að síður svo margt sem þeir eiga sameiginlegt. Gagnleg bók til að ræða fjölmenningu.

Jólaþrautir

Skemmtileg þrauta- og litabók um jólasveinana. Sveinarnir skemmta börnum yfir hátíðirnar og dansa með þeim í kringum jólatré. Þessi bók er frábær gjöf í skóinn.

Óðinsauga

RÚSSLAND

KALLAR!

Tripical kemur þér á HM

Við hjá Tripical verðum að sjálfsögðu í Rússlandi á HM og bjóðum einstakar ferðir þar sem fjörið verður allsráðandi. Til að tryggja að svo verði höfum við fengið bræðurna Jón Jónsson og Frikka Dór til að vera skemmtanastjórar í báðum ferðum. Gefðu þér góðan tíma og njóttu þess að vera lengur í HM stemningunni í Rússlandi!

Ferð 1 — 14.–17. júní
Ísland–Argentína

Innifalið: Beint flug frá Keflavík til Moskvu og heim aftur. Íslensk fararstjórn Jóns og Frikka. Þriggja og fjögurra stjörnu hótel í boði.

verð frá:
219.990 kr.
m.v. á mann í tvíbýli, miði á leikinn ekki innifalinn.

Ferð 2 — 21.–27. júní
Ísland–Nígería og Ísland–Króatía

Innifalið: Beint flug frá Keflavík til Volgograd og svo beint heim frá Rostov við Don. Íslensk fararstjórn Jóns og Frikka. Þriggja og fjögurra stjörnu hótel í boði.

verð frá:
299.990 kr.
m.v. á mann í tvíbýli, miði á leikinn ekki innifalinn.

Tripical
tripical.is / 519 8900

JURTAAPOTEK
KOLBRÚN GRASALÆKNIR

Afmæli á laugardaginn
15% afláttur af öllu

Opið 11-16

Skipholt 33 / sími 552 1103 / www.jurtaapotek.is

MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS

Þú getur einnig lesið Fréttablaðið í heild sinni á Vísi og í Fréttablaðs-appinu.

Þú færð appið á visir.is/fbl eða beint í gegnum App Store Google Play Microsoft

FRÉTTABLAÐIÐ
... allt sem þú þarft

„Við þurfum að sýna pappírnum virðingu og nota allavega tvisvar áður en hann er settur í endurvinnslu.“ MYND/STEFÁN

Hjartanleg endurnýting

Sæunn Þorsteinsdóttir breytir gömlum bókum, úreltum landakortum og jólakortum í fagurt jólaskraut sem gleður augað. Hún kennir aðferðina í Norræna húsinu í dag.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is

Ég ætla að kenna fólki að búa til þrenns konar hjörtu úr pappír. Þetta verður því hjartanleg endurnýting,“ segir Sæunn Þorsteinsdóttir myndlistarkona glöð í bragði.

„Ég sýni hvernig hægt er að búa til hjarta úr tveimur helmingum sem eru fléttaðir saman en eflaust þekkja margir þannig hjörtu frá sínum ungdómsárum. Ég mun líka kenna aðferð við að búa til skemmtileg skrauthjörtu úr pappírsstrimlum sem eru beygðir þannig að þeir myndi hjartaform. Loks ætla ég að búa til körfur úr stífum pappír. Svo er aldrei að vita nema það kvikni nýjar hugmyndir þegar fólk kemur saman.“

Hjartakörfur fyrir jólanammið.

Pappír til listsköpunar

Sæunn hefur lengi verið heilluð af pappír og hefur um árabil notað hann til listsköpunar. „Það kom þannig til að ég átti svo mikið af fallegum pappír að ég varð að grípa til aðgerða áður en ég bókstaflega drukknaði í honum. Ég átti líka töluvert af gömlum landakortum sem voru orðin úrelt því vegir færast til og landamæri breytast. Landakort eru með því fallegasta sem ég veit og mig langaði að vinna eitthvað með þau. Ég gat ekki fengið af mér að henda öllum þessum pappír svo ég náði mér í bækur út á bókasafn og smám saman náði ég góðum tökum á pappírslist,“ segir Sæunn og bætir við að það sé synd að setja pappír beint í endurvinnslu því hægt sé að nota hann á svo marga vegu. „Við þurfum að sýna pappírnum virðingu og nota hann allavega tvisvar áður en hann er settur í endurvinnsluna.“

Sæunn lauk námi frá Myndlista- og handíðaskólanum af textílbraut. Hún var um tíma í Bandaríkjunum þar sem hún fór í skóla að læra að búa til pappír. „Ég hef líka dvalið í Japan en þar í landi er löng hefð fyrir að nota pappír við listsköpun. Sonur minn býr í Japan svo ég fer þangað árlega. Þarlendis fór ég á námskeið hjá litlu fjölskyldufyrirtæki sem er sérhæft í pappírslist.“

Sýning eftir áramótin

Þegar Sæunn er spurð hvort henni finnist fólk meðvitaðra um endurvinnslu í dag en þegar hún byrjaði að endurnýta pappír segir hún að svo sé. „Fólk veit að það kostar tré að búa til pappír og þetta er umhverfisatriði. Flestir héldu að við tölvuvæðinguna myndi pappír hverfa en svo er alls ekki. Það er eitthvað við pappírinn sem fólki líkar, það vill koma við hann og hafa hann fyrir augunum, ekki bara lesa eða skoða allt á tölvuskjá,“ nefnir Sæunn sem ætlar að nota næstu vikur til að undirbúa einkasýningu í Listasal Mosfellsbæjar. „Ég mála líka myndir og verð með sýningu um mánaðamótin febrúar, mars. Sjálfsagt tek ég þátt í einhverjum pop-up mörkuðum fyrir jólin en mest ætla ég að taka því rólega og föndra í Norræna húsinu,“ segir hún glaðlega.

Endurunnið jólahjarta.

Vinnustofan í Norræna húsinu hefst kl. 13 og stendur yfir í tvo klukkutíma. „Það er tilvalið að áhugasamir grípi með sér blýant, reglustiku, skæri, lím og heftara. Og auðvitað alls konar pappír,“ segir Sæunn að lokum.

LÁTTU ÞÉR LÍÐA VEL
um jólin
FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM, SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM
PREMIUM QUALITY
SINCE 1925
HENSON DESIGN
Gæðarúm í miklu úrvali
Öll sæti og bak stillanlegt
RICCARDO rafstillanlegur tungusófi
BRUNSTAD
Brunstad hvíldarstóll
Öll sæti stillanleg
ISABELLA hægindasófi. Sjá nánar á lur.is
Stillanleg rúm
Svefnsófar í miklu úrvali og mörgum litum. Nokkrar stærðir í boði.
CALIA ITALIA
CALIA ITALIA
JACOB stóll frá Calia Italia
SITTING VISION hvíldarstólar
Öll sæti stillanleg
ERMES hægindasófi. Sjá nánar á lur.is
Stillanlegur höfuðpúði
GRACE hægindastóll
ORACOL tungusófi
CALIA ITALIA
BUGATTI ITALY
RÚM • SÓFAR • HVÍLDARASTÓLAR • HEILSUKODDAR • LJÓS • HÚSGÖGN • GJAFAVÖRUR • BORÐ • SÆNGUR
LÚR BETRI HVÍLD
VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN
SUÐURLANDSBRAUT 24, 108 REYKJAVÍK
Opið alla virka daga 10-18. Lau. 11-16
554 6969 | lur@lur.is | www.lur.is
LÚR BETRI HVÍLD

Ljúffengur grafinn lax.
MYND/SIGURÐUR ÁRNI ÞÓRÐARSON

Grafinn lax

Fyrir marga er grafinn lax stór hluti af jólunum. Það er lítið mál að grafa eigin lax og um leið að takast á við skemmtilegar nýjungar. Hér gefur Sigurður Árni Þórðarson, sóknarprestur í Hallgrímskirkju, uppskrift að gómsætum gröfnum laxi sem hann ber gjarnan fram með sítrónumajónesi og steiktu brauði.

Fyrir 4

1 laxaflak, beinhreinsað og roðflett
100 g sykur
100 g gróft salt (ekki Maldon)
2 msk. þurrkað dill
1 stk. appelsína
1 stk. límóna
1 stk. sítróna

Sykri, salti og dilli blandað saman í botn á eldföstu móti. Laxinn settur yfir og afgangurinn af blöndunni yfir laxinn og látinn þekja fiskinn. Fatið plastað og látið standa í kæli í sólarhring. Flakið skolað vel úr köldu vatni og þerrað síðan. Börkur af appelsínu, sítrónu og límónu (helst lífrænum) rifinn niður með rifjárni og flakið þakið með. Látið standa í klukkustund. Laxinn síðan skorinn sneiðar og síðan borinn fram. Gott viðbit og skraut er sítrónumajónes, brauð, geitaostur, eco-spírur, ferskt dill, kapers og fínlega skornar súrsaðar agúrkur. Sjá nánar á www.sigurdurarni.is.

Rauðkál á jólaborðið

Heimagert rauðkál er nauðsynlegt um jólin. Það hentar með flestum mat, sérstaklega reyktu kjöti og kalkún. Danir nota rauðkál mikið með smurbrauði, rifjasteik og jafnvel með pylsum.

750 g ferskt rauðkál
2 epli
1 tsk. salt
2½ dl kjötsoð
2 tsk. edik, 7%
2 tsk. sykur

Skerið kálið smátt og eplin í báta eftir að þau hafa verið afhýdd og fræhreinsuð. Leggið epli og kál í pott með saltinu og hitið upp. Látið edik út í kjötsoðið og látið allt sjóða í 45 mínútur. Bætið sykri út í rauðkálið í lokin. Sumir setja rifsberjahlaup í staðinn fyrir sykur.

Ljúffeng helgarbeygla

Fátt er betra en að byrja helgina á góðri beyglu. Hér er einföld og ljúffeng uppskrift að beyglum með beikon-, eggja- og cheddar-hræru, ættuð frá matarblogginu Ljúfmeti og lekkerheit. Hræruna er hægt að útbúa deginum áður og geyma í ísskáp í lokuðu íláti.
Fyllingin dugar á sex beygluhelminga

6 beikonsneiðar, steiktar og hakkaðar
6 harðsoðin egg, skurnin tekin af og eggin hökkuð
1 bolli rifinn cheddar-ostur
½ bolli majónes
½ msk. Dijon-sinnep
¼ tsk. hvítlauksduft
½ tsk. Worcestershire-sósa
3 beyglur

Hrærið beikoni, eggjum, cheddarosti, majónesi, Dijon-sinnepi, hvítlauksdufti og Worcestershiresósu saman. Kljúfið beyglurnar og hitið þær í 200° heitum ofni í 3-4 mínútur. Setjið þá fyllinguna yfir beyglurnar og hitið í 4 mínútur til viðbótar.
Heimild: www.ljufmeti.com

Beyglur með beikon-, eggja- og cheddarhræru.MYND/SVAVA GUNNARSDÓTTIR

Bílar & Farartæki

Bílalíf

FLOTT VERÐ - EK.AÐEINS 5 ÞÚS KM.

AUDI A6 AVANT ULTRA S-LINE 2.0 TDI. Árg.2017,ek.aðeins 5.þús km,dísel,sjálfskiptur. Verð 5.980.000. Rnr.129021. Á staðnum - S:5621717.

Bílalíf
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opið 10-18 virka daga
www.bilalif.is

bilfang.is S.567 2000

BESTA VERÐIÐ !

Volvo XC90 T8 Momentum 04/2016 7Manna, Leður, Glerþak, ny dekk Allur eins og nyr, Okkar verð 8.4 mil !!! Skipti möguleg !

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
Seljum í dag !
www.bilfang.is

Bíla & FerðavagnaMarkaður

Nissan Trooper árg 2002 disel ek aðeins 180 þús 8 manna, einn eigandi Uppt skifting, nýjir geymar, tímareim,gormar, demparar, hosur, bremsur og margt fleira. Verð 890 þús. 100% kortalán.

Ferðavagnamarkaður
Netasala,
Sími: 659 2452
Sérhæfum okkur í ferðavögnum.
www.ferdavagnamarkadur.is

bilauppbod.is

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www. bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

BILO.IS HÖFÐAHÖLLIN

KIA CEED CRDI nýskr 08/2013, ekinn 38 Þ.km, DIESEL, SJÁLFSKIPTUR. BESTA VERÐIÐ 1.990.000 kr. Raðnr.256967 á BILO.is

Höfðahöllin
Funahöfða 1, 110 Rvk.
Sími: 567 4840
www.bilo.is

SPAR bill

TOYOTA COROLLA ÚTSALA

Nýr 2017 Active Diesel. Álfelgur. Bakkmyndavél. Leiðsögubúnaður ofl lúxus. Á aðeins 2.990.000,-

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

Bílar til sölu

Landcruiser diesel turbo 1987. Þessi gamli jálkur er til sölu. Mikið ryð víða og ýmislegt bilað. Vél og gírkassi í toppstandi. Tilboð óskast. Ólafur, s. 821 5166

MB Sprinter 313 árg. 2011 sjálfskiptur. Ekin 146Þ. Verð: 2.990.000,- S: 893-2098

Til sölu nýr Volvo XC60 T8 inscription. Staðsettur hér á landi, hlaðinn aukabúnaði. Verð 9.300.000. Uppl í síma 699-5035

VW TOUAREG ÁRG. 2004, GYLLTUR, TVEIR EIGENDUR, LEÐUR,V8 SJÁLFSK.,EK 142 Þ., KM. KRÓKUR, NÝ VETRARD. ÁSETT 1490 Þ. S.8958956

VOLVO V70 ÁRG. 2006, EINN EIGANDI, EK. AÐEINS 104 Þ. KM. ,2,4 L. 5 GÍRA, LEÐUR, NÝ TÍMAREIM, VETRARD/SUMARD. Á FELGUM, ÁSETT 1290 Þ. S.8958956

Hópferðabílar

MERCEDES-BENZ O1117L

26 sæta Rúta Club Star, læst drif, olíumiðstöð,leiðsögukerfi, skoðuð 18, Verð nú 790.000 uppl. 820-5181

Hjólbarðar

VAKA

NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppí ný. Vaka s. 567 6700

Þjónusta

Pípulagnir

Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum og viðhaldi á ofnakerfum. Uppl. í s. 778 1604

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Málarar

REGNBOGALITIR EHF

Alhliða málningarþjónusta löggiltra fagmanna. malarar@simnet.is Sími 891 9890

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

Húsaviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

K2

LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD

- MÚRVINNA
- FLÍSALAGNIR
- SMÍÐAVINNA
- MÁLNINGARVINNA

TILBOÐ ÞÉR AÐ KOSTNAÐARLAUSU !

Uppl. í s: 788 8870 eða verk@murumogsmidum.is
Múrum og smíðum ehf

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Spádómar

Stjörnuljós- Heilun og Spá. Símaspá og tímapantanir í s. 844 1596

SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845

Spáir í spil og bolla . Símaspá, Einkaspá. Geymið auglýsinguna . Er á facebook

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjörnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

Keypt & Selt

Til sölu

HUMARSALAN

Hágæða Hornafjarðarhumar og sjávarfang. SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI Heimsending. www. humarsalan.is Pöntunarsími: 867 6677

STIGA

Snow Blizzard snjóblásari
B&S mótor með rafstarti, 249cc
Dreifing 1 - 10 metrar
69cm vinnslubreidd
Með ljósum og á gröfum dekkjum
Frábær í mikinn og erfiðan snjó

VETRARSÓL Askalind 4, Kóp. Sími 564 1864 www.vetrarsol.is

Þjóðlagagítarpakki. Kr. 23.900,- Gítar, poki, ól, auka strengjasett stillitæki og kennsluforrit. Opið alla daga til jóla. Gítarinn ehf Stórhöfða 27, S: 552 2125 www.gitarinn.is

Íslensk framleiðsla fyrir íslenskt veðurfar

Vandaðir krossar á leiði!

JS LJÓSASMIÐJAN VÉLAVERKSTÆÐI SLÁTTUVÉLAÞJÓNUSTAN

Skemmuvegi 34 - 200 Kóp. Sími 554 0661

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

Mercedes - Bens GLA 220 CDI 4MATIC

Ekinn 42þús. Sjálfskipting. Dísel. Fjórhjóladrif. Nýskráður 1/2016. Hlaðin aukabúnaði.

Enginn skipti.
Verð: 5.950.000,-
Uppl. í síma 896-3950

RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR

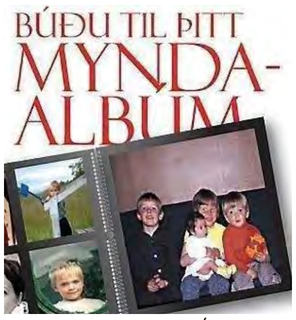
Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

intellecta

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

Til sölu

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



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

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Heimilið

Barnavörur

VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA
Verð frá 99.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. barnidokkar.is

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu nýleg 109 m2, 3ja herb. íb í Kópavogi. Allar uppl. á: www.abstrakt.is/kopavogstun

Húsnæði óskast

Einstæður faðir óskar eftir íbúð í Árbæ eða nágrenni minnst 2ja herb. Vinsamlegast hafið samband í s. 851 1919.

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Atvinna

Atvinna í boði

GÚMMÍSTEYPA Þ. LÁRUSSON SÉR UM SAMSETNINGU OG UPPSETNINGUM Á FÆRIBÖNDUM ÚR GÚMMÍI, PU OG PVC.
Leitum að fólki sem hefur náð 25 ára aldri til að útbúa og setja saman stór og smá færibönd. Eftirfarandi eru þær kröfur sem við gerum til starfsfólks okkar:

- Færni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði í starfi.
- Drifkraftur og jákvæðni eru mikilvægir eiginleikar.
- Þjónustulund og vilji til að skila góðu verki.

Viðkomandi getur hafið störf strax.
Nánari upplýsingar í síma 5674467 á milli kl.09 og 15 alla virka daga

KÖKUHORNIÐ
Röskur starfskraftur óskast í afgreiðslustarf í bakarí okkar í Bæjarlind. Vinnutími 13-18 eða samkomulag.
Uppl. gefur Gréta í s. 867 1433 milli kl. 9-18 og greta@kokuhornid.is

Sölumaður / kona óskast til að selja notuð og ný húsgögn. Ca. 1 dag í viku. Kostur að getað sett þau saman og sett augl. á netið. santon@mi.is -S 6645900

STELLA - BANKASTRÆTI
Óskar eftir starfskrafti til jóla, lágmarksaldur 18 ár. Umsóknir ásamt mynd sendist á stella@stella.is

Til sölu

Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.
Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Þjónusta

STARFSMENN S.S. SMIÐIR, RAFVIRKJAR, PÍPARAR, BIFREIÐASTJÓRAR, VÉLVIRKJAR OG MÁLARAR

PROVENTUS Starfsmannaþjónusta **551 5000**
Ármúla 15, 108 Reykjavík - www.proventus.is - proventus@proventus.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

Öryggismyndavél fyrir sumarbústað og heimili.
Tekur venjulegt GSM SIM kort,
Hægt að panta mynd eða hlusta svæði.
SMS og MMS viðvörun í síma og netfang.
Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist.
Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara.
Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl.
Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn.
Getur tengst blikkljósi og sírenu. Stýrist með appi.
Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir.is

viftur.is
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is
Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Getur splundrað fjölskyldum

Karen Linda Eiríksdóttir, fjölskyldufræðingur og ráðgjafi hjá Stígamótum, segir kynferðisofbeldi hafa mikil áhrif á fjölskyldu brotaþola og aðra aðstandendur. Stígamót bjóða bæði brotaþolum og aðstandendum ráðgjöf.

Við erum öll tengd einhverjum. Kynferðisofbeldi hefur áhrif á aðstandendur brotaþola og það er mikilvægt að þeir séu hluti af lausninni,“ segir Karen. „Það getur hjálpað aðstandendum að ræða við þriðja aðila. Ég finn að ástvinir vilja vanda sig og gera rétt, þannig að þeim finnst gott að hafa auka eyru.“

Að sögn Karenar hefur kynferðisofbeldi margvísleg áhrif á brotaþola og þá sem standa þeim nærri. „Fjölskyldumeðlimir taka oft afstöðu og skiptast í fylkingar ef ofbeldið á sér stað innan fjölskyldu. Þetta getur verið mjög erfitt, sérstaklega þegar fjölskyldan trúir ekki brotaþolanum. Þá er líka oft viðkvæðið að eitthvað sé að brotaþolanum.“

Stundum kemur fólk í viðtöl sem er tengt bæði ofbeldismanni og brotaþola nánum böndum. „Þannig kringumstæður valda oft mikilli togstreitu innan fjölskyldu. Til dæmis þar sem bróðir hefur beitt systur sína ofbeldi, það getur verið mjög erfitt fyrir móður að bera þær upplýsingar að annað barnið hennar hafi brotið á hinu. Þá er mikil pressa á móðurina að taka afstöðu með öðru þeirra, sem er flókið og erfitt. Það getur orðið algjört hrun hjá þeim í þessum kringumstæðum.“

Oft koma makar brotaþola í aðstandendaviðtöl. „Þegar maki brotaþola kemst að því að brotið hafi verið á makanum áður en sambandið hófst getur það verið áfall og þá þarf hann að átta sig á hvernig hann glímir við sín viðbrögð,“ segir Karen. „Það er gríðarlega mikilvægt að makinn trúi brotaþolanum og fari ekki í það hlutverk að yfirheyra. Það þarf að veita skilyrðislausan stuðning og vera til staðar. Brotaþoli á ekki að vera í því hlutverki að réttlæta eða útskýra atburði. Það er líka mikilvægt að makar reyni ekki að laga hlutina, því það getur haft öfug áhrif. Mikilvægast er að vera til staðar með óheft hlustunarskilyrði.“

Karen Linda Eiríksdóttir, fjölskyldufræðingur og ráðgjafi. MYND/EYÞÓR

> **Það er gríðarlega mikilvægt að makinn trúi brotaþolanum og fari ekki í það hlutverk að yfirheyra.**

Íslendingar í öðru sæti í klámneyslu

Á Stígamótum verðum við í auknum mæli vör við afleiðingar klámvæðingar. Til okkar leitar fleira fólk en áður vegna hópnauðgana auk þess sem við fáum æ fleira fólk til okkar vegna nauðgana í endaþarm. Þetta rekjum við beint til áhrifa kláms. Jafnframt leita einstaklingar til Stígamóta vegna klámnotkunar maka.

Í áranna rás hefur klám breyst mikið. Það verður sífellt grófara og ofbeldisfyllra. Meðalliftími klámleikkonu í starfi er um 6 mánuðir þar sem klám gengur alltaf lengra og reynir á öll þolmörk líkama kvenna[1].

Á sama tíma hefur aldrei verið auðveldara að nálgast klám. Í ársyfirliti klámveitunnar PornHub kemur fram að Íslendingar eru í öðru sæti yfir klámneyslu sé miðað við höfðatölu. Í íslenskri rannsókn frá árinu 2016 kemur fram að tæplega helmingur stráka í 8.-10. bekk horfir á klám í hverri viku. Um 80% bekkjarsystra þeirra svara því til að þær horfi næstum aldrei á klám. Þegar strákar eru komnir í framhaldsskóla horfa 65% þeirra á klám einu sinni í viku eða oftar á meðan 70% stelpna á sama aldri horfa næstum aldrei á klám.

Klámneysla er því augljóslega mjög kynjuð en á Stígamótum finnum við þó fyrir því að jafnvel þó stúlkurnar séu ekki að horfa á klám þá finni þær fyrir verulegri pressu í kynlífi að taka þátt í athöfnum sem koma beint úr kláminu. Margir strákar virðast halda að það sem birtist í klámi sé lýsandi fyrir hvernig kynlíf eigi að fara fram – og beita þeir því oft sama ofbeldi gagnvart rekkjunautum sínum og sýnt er í kláminu.

Það er bráðnauðsynlegt að bregðast við þessum veruleika og bjóða ungu fólki aðra og betri sýn á hvað felist í kynlífi. Þetta þarf að gerast í gegnum skólakerfið, á heimilum og í almennri samfélagsumræðu. Kynlíf á að byggjast á gagnkvæmri virðingu þar sem þátttakendur virða bæði sín eigin mörk og annarra.

[1] Heimild: Gail Dines 2011. Pornland. How Porn Has Hijiked our Sexuality.

Stafrænt ofbeldi eltir fólk út lífið

Júlía Birgisdóttir vill auka skilning á því hvað felst í stafrænu kynferðisofbeldi og afleiðingum þess. Myndband var tekið upp af henni án hennar vitundar og samþykkis og sett í umferð. Hún segir stafrænt kynferðisofbeldi elta fólk út lífið. Netið gleymi engu.

Stafrænt kynferðisofbeldi er þegar einhver tekur upp, dreifir eða skoðar kynferðislegt myndefni í óþökk og án samþykkis þess sem er á því. Fólk þarf að gera sér grein fyrir því að þegar það dreifir eða skoðar slíkt myndefni er það gerandi,“ segir Júlía Birgisdóttir en hún hefur verið ötul talskona gegn stafrænu ofbeldi eftir að hafa upplifað það á eigin skinni. Hún segir að ólíkt mörgu öðru ofbeldi endurtaki stafrænt ofbeldi sig í hvert skipti sem einhver dreifir efninu og einnig þegar það er skoðað. Ofbeldið er því viðvarandi út lífið og getur dúkkað upp á hvaða tímapunkti sem er.

„Fólk skilur ekki að þetta er ofbeldi því í mörgum tilfellum var fólk samþykkt myndatökunni eða sendi sjálft af sér mynd til einhvers sem það treysti, en það þýðir ekki samþykki fyrir dreifingu. Skilningur er að aukast á því hvað þetta hefur miklar afleiðingar og að það er ekki bara eitthvert flipp að senda nektarmynd. Dreifing á slíku myndefni gerir fólk algjörlega varnarlaust og afleiðingarnar eru miklar,“ segir Júlía. Myndband af henni var tekið upp, án hennar vitundar, og hafði verið í dreifingu í tvö ár þegar hún frétti af því.

„Áhrifin sem þetta hafði á mig voru rosaleg og afleiðingarnar eins og af öðru kynferðisofbeldi. Mikill ótti, áfallastreituröskun, kvíði og þunglyndi. Þegar ég komst að tilvist myndbandsins skildi ég ekki af hverju þetta hafði svona slæm áhrif á mig. Ég vissi ekki hvert ég átti að leita. Ég vildi ekki að þetta myndi fréttast og stóð því algerlega ein. Þessi tegund ofbeldis er svo ný með nútímatækni en aðgengi að

Júlía Birgisdóttir vill auka skilning á stafrænu kynferðisofbeldi. MYND/ERNIR

> **Fólk skilur ekki að þetta er ofbeldi því í mörgum tilfellum var fólk samþykkt myndatökunni eða sendi sjálft af sér mynd til einhvers sem það treysti.**

þjónustu er orðið mun betra og má nefna Bjarkarhlíð sem er fyrir þolendur ofbeldis og Stígamót.“

Júlía segir mikilvægt að stafrænt ofbeldi sé viðurkennt sem slíkt. Orðið „hefndarklám“ eigi ekki að vera til. „Að flokka þetta sem einhvers konar undirflokk af klámi er eins og tala um nauðgun sem tegund af kynlífi. Sú skoðun er sem betur fer á undanhaldi að þolendur stafræns ofbeldis geti sjálfum sér um kennt. Mikilvægt er að fólk skilji hvers vegna þolendur ofbeldis kjósa að stíga fram. Það er ekki til þess að fá vorkunn heldur til þess að vekja athygli á alvarlegu vandamáli. Það er vissulega ekki auðvelt að stíga fram en það er nauðsynlegt. Fólk gerir það til þess að skapa umræðu, auka vitund og skilning á erfiðum málum og knýja fram breytingar.“

Fyrsta skrefið reyndist gæfuspor

Torfi Guðmundsson vissi ekki að karlar gætu leitað til Stígamóta fyrr en konan hans benti honum á það. Hann segir líf sitt hafa gjörbreyst eftir að hann leitaði aðstoðar vegna kynferðisofbeldis sem hann varð fyrir 12 ára.

Ég hélt að Stígamót væru bara fyrir konur. Þegar konan mín komst að því að Stígamót væru með viðtöl og sjálfshjálparhópa fyrir konur og karla sem hafa orðið fyrir kynferðisofbeldi ákvað ég að koma hingað,“ segir Torfi og bætir við að það hafi ekki verið auðveld skref. „Mér fannst erfiðast að byrja að tala um kynferðislegt ofbeldi sem ég varð fyrir sem barn, enda var það eitthvað sem ég hafði bælt niður í þrjátíu ár. Mér fannst ekki óþægilegt að vera karl að koma til Stígamóta heldur gott að geta fengið hjálp frá sérfróðu fólki sem vissi alveg um hvað ég var að tala.“

Torfi segist hafa upplifað mikla skömm og fannst hann eiga hluta af sökinni sjálfur. „Ég var með ranghugmyndir sem ég hafði ákveðið að væru réttar, án þess að ræða það við nokkra manneskju. Þegar ég opnaði mig og talaði við ráðgjafa gat ég unnið úr þessum ranghugmyndum og þessum þunga sem hvíldi á mér,“ segir hann alvarlegur í bragði. „Fyrst fann ég fyrir rosalegum létti, svo kom reiðin og þungi og fleiri tilfinningar sem tók lengri tíma að vinna úr. Núna er ég á allt öðrum stað en þegar ég kom fyrst til Stígamóta. Ég var svo dofinn. Í mörg ár notaði ég mat til að borða yfir allar tilfinningar. Þegar ég byrjaði að vinna í mínum málum náði ég hægt og rólega að geta talað um ofbeldið og tilfinningar án þess að þurfa að borða yfir það.“

> **Mér fannst ekki óþægilegt að vera karl að koma til Stígamóta heldur gott að geta fengið hjálp frá sérfróðu fólki sem vissi alveg um hvað ég var að tala.**

Hvernig finnst þér viðhorf samfélagsins vera til karlbrotaþola? „Ég var viss um að það væri mjög neikvætt og átti von á að þegar ég færi að segja frá myndi ég fá neikvæð viðbrögð. En ég komst að því að það er ekki svo. Ég fékk mjög jákvæð viðbrögð frá fjölskyldunni, vinum og vinnufélögum. Fólk brást allt öðruvísi við en ég átti von á. Ég var búinn að berja mig svo mikið niður, og af því að ég hugsaði svona, hélt ég að allir aðrir hugsuðu á þann hátt.“

Hefurðu eitthvað að segja við aðra karlkyns brotaþola þarna úti sem hafa kannski ekki leitað sér hjálpar?

„Nú get ég bara talað út frá sjálfum mér en þegar ég kom til Stígamóta og fór að vinna í mínum málum fóru hlutirnir að gerast og líf mitt breyttist til betri vegar. Ég hafði alltaf bælt niður allar tilfinningar og það er erfitt að búa með og umgangast þannig manneskju. Ég skil ekki hvernig konan mín þraukaði! Ég mæli með að menn komi og gefi Stígamótum tækifæri, komi í 10-12 tíma. Eftir tvo tíma vissi ég að þetta væri eitthvað sem ég yrði að gera. Það var erfitt en vel þess virði að vinna úr þessari tilfinningaflækju sem hafði plagað mig í mörg ár.“

Torfi (t.v.) hittir Hjálmar, ráðgjafa hjá Stígamótum, mánaðarlega. MYND/ERNIR

Karlahópar og karlakvöld á Stígamótum

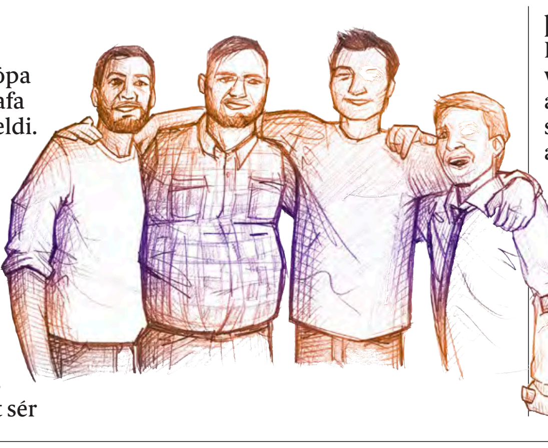
Hjálmar Gunnar Sigmarsson hefur unnið við ráðgjöf hjá Stígamótum í þrjú ár. Hann segir mikilvægt að karlar sem beittir hafa verið kynferðisofbeldi leiti sér hjálpar og brjótist út úr einangrun.

Karlkyns brotaþolar hafa verið að koma til Stígamóta frá upphafsárum samtakanna. Undan farin ár hafa 40-45 karlar komið árlega til Stígamóta í fyrsta sinn og í fyrra voru þeir 12,3% af heildarfjöldanum. Það er lykilatriði að karlar viti af stað eins og Stígamótum. Hér fá þeir tækifæri til að tala um kynferðisofbeldið og afleiðingar þess í trúnaði og á sínum forsendum. Markmiðið er að styðja þá til að opna á hluti sem þeir hafa lokað á lengi eða eru kannski þannig að það hefur aldrei verið hægt að segja þá upphátt áður,“ segir Hjálmar og bætir við: „Skilaboðin frá okkur eru þau að hvetja fleiri karlkyns brotaþola til að leita sér hjálpar og Stígamót eru einn af þeim stöðum sem hægt er að leita til.“

Eru afleiðingar kynferðisofbeldi eins hjá konum og körlum?

„Þær eru hliðstæðar, en það er áberandi hvað reiðin er meira áberandi hjá körlum, sem og ótti, tilfinningalegur doði og sjálfsvígshugsanir. Einnig nota karlar í ríkari mæli áfengi og önnur vímuefni til að deyfa sig.

Stígamót bjóða upp á viðtöl og sjálfshjálparhópa fyrir karla sem beittir hafa verið kynferðislegu ofbeldi. En við erum sífellt að reyna að bæta þjónustu okkar og finna nýjar leiðir til að þess að karlar upplifi að þeir séu velkomnir á Stígamótum. Til dæmis höfum við í hverjum mánuði haldið karlakvöld, en þá er opið hús fyrir karla sem hafa nýtt sér þjónustu Stígamóta í gegnum árin. Þar fá karlar tækifæri til að ræða við aðra sem eiga svipaða reynslu að baki og geta þannig speglað sig í reynslu annarra og leyft sér að fara í gegnum tilfinningar sem þeir hafa ekki áður gert. Það er mikilvægt að finna að maður er ekki einn að burðast með erfiða reynslu. Þessi kvöld eru ein leið fyrir karla til að brjótast út úr einangrun sinni. Á heimasíðunni okkar, www.stigamot.is, er einnig aðgengilegt fjölbreytt efni fyrir karla, bæði á íslensku og ensku.“



Alþjóðlegt samstarf mikilvægt

Guðrún Jónsdóttir, talskona Stígamóta, hefur starfað hjá samtökunum í átján ár. Á þeim tíma hefur hún og samstarfsfólk hennar ferðast til meira en 80 borga víða um heim.

Guðrún segir að Stígamót séu í mjög góðu samstarfi við alþjóðasamtök. „Þessi samvinna er líklega mun meiri en margur hyggur,“ segir hún. „Okkur hefur verið boðið að taka þátt í fjölmörgum erlendum verkefnum og ráðstefnum og við höfum fengið tækifæri til að kynna starfsemi Stígamóta. Venjulega eru þessar ferðir greiddar af gestgjöfum sem er ánægjulegt þar sem Stígamót hafa ekki bolmagn til að greiða slíkar ferðir. Mér telst til að við höfum farið til meira en áttatíu borga víðsvegar um heiminn og sumar höfum við heimsótt oft. Við eigum fulltrúa í norrænum, evrópskum og alþjóðlegum samtökum og tökum þátt eftir bestu getu,“ útskýrir Guðrún og ítrekar að alþjóðlegt samstarf skipti miklu máli fyrir Stígamót.

„Það er gaman að segja frá starfi íslenskrar kvennahreyfingar á erlendri grundu, ekki síst vegna þess að svo virðist sem íslenskar konur séu róttækari og noti óvenjulegri baráttuaðferðir en þekkist erlendis. Konur víða um heim súpa hveljur yfir því sem við getum gert en væri óhugsandi í þeirra löndum. Þar má nefna verkefnið okkar Stóru systur, þar sem konur settu inn vændisauglýsingar til að finna vændiskaupendur. Eða þegar við stofnuðum kampavínsklúbb til að benda á hvað væri í raun að gerast innandyra á slíkum stöðum. Við seldum tíu mínútna aðgang að konum fyrir 20 þúsund krónur. Þetta mál vakti athygli í fjölmiðlum, fékk mikla umfjöllun og umræðu. Með þessu náðum við eyrum fólks og stuttu síðar var þessum klúbbum lokað,“ greinir Guðrún frá og bendir á að lögreglan hefði fengið aukið fé til frekari rannsókna á þessu máli eftir að Stígamót bentu á það sem var að gerast.

„Þeim þótti líka mjög áhugavert þegar við framleiddum karlanærbuxur með áletruninni „Ég tek ábyrgð“. Nú hafa svona nærbuxur verið framleiddar víða,“ segir Guðrún og bætir við að slíkar nærbuxur ættu allir karlar að eiga.

„Oft höfum við kynnst stórmerkilegum konum sem við höfum svo boðið heim til þess að fleiri fái að njóta visku þeirra. Í hvert sinn sem við förum utan söfnum við nýrri þekkingu og reynslu sem vonandi endurspeglast í starfi okkar.“

Guðrún segir gaman að ræða starf íslenskrar kvennahreyfingar erlendis.

Vændi er svakalegt ofbeldi

Eva Dís Þórðardóttir vinnur úr reynslu sinni af vændi með hjálp Stígamóta, bæði í einstaklingsviðtölum með ráðgjafa og í hópavinnu með konum sem hafa svipaða reynslu.

Ég veit alveg hvar sagan mín byrjar og hún byrjar ekki þegar ég byrja í vændinu. Hún byrjar þegar ég var misnotuð sem barn, þegar ég lenti í einelti og í uppeldi mínu. Ég var mjög meðvirk frá barnsaldri og ég held að þannig hafi ég lifað af, með því að fara í hlutverk, aftengja mig raunverulegum tilfinningum og fara á sjálfstýringu til að lifa af," segir Eva Dís Þórðardóttir, sem hefur unnið úr reynslu sinni af vændi með hjálp Stígamóta. Eva Dís lýsir því þegar hún flutti til Danmerkur eftir nokkur skaðleg ástarsambönd. Þá rúmlega tvítug hóf hún fljótlega samband við mann sem kom svo í ljós að hafði áhuga á að stofna fylgdarþjónustu. Hann kynnti hana fyrir vændisheiminum í formi símavörslu í vændishúsi. „Og allar stelpurnar og maddaman voru svo hissa á því að ég vildi frekar vera á símanum en „á lakinu" því það væru miklu meiri peningar í því og ég var svo brotin inni í mér að ég ákvað að prófa. Þær létu þetta hljóma sem eitthvað spennandi og lengi laug ég því að mér líka. Að þetta væri fín leið til að ná í pening. Maður verður að segja sér að þetta sé það þegar maður er í þessu. Grafa sig og finna upp einhvern lygaraunveruleika. Annars er ekki hægt að gera þetta."

Þótt hún hafi ekki starfað lengi í þessum heimi lýsir hún samt þeim tíma sem hryllilegum.

„Vændi er svakalegt ofbeldi. Ég vil kalla hlutina sínum réttu nöfnum. Það er ekki gott að víkja sér undan því að tala um hryllinginn. Ég var hóra og þetta var hóruhús og þeir sem komu voru hórukúnnar eða eitthvað þaðan af verra, menn sem fengu eitthvað út úr því að kaupa sér yfirráð yfir líkama konu til að geta nýtt hana eins og þeim sýndist. Og þegar talað er um gleði-konur? Það er engin gleði í vændi. Það er enginn glaður þar. Það er mikilvægt að allir skilji það."

Eva Dís flutti til Íslands árið 2008 og þremur árum síðar dó faðir hennar. Nokkru síðar var henni nauðgað. „Og það var svo skrýtið að ég brást alveg eins við og í vændinu. Ég fór bara út úr líkamanum og reyndi að láta þetta klárast svo ég slyppi. Þá fyrst leitaði ég mér hjálpar. Mér datt samt ekki í hug að nefna vændið. Ég skilgreindi það ekki sem ofbeldi, bara eitthvað sem ég hafði gert og skammaðist mín svo svakalega fyrir. Ráðgjafinn benti mér á Stígamót. Á Stígamótum fór ég að vinna úr hlutum og þar nefndi ég vændið í framhjáhlaupi og ráðgjafinn upplýsti mig um að þetta væri kynferðisofbeldi. Mér finnst svo skrýtið núna að tala um vændi sem viðskipti. Eins og Rachel Moran, fyrrverandi vændiskona og baráttukona gegn vændi, segir í bók sinni: Ef einhver borgar öðrum fyrir að fá að berja hann í klessu, er sá sem lemur ekki ofbeldismaður? Alveg eins ef þú borgar einhverjum fyrir að nauðga viðkomandi. Það er mér rosalega mikilvægt að allir skilji að vændi er ekki kynlíf. Það þarf að eyða þeim misskilningi og fara að kalla hlutina sínum réttu nöfnum. Mér finnst að það eigi að setja eitthvað ógeðslegt orð líka á kúnnana svo þeir skilji hvað þeir eru að gera. Að þeir skilji skaðann sem þeir valda. Ég vildi að ég hefði verið með rétta orðaforðann þegar ég var að fara inn í þennan heim, að ég hefði haft meiri skilning á hvað þetta er og er ekki."

Hún segir erfitt að lifa með afleiðingum vændis og viðurkennir að hún eigi oft erfiða daga. „Stígamót hafa hjálpað mér alveg svakalega að sjá hvað er afleiðing af vændinu, skilja ákveðna hluti. Áfallastreitan er skrýtin og hefur svo margar hliðar, kvíði og frestunarárátta er til dæmis hluti af áfallastreitunni og líka að vantreysta fólki og aðstæðum.

Það er svo gott að koma niður í Stígamót og fá að ræða þetta allt saman. Við erum ekkert endilega að fara í smáatriðum yfir það sem gerðist í vændinu enda held ég að það sé ekkert endilega nauðsynlegt. Stígamót gáfu mér svo margt. Ég fæ tækifæri til að tala um hvernig mér líður og læra að skilja á milli afleiðinganna og sjálfrar mín. Að ég sé ekki bara svona gölluð heldur eru þetta afleiðingar af því sem fyrir mig hefur komið. Þar er líka hópur fyrir stelpur sem hafa verið í vændi og það er mjög dýrmætt og hjálplegt að tala um hluti sem enginn skilur nema sú sem hefur upplifað svipað.

Ég er smám saman að þroskast og þróa mig út í að geta hjálpað öðrum. Það er annað sem Stígamót hafa gefið mér tækifæri á að gera. Að gefa af mér og gefa áfram það sem ég er að læra. Það er mér dýrmætast af öllu, að skilgreina mig. Ég lít bara á sjálfa mig sem Evu. En mikilvægast er samt að ég losnaði við skömmina. Skömm þrífst ekki nema í leyni. Og með því að tala um reynslu mína og spegla hana með einhverjum sem er tilbúinn að taka við henni get ég losnað úr viðjum hennar."

Eva Dís Þórðardóttir vinnur úr reynslu sinni með hjálp Stígamóta. Henni finnst mikilvægt að fólk geri sér grein fyrir þeim hryllingi sem vændi er. MYND/ANTON BRINK

Samanburður á afleiðingum kynferðisofbeldis og vændis

Annars vegar er um að ræða 41 einstakling sem leitaði til Stígamóta á árunum 2013 til 2016 vegna kynferðisofbeldis og nefndi að hafa verið í vændi og hins vegar þau sem komu til Stígamóta í fyrsta skipti á árinu 2016 en höfðu ekki verið í vændi (331 einstaklingur).

AFLEIÐINGAR	Vændi	Annað kynferðisofbeldi
Tilraun til sjálfsvígs	66%	24%
Neysla vímuefna skerðir lífsgæði	66%	19%
Líkamlegir verkir	37%	19%
Skömm	90%	82%
Tilfinningalegur doði	68%	50%

Mikilvægt að hafa í huga að fjöldi þeirra sem voru í vændi er aðeins 41 en þeirra sem ekki hafa verið í vændi er 331.

Svanahóparnir

Svanahóparnir eru hópar fyrir konur sem hafa verið í vændi eða eru í vændi og vilja komast út úr því. Anna Þóra Kristinsdóttir, sálfræðingur á Stígamótum, leiðir hópana ásamt fleiri starfskonum og leiðbeinendum. Svanahóparnir eru byggðir á fyrirmynd frá Danmörku en sama módel er einnig notað í Noregi. Hóparnir samanstanda af 4 til 7 konum á öllum aldri sem hittast í 15 skipti yfir ákveðið tímabil.

Í hóptímunum er farið yfir þær afleiðingar sem vændi hefur í för með sér en þær eru oftast sambærilegar og af öðru kynferðisofbeldi, nema alvarlegri og þyngri. Sem dæmi um þessar afleiðingar eru skömm, depurð, kvíði, léleg sjálfsmynd, sjálfsvígshugleiðingar, einangrun, tilfinningalegur doði og líkamlegir verkir. Í Svanahópunum er lögð áhersla á að efla sjálfstraust, bæta líðan þeirra sem eru í hópunum og rjúfa félagslega einangrun. Þá lítum við svo á að afleiðingar vændis og kynferðisofbeldis séu eðlilegar afleiðingar af óeðlilegum aðstæðum.

Stígamót utan höfuðborgarsvæðisins

Stígamót senda ráðgjafa hálfsmánaðarlega út á land. Meðal annars á Sauðárkrók, Patreksfjörð og til Vestmannaeyja. Nú býðst þjónusta Stígamóta á Ísafirði, Akranesi, Borgarnesi og á Egilsstöðum.

Stígamót hófu þjónustu við Austfirðinga árið 2007. Þjónustan var lögð niður eftir efnahagshrunið, en síðan tekin upp aftur um leið og mögulegt var. Anna Bentína Hermansen hefur sinnt ráðgjöf Stígamóta á Austfjörðum sleitulaust síðan í mars 2012.

„Ég er hér tvo daga hálfsmánaðarlega og það er alltaf pakkbókað í öll viðtöl. Upphaflega kom ég í einn dag hálfsmánaðarlega en þurfti fljótlega að bæta við degi vegna mikillar aðsóknar," segir Anna Bentína en hún reynir að létta á viðtölum með því að setja saman hópa. „Ég hef verið með þrjá sjálfshjálparhópa á Egilsstöðum og einn sjálfsstyrkingarhóp." Tæplega hundrað einstaklingar hafa leitað til Önnu Bentínu á Austfjörðum á þessum tíma og flestir verið reglulega í viðtölum, sumir í nokkur ár.

Brotaþoli kynferðisofbeldis sem leitað hefur til Stígamóta á Austurlandi og verið í reglulegum viðtölum segir að það hafi breytt öllu að fá þjónustu Stígamóta austur. „Ef ekki væri viðtalsþjónusta á Egilsstöðum þá hefði ég ekki fengið neina aðstoð. Viðtalsþjónusta Stígamóta hefur gefið mér meira en orð fá lýst. Ég veit ekki hvar ég væri án hennar. Ég hef öðlast nýtt líf." Jafnframt segir brotaþolinn að það hafi fælingarmátt að innanbæjarmanneskja taki viðtöl, að nauðsynlegt sé að utanaðkomandi ráðgjafi sinni þessari þjónustu.

Anna Bentína segir að þar sem kynferðisofbeldi sé afar viðkvæmt málefni sé það enn þá flóknara í litlum samfélögum. „Fólkinu sem kemur til mín finnst afskaplega gott að ég sé algjörlega ótengd inn í samfélagið og þekki hvorki það né gerandann. Ég fer síðan heim til Reykjavíkur eftir vinnutörn og flýg í burtu með leyndarmálin."

Anna Bentína Hermansen ráðgjafi.

Hildur Ýr Gísladóttir, námsráðgjafi Verkmenntaskólans á Austurlandi, segir að kynferðisofbeldi hafi gríðarlega mikil áhrif á einstaklinga sem fyrir því verða og áfallið sem það hefur í för með sér er djúpstætt og hefur langvarandi áhrif á brotaþolann: „Sem starfandi náms- og starfsráðgjafi í framhaldsskóla og sem fyrrverandi starfsmaður félagsþjónustu Fjarðabyggðar get ég staðfest að sú þjónusta sem Stígamót veita á Austurlandi er gríðarlega mikilvæg og hefur hjálpað brotaþolum að takast á við afleiðingar ofbeldisins, byggja sig upp og takast á við lífið með reisn."

> **Fólki finnst gott að ég sé algjörlega ótengd inn í samfélagið og þekki hvorki það né gerandann.**

Þorgeir Arason, sóknarprestur Egilsstaðaprestakalls, tekur í svipaðan streng og Hildur.

„Ráðgjafi Stígamóta hefur komið reglulega hingað austur á land undanfarin ár og boðið upp á viðtöl á tilteknum stað á Héraði. Í sálgæslu og samskiptum við fólk skynjar maður vel að það er afskaplega dýrmætt fyrir íbúa að geta nýtt sér þjónustu Stígamóta hér á þessu svæði, án þess að þurfa að ferðast til Reykjavíkur. Því miður er þörfin sannarlega til staðar."

Sjálfsmyndin varð að engu

Þórhildur Gyða Arnarsdóttir var sextán ára í sambandi með strák sem beitti hana andlegu ofbeldi og líkamlegu. Hún segir unglingsstúlkur gera sér rósrauðar hugmyndir um fyrsta sambandið. Tala þurfi um ofbeldi við börn og unglinga.

Ég áttaði ég mig engan veginn á hvað var í gangi, krakkar vita ekkert hvað andlegt ofbeldi er. Sextán ára stelpa vill bara sjá það besta í þeim sem hún er ástfangin af," segir Þórhildur Gyða Arnarsdóttir en hún upplifði andlegt ofbeldi í sínu fyrsta sambandi. Líkamlegt ofbeldi fylgdi í kjölfarið.

„Hann notaði klám gegn mér ef ég vildi ekki hitta hann. Hann reykti einnig mikið gras og lofaði að hætta en það voru eintómar lygar. Hann kenndi mér um reykingarnar, ég væri svo erfið. Líkamlega ofbeldið hófst eftir að við hættum saman," segir Þórhildur. „Ég var alltaf manneskja sem stóð með sjálfri sér en þessum einstaklingi tókst að brjóta mig niður á mjög skömmum tíma. Ég var alveg heilaþvegin og fannst allt vera mér að kenna. Sjálfsmyndin bara hvarf. Eftir að hann réðst á mig líkamlega í fyrsta skipti hringdi ég í hann og bað hann afsökunar á hvað allt hefði farið illa hjá okkur! Hann leit á mig sem eign, vissi alltaf hvar ég var, hvað ég var að gera. Hann sendi mér skilaboð nánast daglega með illum orðum um mig."

> **Eftir að hann réðst á mig líkamlega í fyrsta skipti hringdi ég í hann og bað hann afsökunar á hvað allt hefði farið illa hjá okkur!**

Eftir að sambandinu lauk var Þórhildi nauðgað af öðrum manni. Hún segir það til marks um það hversu mikið tangarhald fyrrverandi kærastinn hafði á henni að hann var sá sem hún trúði fyrst fyrir því. „Hann sendi mér þá skilaboð um að ég ætti bara ekki að klæða mig alltaf eins og ég vildi láta sofa hjá mér. Ég sökk ofan í þunglyndi og allt fór í rúst," segir Þórhildur. Hún leitaði til Stígamóta og í viðtölunum rann upp fyrir henni hversu mikið andlega ofbeldið hafði brotið hana niður. Krakkar þurfi miklu meiri fræðslu.

Þórhildur Gyða Arnarsdóttir segir meðvirkni vera vísbendingu um óheilbrigt samband. Hún var beitt andlegu ofbeldi í sínu fyrsta sambandi og líkamlegt ofbeldi fylgdi í kjölfarið. MYND/EYÞÓR

„Ég var í afneitun, maður vill ekki að fyrsta manneskjan sem maður elskar hagi sér svona. Við kunnum ekkert á andlegt ofbeldi. Í grunnskóla fór ég í eitthvað sem kallaðist lífsleikni, sem ég man ekkert eftir, var svo ómerkilegt. Svo er einhver klukkutíma kynfræðsla um hvernig á að setja smokk á banana! Það þarf að tala um ofbeldi við krakka og unglinga og í hvaða myndum það getur verið. Það á ekki að segja við stelpu að strákur sé skotinn í henni ef hann er að stríða henni eða ýtir henni á leikvellinum og öfugt ef stelpur eru að stríða strákum. Það þarf að fræða þau um ofbeldishegðun. Meðvirknin myndi ég segja að væri fyrsta viðvörunarbjallan um að það sé andlegt ofbeldi til staðar. Ef þú ert farinn að hugsa allt út frá einhverjum öðrum en sjálfum þér, þá er ekki allt í lagi."

Reynsluleysi gerir unglinga berskjaldaða

Rannveig Ágústa Guðjónsdóttir skoðaði reynslu kvenna sem urðu fyrir kynferðisofbeldi sem unglingar í mastersritgerð sinni í kynjafræði við Háskóla Íslands 2016.

Helstu niðurstöður rannsóknar minnar um reynslu kvenna sem upplifðu kynferðisofbeldi í nánu sambandi sem unglingar benda til þess að berskjöldun, sem felst í ungum aldri, lítilli reynslu af samböndum og skorti á kynfræðslu, geti gert brotaþolum á unglingsaldri sérstaklega erfitt fyrir að koma auga á að um ofbeldi sé að ræða. En berskjöldun kvennanna sem ég ræddi við átti þátt í því að þeim þótti upplifun sín jafnvel eðlilegur hluti þess að vera í nánu sambandi og héldu margar að svona ætti þetta bara að vera." Þetta segir Rannveig Ásta Guðjónsdóttir en mastersverkefni hennar í kynjafræði við HÍ fjallaði um reynslu kvenna af kynferðisofbeldi í sambandi á unglingsárum.

Djúpstæð áhrif

„Niðurstöður rannsóknarinnar sýna að afleiðingar þess að verða fyrir kynferðisofbeldi í nánu sambandi sem unglingur höfðu djúpstæð áhrif á konurnar. Afleiðingarnar voru samfléttaðar og höfðu þannig áhrif á ýmsa þætti í lífi kvennanna, þar á meðal skólagöngu þeirra. Afleiðingar af kynferðisofbeldi í nánu sambandi voru kvíði, þunglyndi, félagsleg einangrun og sjálfskaðandi hegðun

Rannveig Ágústa Guðjónsdóttir.

og áttu þátt í að gera konunum erfitt með að stunda nám. Unglingar hafa ákveðna sérstöðu þegar kemur að áhrifum ofbeldis í nánum samböndum á skólagöngu. Sú sérstaða er fólgin í því að unglingar eru ýmist á skólaskyldualdri eða á þeim aldri þar sem gert er ráð fyrir að þeir séu í skóla. Ofbeldið hafði áhrif á skólagöngu allra kvennanna sem rætt var við og helmingur þeirra hætti alveg námi í kjölfarið."

Steinunn Gyðu- og Guðjónsdóttir, ráðgjafi hjá Stígamótum. MYND/EYÞÓR

Átak gegn ofbeldi meðal ungs fólks

Margt ungt fólk verður fyrir ofbeldi í samböndum sem byrjar langoftast með andlegu ofbeldi. Við hjá Stígamótum stöndum fyrir átaki gegn ofbeldi meðal ungs fólks í kringum Valentínusardaginn en sá dagur snýst um ástina og kærustupör," segir Steinunn Gyðu- og Guðjónsdóttir, ráðgjafi hjá Stígamótum. Hún segir veruleika ungs fólks flókinn. Erfitt geti reynst að fóta sig í stafrænum samskiptum og átta sig á hvar mörk liggja.

„Dægurmenning ýtir undir alls konar hugmyndir, að afbrýðisemi sé merki um ást, að strákar eigi að ganga á eftir stelpum og helst ekki láta þær í friði fyrr en þær gefa eftir. Stafrænn veruleiki ungs fólks er einnig flókinn og ungir krakkar í kærustuparasamböndum geta fylgst afar náið hvort með öðru. Læra þarf hvernig á að haga samskiptum gegnum síma og tölvur," segir Steinunn.

„Við viljum einnig tala um það að læra að þekkja sín eigin mörk og virða mörk annarra. Margt ungt fólk, sérstaklega strákar, fær ýmsar hugmyndir um kynlíf úr klámi. Ein afleiðing þess er að stelpur koma til okkar á Stígamót þar sem ítrekað hefur verið farið yfir þeirra mörk og þrýst á þær að taka þátt í kynlífsathöfnum sem þær vildu ekki. Ungmenni þurfa að fá tækifæri til að velta þessum hlutum fyrir sér og læra að þekkja einkenni heilbrigðra sambanda, óheilbrigðra samband og ofbeldissambanda," segir Steinunn.

„Við munum opna fræðsluvef og birta myndbandaherferð á samfélagsmiðlum. Okkur langar einnig til að virkja ungt fólk í framhaldsskólum og grunnskólum til að standa fyrir uppákomum í kringum Valentínusardaginn, t.d. í félagsmiðstöðvum og í skólunum sínum, og tala um hvað þarf til að vera í heilbrigðu sambandi."

Frjáls framlög SAMFERÐA GÓÐGERÐARSAMTÖK enginn kostnaður!

VILTU GLEÐJA FORELDRA LANGVEIKRA BARNA EÐA FJÖLSKYLDUR ÞAR SEM FORELDRI ER AÐ GLÍMA VIÐ LÍFSÓGNANDI SJÚKDÓM?

Hjá okkur í Samferða er enginn kostnaður og allt rennur óskert til þeirra sem þurfa svo sannarlega á að halda.

Þú getur lagt beint inná reikning okkar:

Banki: 327 – Hb: 26 – Reikningsnúmer: 114 – Kennitala: 6511162870

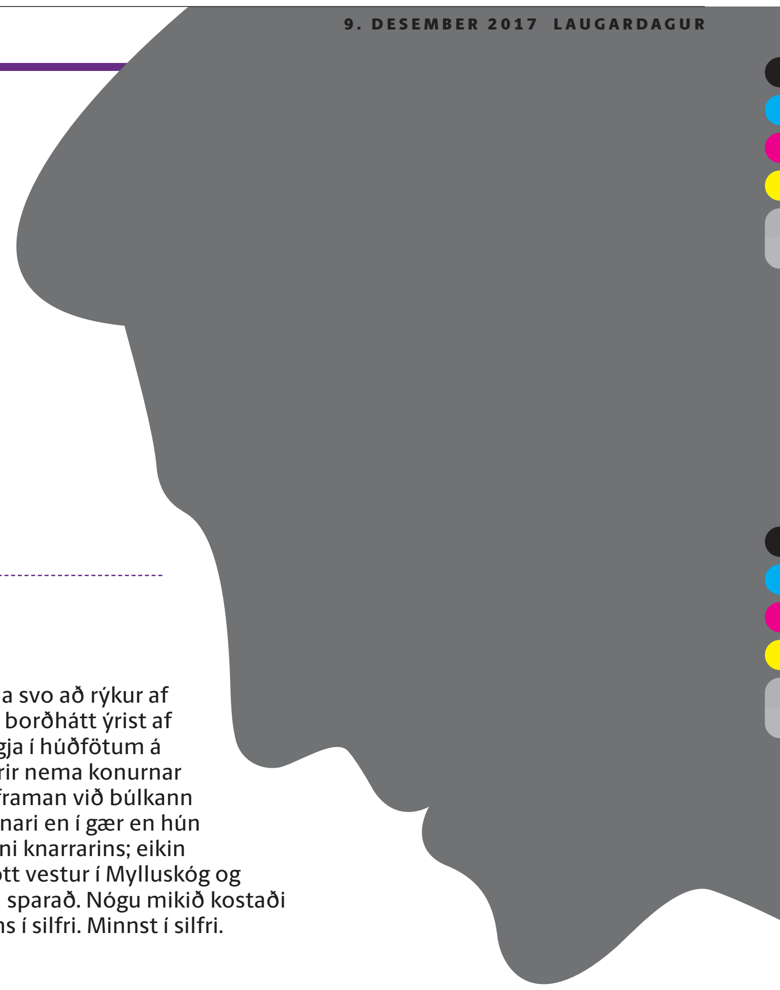
Eða hringt í eftirtalin númer:

9071081 - 1.000 kr. 9071083 - 3.000 kr. 9071085 - 5.000 kr. 9071090 - 10.000 kr.

Þú finnur okkur á Facebook – ekki hika við að fylgja okkur þar, við gerum góðverk í hverjum mánuði fyrir íslensku þjóðina.

www.facebook.com/samferdafoundation

Þekkir þú þinn höfund?



Allir rithöfundar hafa sinn stíl og í frásögn þeirra eru ýmis einkennandi sérkenni. Hér eru textabrot úr verkum 10 höfunda sem sendu frá sér bók fyrir jólin. Nú geta dyggir lesendur látið á það reyna hvort þeir þekkja sína höfunda, stíl þeirra og sérkenni.

1.

Vindurinn brýtur bárutoppana svo að rýkur af þeim löðrið og þótt skipið sé borðhátt ýrist af og til yfir þá sem þurfa að liggja í húðfötum á þiljunum: það er ekki rými fyrir nema konurnar og börnin undir segltjaldinu framan við búlkann fyrir miðju skipi. Sjórinn er úfnari en í gær en hún hefur ekki áhyggjur af haffærni knarrarins; eikin er traust, kjaltréð og siglan sótt vestur í Mylluskóg og borðin í Þraðsmörk, ekkert til sparað. Nógu mikið kostaði Verðandin hana og ekki aðeins í silfri. Minnst í silfri.

2.

Hann er lágvaxinn og grannur, fölur á vanga og höfuðið stendur örlítið fram eins og hann sé á varðbergi. Augun eru annaðhvort blá eða græn, ég hef aldrei getað skorið úr um það, augnaráðið ýmist blíðlegt eða hvasst, stundum hvort tveggja í senn. Hann hefur aldrei verið sterkbyggður en mér virtist hann jafnvel hafa minnkað enn frekar og gengið saman. Ég tók eftir silfurbúnum göngustaf við stólinn en hann stóð á fætur án þess að grípa til hans, gekk að vísu ekki fram á gólfið heldur beið þess að ég kæmi til hans og rétti honum höndina. Handabandið var eins og ég mundi eftir því, svo laust að eftir á fannst mér ég hafa gripið í tómt.

5.

Ég hef stundum hugsað með mér hvernig hefði farið ef ég hefði ekki frétt af þessu framhjáhaldi hans. Ég get eiginlega ekki ímyndað mér hvernig ég hefði orðið smám saman. Ég er vinkonu minni þakklát fyrir að hafa látið mig vita um hina konuna. Því þetta varð mín útgönguleið. Sannleikurinn mun gera yður frjálsa, sagði meistarinn. Hann gerði það svo sannarlega í mínu tilfelli. Það er samt ekki fyrr en núna sem ég geng alveg inn í frelsið. Burt frá honum. Verð að viðurkenna að ég er hrædd um að hann verði áfram í hefndarhug.

3.

Smáir boðsgestirnir voru í sykurvímu, æptu, skræktu og grenjuðu meðan þeir hlupu um eins og rófulausir hundar. Þótt krakkarnir væru flestir bara þriggja ára höfðu þau verið fljót að móta grunnmynd af íbúðinni í huganum og finna út hring. Nú hlupu þau úr eldhúsinu, yfir í borðstofuna, þaðan í gegnum stofuna, yfir í holið og þaðan aftur inn í eldhús þar sem nýr hringur hófst. Tilgangsleysið með þessu hringsóli var einkennandi fyrir allt sem tengdist því að vera þriggja ára. Á þeim aldri taldist stórsigur að geta labbað upp stiga án þess að setja báða fætur í hverja tröppu. Svo það var ekki við miklu að búast.

4.

Hún rumskar við eitthvað en reynir að sofna strax aftur. En það er eitthvað að trufla hana. Einhver hvíslar – eitthvað fyrir utan tjaldið strýkst við stögin eða tjaldhimininn. Hún dregur svefnpokann upp fyrir höfuðið, staðráðin í að láta ekkert trufla hinn dýrmæta svefn. Þetta er bara trjágrein sem strýkst við nælonið, það er allt og sumt. Klórið heldur áfram, trjágreinin krafsar laust í tjaldið. Hún er alveg við það að festa svefn þegar hjartað tekur kipp.

6.

Veðrið var eins og best verður á kosið og hún hafði setið nokkra stund ásamt hinum og notið þess, hvílt sig á göngunni, rótað eftir nestinu í bakpokanum og dáðst að útsýninu af jöklinum, þegar hún leit út á hjarnið og gat ekki betur séð en að upp úr því stæði mannsandlit. Stundarkorn leið áður en hún áttaði sig á hvað það var nákvæmlega sem hún sá. Um leið og henni varð það ljóst stökk hún á fætur og æpti upp yfir sig í jökulkyrrðinni.

7.

Skyndilega fór fram svo greinilegur hugsanaflutningur á milli vinkvennanna að það lá við að loftið gneistaði og það sem meira var, það opnaðist fyrir aðganginn að rásinni. Ég gat skilið það sem þeim fór á milli: Ég hafði gengið of langt. Ég hafði farið ein í bæinn. Ég hafði tapað. Síðan lokaðist aftur fyrir rásina. Í stelpuheimum gerði engin neitt ein síns liðs. Stelpur áttu helst að eiga fullt af vinkonum og fara um í torfum.

8.

Hún hafði ekki hugmynd um hvað klukkan var orðin, það var ansi langt síðan standklukkan í stofunni bilaði, eflaust nokkur ár, og þau höfðu ekki verið nægilega handlagin til að laga hana sjálf. Klukkan var þung og illa meðfærileg svo það hafði aldrei hvarflað að þeim fyrir alvöru að burðast með hana út í gamla jeppann og keyra með hana alla leið út í þorp. Það var ekki einu sinni víst að hún kæmist inn í bílinn né að einhver í þorpinu hefði lag á því að gera við úrverk af þessu tagi. Nei, nei, þarna fengi hún bara að standa sem hver önnur stofuprýði. Afi hans Einars hafði átt hana, flutt hana með sér frá Danmörku, eða svo sagði sagan.

9.

Manstu þegar þú vildir endilega að við færum vestur og tjölduðum í túninu þar sem ég var í sveit þetta eina sumar? Bærinn náttúrulega fyrir löngu kominn í eyði, túnið sjálfsagt spillst. En tveimur dögum áður en við ætluðum af stað, stakk ég af til útlanda. Keypti mér miða með sólarhrings fyrirvara, vissi satt að segja tæplega hvert. Í það minnsta var ég kirfilega búin að gleyma hvert ég var að fara þegar ég kom út á flugvöll í morgunsárið. Sá sem er á flótta hugsar meira um það sem hann er að flýja, en hvert hann stefnir.

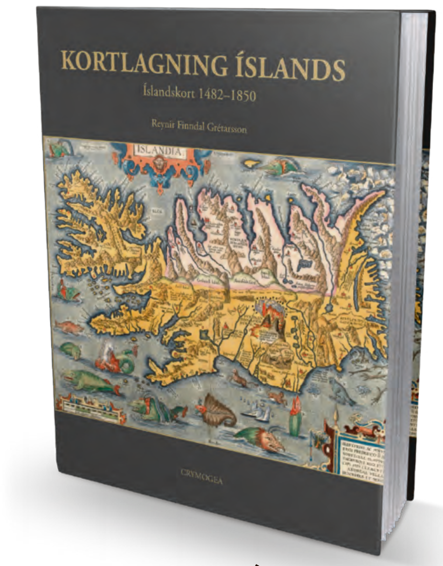
10.

Nei, hann skildi þetta ekki. Skildi ekki hvernig hann hafði endað hér í þessum klefa. Ekkert í lífi hans hingað til hafði gefið nokkrar vísbendingar um að slíkt ætti fyrir honum að liggja. Virðulegum dýralækni með vínræktardrauma. Hann hafði farið yfir atburðarásina aftur og aftur í huganum en hann sá ekki samhengið hvernig sem hann reyndi. Það var nógu erfitt að ná utan um þá staðreynd að maður sem hann var ágætlega kunnugur skyldi hafa verið myrtur

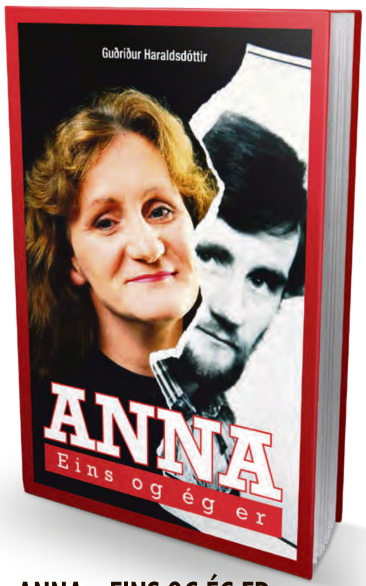
Lausn: 1. **Vilborg Davíðsdóttir** - Blóðug jörð. **2. Ólafur Jóhann Ólafsson** - Sakramentið. **3. Yrsa Sigurðardóttir** - Gatið. **4. Stefán Máni** – Skuggarnir. **5. Oddný Eir Ævarsdóttir** - Undirferli. **6. Arnaldur Indriðason** - Myrkrið veit. **7. Gerður Kristný** - Smartís. **8. Ragnar Jónasson** - Mistur. **9. Jón Kalman Stefánsson** – Saga Ástu. **10. Fríðrika Benónýsdóttir** Vályndi.

markhönnun ehf

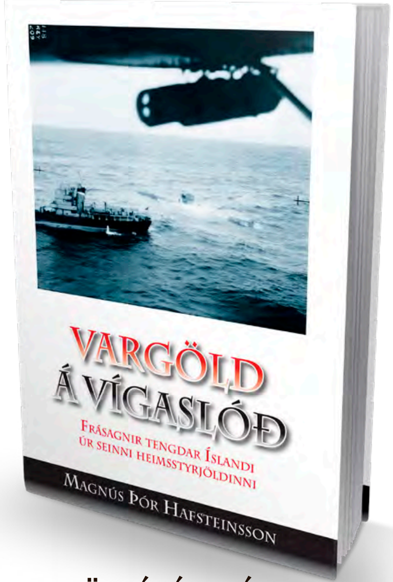
netto



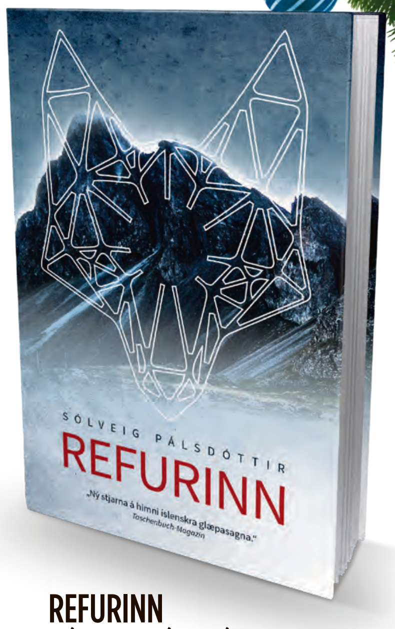
KORTLAGNING ÍSLANDS
REYNIR F. GRÉTARSSON
6.999 KR STK



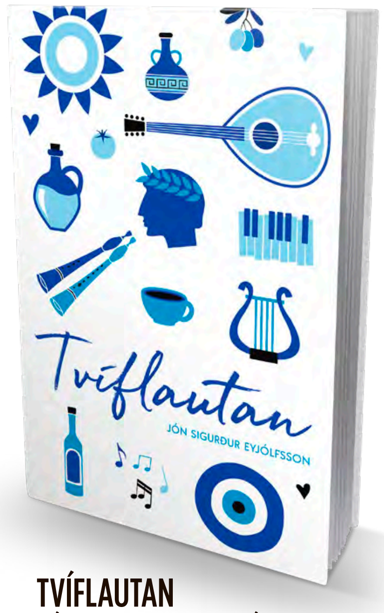
ANNA - EINS OG ÉG ER
GUÐRÍÐUR HARALDSDÓTTIR
4.744 KR STK



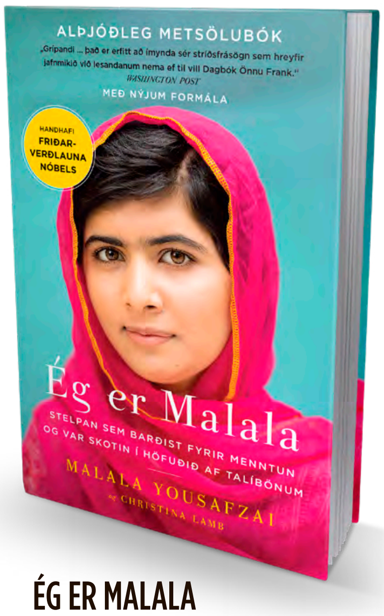
VARGÖLD Á VÍGASLÓÐ
MAGNÚS ÞÓR HAFSTEINSSON
4.927 KR STK



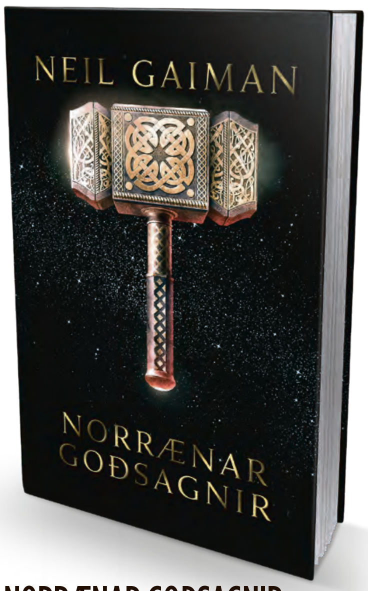
REFURINN
SÓLVEIG PÁLSDÓTTIR
4.549 KR STK



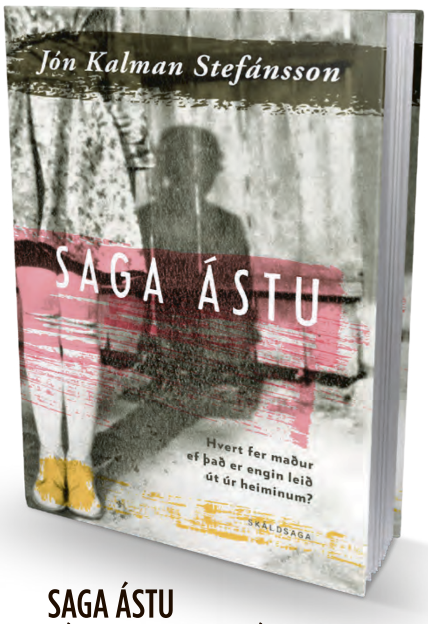
TVÍFLAUTAN
JÓN SIGURÐUR EYJÓLFSSON
4.549 KR STK



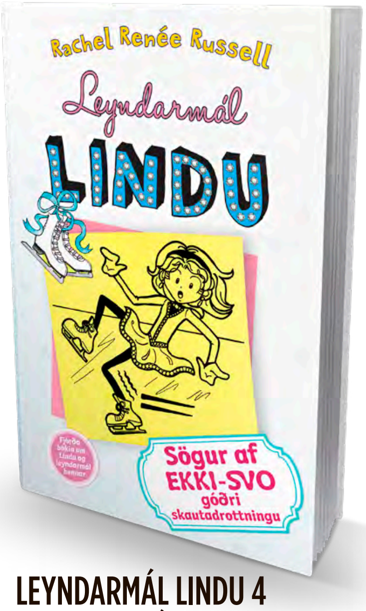
ÉG ER MALALA
MALALA YOUSAFZAI
2.589 KR STK



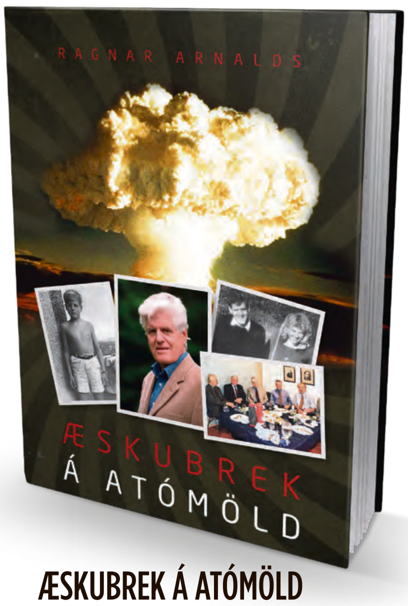
NORRÆNAR GOÐSAGNIR
NEIL GAIMAN
4.199 KR STK



SAGA ÁSTU
JÓN KALMAN STEFÁNSSON
4.899 KR STK



LEYNDARMÁL LINDU 4
RACHEL RENÉE RUSSELL
3.289 KR STK



ÆSKUBREK Á ATÓMÖLD
RANGAR ARNALDS
4.899 KR STK

HEIMA
SÓLRÚN DIEGO
4.549 KR STK

Tilboðin gilda 9. - 10. desember 2017 www.netto.is

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

Búðakór • Grandi • Mjódd • Salavegur • Hafnarfjörður • Hrísalundur • Glerártorg • Húsavík • Höfn • Iðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss

Skrifar þegar börnin eru sofnuð

Ragnar Jónasson, yfirlögfræðingur GAMMA og rithöfundur, féll fyrir glæpasögum þegar hann var lítill drengur og las bækur Agöthu Christie upp til agna. Það var eftir hrun sem hann tók meðvitaða ákvörðun um að fylgja hjartanu og halda áfram að skrifa. Dagarnir eru hins vegar langir og hann skrifar því oft þegar börnin eru sofnuð.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Ragnar Jónasson, rithöfundur og yfirlögfræðingur GAMMA, nýtir dagana vel. Hann gaf út sína níundu bók fyrir jólin. Fyrsta bók hans kom út árið 2009 og síðan þá hefur honum auðnast að gefa út eina bók fyrir hver jól. Hann kennir einnig við lagadeild Háskólans í Reykjavík og er faðir tveggja barna.

Fjölskyldu og ástvinum Ragnars finnst ekki skrýtið að hann hafi lagt fyrir sig ritstörf. Áhuginn hefur kraumað frá því í æsku.

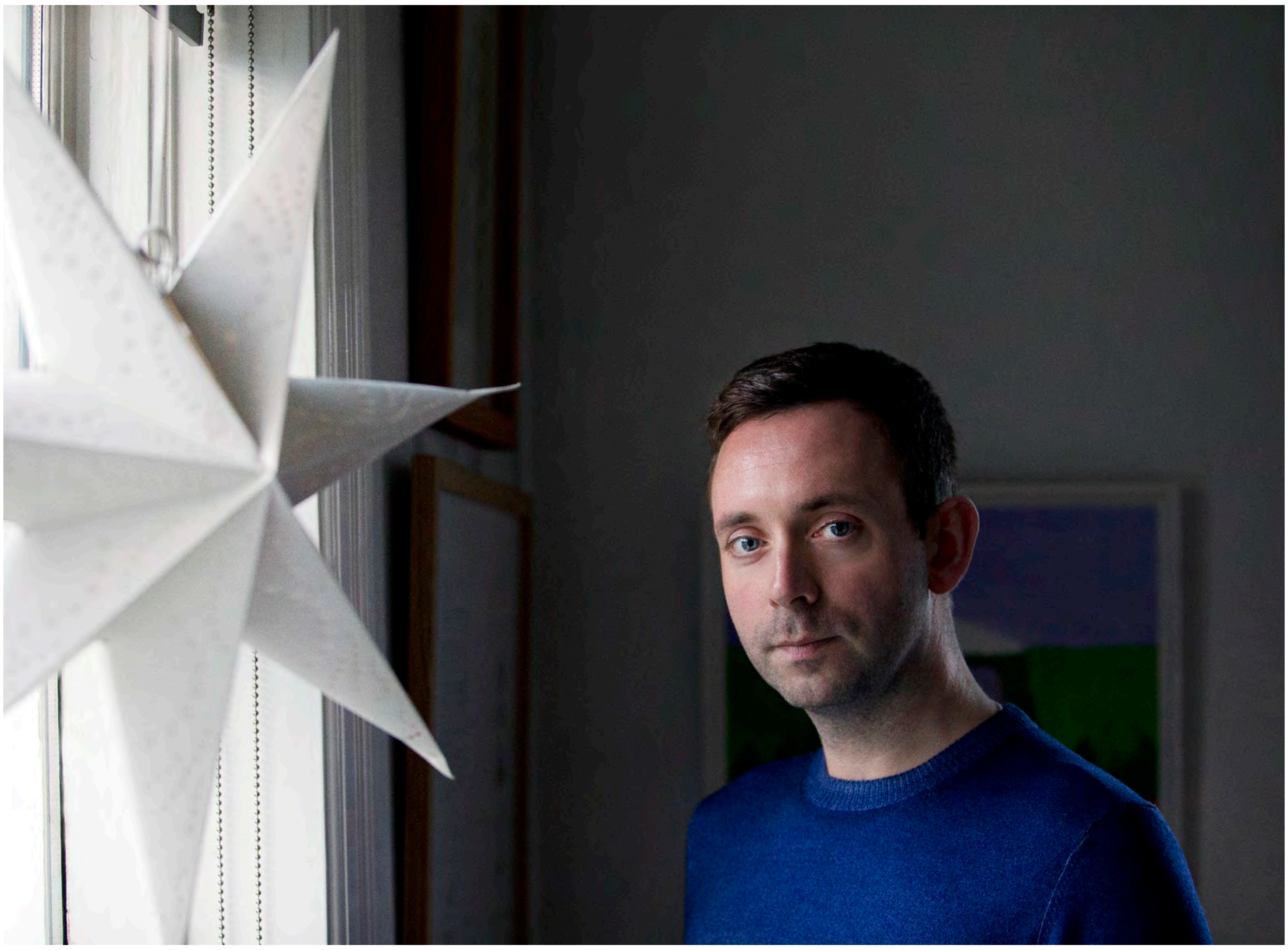
Ragnar er fæddur og uppalinn í Kópavogi og Grafarvogi. Foreldrar hans eru Katrín Guðjónsdóttir, fyrrverandi læknaritari hjá Embætti landlæknis, og Jónas Ragnarsson, ritstjóri hjá Krabbameinsfélaginu. „Ég hef margt frá foreldrum mínum. Pabbi er til dæmis mikill grúskari, skrifar og gefur út bækur. Föðurafi minn skrifaði alla sína ævi en gaf ekki út bók fyrr en hann var orðinn um áttatíu ára gamall,“ segir Ragnar frá.

„Pabbi er frá Siglufirði og mamma ættuð úr Landeyjum. Ég var mikið á Siglufirði í uppvextinum, við eigum hús þar í bænum og það eru sterkar tengingar,“ segir Ragnar en í nokkrum fyrri bóka hans er Siglufjörður sögusviðið. Fyrirmyndin að heimili aðalpersónu bókanna er hús ömmu og afa Ragnars í bænum. Breskur framleiðandi tryggði sér réttinn á þeim bókum og stefnir að framleiðslu sjónvarpsþátta sem að hluta til yrðu teknir upp hér á landi. Erlendir blaðamenn hafa flykkst á Siglufjörð á söguslóðirnar, glæpasögur Ragnars þóttu glæða íslensku glæpasöguna lífi á ný en oftar en einu sinni hefur því verið spáð að æðið sé að lognast út af.

„Afi og amma, Þ. Ragnar Jónasson og Guðrún Reykdal, voru mér mikil hvatning, líkt og foreldrar mínir. Amma og afi lásu lengi vel yfir öll mín handrit þegar ég þýddi sögur Agöthu Christie, og foreldrar mínir hafa lesið yfir allar bækur sem ég hef skrifað. Ég bý að ýmsu frá þeim,“ segir Ragnar.

Eins og margir í stétt rithöfunda las Ragnar mikið, bæði sem barn og unglingur. „Ég las og skrifaði sögur og ljóð. Bjó til blöð og seldi ættingjum mínum. Bókmenntir og ritstörf hafa alltaf verið áhugamál mitt. Ég las mikið Enid Blyton sem barn og síðar Agöthu Christie, fyrstu bókina ellefu ára. Ég fór á Landsbókasafnið með pabba sem ungur strákur og las þar allt eftir Agöthu sem var til á íslensku þegar ég hafði lesið allar bækur hennar sem ég fann á venjulegum bókasöfnum. Þegar ég lauk við að lesa allt sem til var á íslensku eftir Agöthu las ég bækurnar á ensku. Bækur hennar eldast vel með manni. Seinna meir, áður en ég fór sjálfur að skrifa bækur, þýddi ég fjórtán bækur hennar yfir á íslensku til þess að fá útrás fyrir sköpunarþörfina.“

Ragnar stundaði nám á stærðfræðibraut í Verzlunarskólanum og ákvað að stúdentsprófi loknu að leggja fyrir sig lögfræði. „Ég var enn að skrifa og skrifaði smásögur í Verzlunarskólanum. Dramatískar sögur sem enduðu illa og ég birti í skólablöðum og síðar í öðrum tímaritum. Ég hugsaði á þessum tíma um að læra íslensku, afi hvatti mig mikið til þess. Hann var mikill íslenskumaður. Pabbi hafði farið í lögfræði en ekki klárað hana á sínum tíma.



„Ég held að ef það væri ekki fyrir hrunið þá hefði ég ekki gefið mér jafn mikinn tíma til að skrifa bækur,“ segir Ragnar sem staldraði við og endurmat hlutina

ÉG VAR AÐ VINNA Í KAUPÞINGI OG FYLGDIST MEÐ ÞVÍ ÞEGAR GEIR BAÐ GUÐ AÐ BLESSA ÍSLAND OG VAR Í BANKANUM DAGINN SEM ALLT HRUNDI. ALLT Í EINU VORU LJÓSIN SLÖKKT, ÞETTA VAR MIKIÐ ÁFALL OG ÓVENJULEGUR TÍMI.

Mér fannst lögfræðin að lokum mest heillandi, námið reyndist bæði krefjandi og áhugavert. Ég ætlaði mér ekki endilega að vinna sem lögmaður og flytja mál. Ég hugsaði með mér að námið gæti nýst í hvað sem er,“ segir Ragnar sem segist aðeins einu sinni hafa flutt mál fyrir dómi, ágreiningsmál um óðalsrétt í störfum sínum fyrir Kaupþing. Málið vannst og því var Ragnar sáttur við að láta þar við sitja í málflutningi í bili.

Ragnar réð sig til starfa í fyrirtækjaráðgjöf Kaupþings eftir nám, þaðan fór hann á lögfræðisvið bankans og varð forstöðumaður. Hann þýddi bækur og hafði það áfram sem áhugamál að stússast í einhverju sem tengdist bókum og sköpun. Ritstörfin toguðu sífellt meira í hann. Hann sá auglýsingu frá bókaforlaginu Bjarti og Veröld, í henni kom fram að leitað væri að hinum íslenska Dan Brown. Þeim hinum sama væri lofað útgáfusamningi. Ragnar ákvað að láta slag standa. „Auglýsingin varð mér hvatning til að klára glæpasögu sem ég var með hugmynd að. Hún var nú alls ekki í stíl við Dan Brown en ég notaði keppnina sem tylliástæðu til þess að fá viðbrögð við handritinu.“

Handritið fékk góðar viðtökur. Enginn þótti vera Dan Brown Íslands en Ragnar og Lilja Sigurðardóttir fengu bæði útgáfusamninga hjá Bjarti og Veröld, í framhaldi af keppninni.

En hvað varð til þess að hann ákvað að einbeita sér svo mjög að því að skrifa?

„Það breyttist margt í hruninu. Ég var að vinna í Kaupþingi og fylgdist með því þegar Geir bað Guð að blessa Ísland og var í bankanum daginn sem allt hrundi. Allt í einu voru ljósin slökkt, þetta var mikið áfall og óvenjulegur tími. Ég lærði mikið af þessum tíma. Það má segja að fyrir alla sem unnu við fjármál hafi hrunið reynst dýrmæt og dýrkeypt lexía. Ég vann um tíma sem forstöðumaður lögfræðiráðgjafar hjá Arion banka eftir hrun en ákvað svo að færa mig um set og vinna fyrir þrotabú gamla bankans. Það var áhugavert. Að skoða bankakerfið frá því sjónarhorni og vinna úr eignum sem höfðu næstum tapast. Ég sjálfur ákvað að gefa mér meiri tíma. Staldra aðeins við, endurmeta lífið. Ég held að ef það væri ekki fyrir hrunið þá hefði ég ekki gefið mér jafn mikinn tíma til að skrifa bækur. Mér finnst ég hafa fengið tækifæri til að hugsa lífið upp á nýtt. Hvar ég vildi hafa fókusinn í lífinu. Ég hafði aldrei séð það fyrir mér sem raunverulegan möguleika að vera bæði rithöfundur og í fullu starfi. Hugsaði alltaf með mér, ég geri þetta bara seinna.“

Ragnar tók við stöðu yfirlögfræðings hjá GAMMA árið 2015 og er jafnframt stundakennari við lagadeild Háskólans í Reykjavík þar sem hann kennir höfundarétt. Hann á tvö börn með eiginkonu sinni, Maríu Margréti Jóhannsdóttur, Kiru og Natalíu, en þær eru sjö og þriggja ára gamlar.

Þetta virðist krefjandi? „Já, ég geri þetta bara með því að anda rólega. Það er allt hægt. Ég skrifa bækurnar jafnt og þétt allt árið. Tek mér frí yfir hásumarið og í desember. Þetta bjargast alltaf. Ég skrifa þegar börnin eru sofnuð. Þá kúpla ég mig út og finnst það þægilegt. Reyndar hef ég þörf fyrir að skrifa og myndi gera þótt enginn læsi bækur mínar.“

Ómannglöggur rithöfundur

Uppáhaldsstaðurinn á landinu: Siglufjörður.

Hvað ætlarðu að hafa í jólamatinn: Hamborgarhrygg.

Bestu stundirnar eru? Með fjölskyldunni.

Hvaða bók tækir þú með þér á eyðieyju? Afleggjarann eftir Auði Övu, nágranna minn, og Síðustu setningu Fermats eftir Simon Singh.

Hvað fer mest í taugarnar á þér? Neikvæðni.

Hvað er það neyðarlegasta sem þú hefur lent í? Ég er svo ómannglöggur, að ég lendi í því á hverjum degi, eða nokkurn veginn, að þekkja ekki fólk sem ég ætti að þekkja.

Eftirminnilegasti upplesturinn fyrir jól? Ferð með nokkrum úrvalshöfundum, Sjón og fleirum, í Bókakaffi Bjarna Harðar á Selfossi fyrir nokkrum árum, því við lentum í stórhríð og ófærð á leiðinni heim svo það var mjög ánægjulegt að komast lifandi út úr þeim upplestri.

HRINGJUM
INN JÓLIN
DUNKIN' DONUTS
DunkinDonutsISL
Kringlunni 1. hæð o Hagasmára 9 o Flugstöð Leifs Eiríkssonar o Fitjum Reykjanesbæ

Skírlífa uppfinningakonan

Saga til næsta bæjar

Stefán Pálsson skrifar um gleymda konu.

Árið 1973 var frægðarhöll bandarískra uppfinningamanna stofnsett. Sjálfstætt félag áhugafólks um tæknisögu, sem heldur úti lista yfir fólk sem talið er hafa fleytt mannkyninu fram á við með uppfinningum sínum. Á listanum eru nærri 550 einstaklingar, sá elsti fæddist árið 1743 en sá yngsti árið 1975. Auk þess að halda utan um listann rekur félagsskapurinn safn sem helgað er bandarískum uppfinningum.

Sögufróða lesendur listans rekur oft í rogastans þegar það rennur upp fyrir þeim að á honum er ekki að finna nafn Benjamíns Franklin. Eina af dáðustu hetjum bandarískrar sögu, fyrir þátt sinn í sjálfstæðisbaráttu þjóðarinnar og vísinda- og uppfinningastörf. Honum er til að mynda eignaður heiðurinn af eldingavaranum, uppfinningu sem markaði þáttaskil í sögu byggingarlistarinnar.

En hvernig getur staðið á því að Benjamín Franklin fær ekki inngöngu í frægðarhöllina á meðan höfundar sjónvarpsfjarstýringarinnar og smjörlíkis eiga þar sæti? Jú, til að komast í gegnum nálarauga valnefndarinnar koma þeir einir til greina sem fengið hafa einkaleyfi á hugverkum sínum. Benjamín Franklin var hins vegar þeirrar skoðunar að uppfinningar, líkt og vísindaleg þekking, ættu að vera sameign mannkyns og siðferðislega rangt að reyna að sitja einn að þeim í hagnaðarskyni.

Af sömu ástæðu er nafn Tabithu Babbitt ekki að finna í frægðarhöllinni, þótt auðvelt sé að rökstyðja að framlag hennar hafi verið merkara en margra annarra á listanum. Meðal annars af þessum sökum er Tabitha Babbitt fjarri því að hafa öðlast þá viðurkenningu sem réttmætt væri, sem er þeim mun dapurlegra í ljósi þess að hún var framúrskarandi uppfinningakona á fyrri hluta nítjándu aldar, tímabili sem hefur ekki að geyma nema fáeinar nafnkunnar konur í tækni og vísindum.

Fjölbreytt viðfangsefni

Babbitt fæddist í Massachusetts á þessum degi, 9. desember árið 1779 og dó árið 1853 eða þar um bil. Upplýsingar um lífshlaup hennar eru mjög af skornum skammti, en þeim ber saman um að hún hafi verið slyngur verkfærasmiður og meðal annars lagfært og smíðað rokka til að spinna ull. Eru henni eignaðar ýmsar betrumbætur á spunarokknum, sem náðu útbreiðslu. Þá eru heimildir um að hún hafi síðustu æviárin unnið mikið að því að ná að smíða nothæfar gervitennur og hafi tilraunir hennar lofað góðu.

En það var ekki á sviði fíngerðrar tannsmíði eða spunavélasmíða sem fröken Babbitt olli mestum straumhvörfum, heldur í iðngreinum sem margir tengdu frekar við karlmenn: málmsmíði og trésmíði. Tabitha Babbitt er sögð hafa þróað nýja og betri leið til að framleiða nagla en áður hafði tíðkast og deilir heiðrinum af þeirri uppfinningu með Eli Whitney, sem frægastur er fyrir að búa til fyrstu hagnýtu baðmullarskiljuna. Langfrægasta uppfinning Tabithu Babbitt er þó hjólsögin – eða öllu heldur hjólsagarblaðið.

Sagan segir að uppfinningakonan hafi átt leið í trésmiðju og séð þar tvo menn bisa við að saga með stórviðarsög. Það hafi þegar slegið hana hvað þessi aðferð hefði í för með sér slæma nýtingu á orkunni, þar sem sögin ynni aðeins á timbrinu þegar hún væri dregin í aðra áttina, en átakið þegar hún væri dregin til baka nýttist ekki til neins.

Babbitt, sem var alvön því að vinna með fótstigna rokka, lét sér til hugar koma hvort ekki mætti nýta sömu tækni og skipta einfaldlega spunahjólinu í rokkinum út fyrir kringlótt sagarblað. Hjólinu mætti svo snúa með utanaðkomandi orkugjafa, en renna timbrinu eða því sem saga ætti eftir sagarblaðinu. Tilraunin gaf góða raun og hjólsagir urðu fljótlega ómissandi vinnutæki.

Rétt er að taka fram að líkt og með svo margar aðrar af uppfinningum nítjándu aldar, á hjólsögin meira en eina upprunasögn og ljóst er að Babbitt var ekki sú eina sem lét sér til hugar koma að útbúa hringlaga sög sem snerist á föstum ás. Bretar eigna þessa uppfinningu landa sínum frá ofanverðri átjándu öld og heimildir eru um frumstæðar bandarískar hjólsagir áður en Tabitha Babbitt kom til skjalanna. Óumdeilt virðist þó að gerð hennar var fullkomnari en fyrri útgáfur.

> HJÓLINU MÆTTI SVO SNÚA MEÐ UTANAÐKOMANDI ORKUGJAFA.

Brennandi guðstrú

Það var trúarsannfæring fröken Babbitt sem olli því að hún íhugaði ekki einu sinni að sækja um einkaleyfi á uppfinningum sínum. Uppfinningakonan tilheyrði sértrúarsöfnuði sem varð til sem klofningsbrot úr reglu kvekara í Englandi um miðbik átjándu aldar. Söfnuðurinn sem nefndi sig „Samfélag trúaðra á endurkomu Krists", var í daglegu tali kallaður „Skjálfarar" (e. Shakers), sem vísaði til sérkennilegra tilbeiðslusiða þar sem meðlimir áttu til að hristast og skekja sig á trúarsamkomum.

Eitt sérkenni hreyfingar þeirra var hin sterka staða kvenna innan safnaðarins, en helstu leiðtogar hans og stofnendur voru einmitt konur. Sem fyrr segir áttu skjálfararnir uppruna sinn í kvekarahreyfingunni, sem jafnframt var kunn fyrir kynjajafnrétti á þeirra tíma mælikvarða. Rætur klofningsins má einmitt rekja til tilbeiðsluaðferðanna. Kvekarar höfðu löngum verið kunnir fyrir lifandi framkomu á samkomum sínum, en forystumenn þeirra tóku að hvetja til hófstilltari hegðunar safnaðarmeðlima – væntanlega til að skera sig síður úr fjöldanum og forðast ofsóknir.

Þessu vildu ekki allir una og kusu félagar hinnar nýju trúarreglu að verða enn líflegri og ofsafengnari í bænahaldi. Líkt og svo margir kristnir vakningarsöfnuðir sinnar tíðar, álitu skjálfararnir að heimsendir væri í nánd og því mikilvægara en nokkru sinni fyrr að hafna allri synd. Til að draga enn frekar úr möguleikum fólks til að syndga, hvöttu skjálfararnir mjög til hreinlífis og að körlum og konum væri haldið sem mest aðskildum í samfélaginu.

Árið 1774 fékk forystukona skjálfarasafnaðarins vitrun og ákvað í kjölfarið að halda vestur um haf ásamt hópi trúsystkina sinna. Þau mynduðu grunninn að nokkrum skjálfarasamfélögum í Bandaríkjunum, því stærsta í New York en einnig víðar – þar á meðal í Massachusetts, þar sem Tabitha Babbitt gekk til liðs við söfnuðinn.

Þótt heimsendir léti bíða eftir sér, hvikuðu leiðtogar skjálfara ekki frá kröfunni um einlífi safnaðarmeðlima. Fólk sem gekk til liðs við hreyfinguna afsalaði sér öllum eigum sínum og sór þess eið að ganga hvorki í hjónaband né hafa holdlegt samneyti við fólk af gagnstæðu kyni. Raunar giltu þessar ströngu reglur einungis um fullgilda meðlimi. Söfnuðurinn umbar hjónabönd og barneignir fólks sem lifði og hrærðist innan samfélags hans.

Blómaskeið og hnignun

Gullöld skjálfaranna í Norður-Ameríku var á tímabilinu 1820-60. Á þeim árum gátu þeir sér líka gott orð sem snjallir iðnaðarmenn, smiðir og teiknarar. Ástæðan var rík áhersla á gott og vandað handverk, sem talið var góð leið til að sýna himnafeðrunum lotningu sína. Það var einmitt á þessum árum sem Tabitha Babbitt lét mest til sín taka á uppfinningasviðinu.

Bandaríska borgarastyrjöldin, sem braust út árið 1861, reyndist samfélagi skjálfaranna örlagarík. Trú uppruna sínum í kvekarahreyfingunni neituðu meðlimir safnaðarins að bera vopn og féllust bandarísk stjórnvöld á að undanskilja hópinn herskyldu og átti flóttafólk og hermenn úr báðum fylkingum víst athvarf hjá skjálfurum meðan á stríðinu stóð.

Í kjölfar styrjaldarinnar reið iðnbylting yfir Bandaríkin. Verksmiðjuiðnaður kom til sögunnar og á skömmum tíma minnkaði mikilvægi hefðbundins handverks. Skjálfarasamfélögin, sem áður höfðu tryggt meðlimum sínum fremur þægilegt líf í sameignarkommúnum sínum, reyndust ófær um að mæta þessari nýju samkeppni.

Á tuttugustu öld tóku bandarísk yfirvöld að svipta litla sértrúarsöfnuði ýmsum sérréttindum og gerðu þeim þannig enn erfiðara um vik. Þegar á fyrstu áratugum aldarinnar virtust safnaðarmeðlimir hálfgerð tímaskekkja, fólk sem gleymt hefði að tileinka sér nútímatækni en héldi dauðahaldi í löngu úrelt vinnubrögð og lífshætti. Minnti söfnuðurinn um margt á amish-fólkið, sem ýmsir kannast við úr sjónvarpsþáttum og kvikmyndum.

Enginn nýr meðlimur hefur gengið til liðs við skjálfarahreyfinguna í sextíu ár og eftir því sem næst verður komist, telur söfnuðurinn í dag ekki nema tvær manneskjur. Eftirmæli skjálfaranna verða því væntanlega á þá leið, að þau hafi verið lifandi steingervingar – fólk sem hafnaði nútímanum og öllum hans tækninýjungum. Það eru kaldhæðnisleg örlög fyrir hreyfingu sem fóstraði einhverja merkustu uppfinningakonu Bandaríkjanna.

KOMDU Í KOLAPORTIÐ
– dásamleg deild samfélagsins
OPIÐ UM HELGAR FRÁ KL. 11 – 17
KVIKA

ATVINNUKOKKARNIR Í ELDHÚSINU HEIMA

25% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM SOUS VIDE GRÆJUM OG LOFTTÆMINGARVÉLUM UM HELGINA

MELISSA

witt

WiFi

OBH NORDICA

OPIÐ Á SUÐURLANDSBRAUT VIRKA DAGA 10 - 18, LAUGARDAG 11-18 OG SUNNUDAG 13 - 18.

Heimilistæki ht.is

7 VERSLANIR UM LAND ALLT

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

Merkisatburðir

1749 Skúli Magnússon er skipaður landfógeti, fyrstur Íslendinga.

1926 Mikill eldsvoði verður á Stokkseyri. Sjö hús brenna en enginn maður ferst.

1956 Stærsta skip sem Íslendingar hafa eignast, Hamrafell, kemur til landsins. Skipið er 167 metrar að lengd og getur hvergi lagst að bryggju á Íslandi nema í Hafnarfirði, stærðar sinnar vegna.

1990 Lech Walesa verður fyrsti lýðræðislega kjörni forseti Póllands.

2010 Við atkvæðagreiðslu á Alþingi um fjárlagafrumvarp situr Lilja Mósesdóttir, þingmaður Vinstri grænna, hjá en það er sjaldgæft í sögu Íslands að stjórnarþingmaður greiði ekki atkvæði með fjárlagafrumvarpi.

Það var gleði í leikskólanum Tanga þegar gjöfin var afhent þar. MYND/ARON INGI

Gjafmildar Gullrillur

Konur á Ísafirði sem kalla sig Gullrillurnar færðu leikskólanum Tanga á Ísafirði gönguskíði að gjöf. Með því vilja þær stuðla að frekari gönguskíðamenningu á staðnum.

Okkur langaði að gera eitthvað skemmtilegt. Hér á Ísafirði er mikil skíðamenning og þess vegna kom þessi hugmynd upp. Við ákváðum að hafa fjáröflun, búa til sushi og selja, þar sem enginn sushistaður er á Ísafirði og alla langar í sushi. Þannig að við seldum vel og fyrir ágóðann keyptum við sem sagt gönguskíði sem við gáfum Tanga,“ segir Ásgerður Þorleifsdóttir, ein úr hópi kvenna á Ísafirði sem kalla sig Gullrillurnar.

Tangi er annar tveggja leikskóla á Ísafirði, hann er fyrir fimm ára börn, eða þau elstu á leikskólaaldri. „Skíðin verða notuð við útikennslu og í vali barnanna,“ segir Ásgerður. Hún segir Gullrillurnar koma úr ólíkum áttum. „Við kynntumst í kjölfarið á jafnréttisráðstefnu um árið og vorum allar svo uppveðraðar eftir þá ráðstefnu að við ákváðum að gera eitthvað skemmtilegt saman í kjölfarið. Við höfum sett okkur ýmis markmið í gegnum tíðina og brallað margt.“ Ásgerður segir það kost að búa í litlu samfélagi. „Bobbi í Kraftsport sem er með umboðið fyrir þessa skíðategund fékk gott tilboð frá skíðaframleiðandanum úti, svo þegar við fórum að sækja skíðin þá var forstöðumaður skíðasambandsins á Ísafirði í versluninni og hann stökk af stað og gerði skíðabraut í hvelli. Svo kom Gústi ljósmyndari og tók myndir og vídeó þannig að þetta small allt skemmtilega saman.“

Krakkarnir á Tanga voru mjög ánægð og spennt yfir gjöfinni að sögn Ásgerðar, en gjöfin er liður í að stuðla að gönguskíðamenningu á staðnum. „Ísafjörður er algjör gönguskíðaparadís, það er alltaf hægt að komast á gönguskíðasvæðið hér eftir að það fer að snjóa, þar er alltaf opið.“

Verkefninu er ekki hér með lokið enda segir Ásgerður frábært ef hægt væri að gefa leikskólum í nærliggjandi bæjum líka gönguskíði. „Fleiri fyrirtæki vilja taka þátt með okkur og hafa lýst yfir vilja til að kaupa fleiri skíði. Við erum búnar að fá styrk til að gefa leikskólanum á Flateyri næst, svo eru Þingeyri og Suðureyri eftir.“

Ásgerður bendir að lokum á að ef einhver vilji vera með í að styrkja verkefnið sé hægt að hafa samband við Gullrillurnar á síðu þeirra á Facebook. **– ai**

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Anna Lára Þorsteinsdóttir
Kópavogsbraut 1a,

lést mánudaginn 4. desember. Hún verður jarðsungin frá Kópavogskirkju 20. desember kl. 13.00.

Katrín Ingadóttir — **Friðrik Hansen**
Loftur Þór Ingason — **Inga Vala Jónsdóttir**
Þorsteinn Ingi, Anna Lára, Ragnar, Ásta María, Hildur Kristín og langömmubörn.

✝

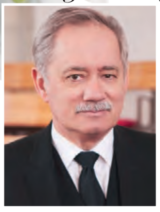
Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Brynhild Larsen
Lönguhlíð 11, Akureyri,

verður jarðsungin frá Glerárkirkju þriðjudaginn 12. desember 2017, klukkan 13.30.

Guðrún, Jóhannes og Júlíus Larsen, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

Nærgætni, hlýja og virðing — *Við andlát ástvinar*



ÚTFARARSTOFA ÚTFR REYKJAVÍKUR

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Útfarar- og lögfræðiþjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Útfararstofa kirkjugarðanna

Vesturhlíð 2 Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

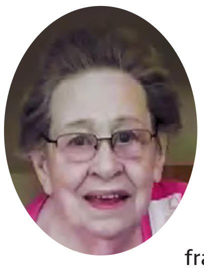
✝

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur hlýhug, vináttu og aðstoð við andlát og útför hjartkærs eiginmanns míns, föður okkar, sonar og tengdasonar,

Úlfars Þórs Indriðasonar
framkvæmdastjóra.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Landspítala á líknardeild, heimahlynningu, krabbameinsdeild 11E, göngudeild 10B og læknum fyrir góða umönnun og hlýhug.

Þórdís Wium
Yrsa Úlfarsdóttir — **Pétur Pétursson**
Hringur Úlfarsson
Baldvin Narfi Úlfarsson
Hrafnkell Úlfur Úlfarsson
Indriði Úlfsson — **Helga Þórólfsdóttir**
Svanhvít Aðalsteinsdóttir



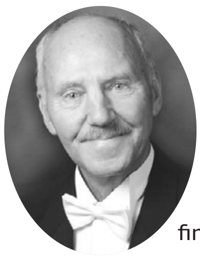
✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Marta Kristín Stefánsdóttir
frá Heiði í Mývatnssveit,

lést á heimili sínu, Krummahólum 8, þann 1. desember 2017. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju mánudaginn 11. desember kl. 15.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hennar er bent á að láta Hjartavernd njóta.

Fyrir hönd aðstandenda,
Björg Wessing
Lars Wessing
Sigrún Sigurðardóttir — **Vignir Ólafsson**
Rebekka Sigurðardóttir — **Jósef Smári Ásmundsson**
ömmubörn og langömmubörn.



✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Ottó Örn Pétursson
fv. fjármálastjóri, Grandavegi 47,

lést á Landakotsspítala fimmtudaginn 30. nóvember. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni föstudaginn 15. desember kl. 13.

Sigríður Hannesdóttir
Birgir Ottósson — **Elsa Dóra Grétarsdóttir**
Eva Ottósdóttir — **Einir Ingólfsson**
Örn Ottósson — **Kristbjörg L. Cooper**
Hannes Ottósson — **Kristjana Hrafnsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær eiginmaður minn og besti vinur, faðir, tengdafaðir, afi og sonur,

Andrés Kristinn Hjaltason
byggingaverktaki,
Reykjanesbæ,

verður jarðsunginn frá Keflavíkurkirkju þriðjudaginn 12. desember kl. 13.

Jóhanna María Einarsdóttir
Erla María Andrésdóttir — **Haraldur Arnarson**
Laufey Ósk Andrésdóttir — **Þorvarður Ólafsson**
Einar Örn Andrésson — **Ástríður Jóhannsdóttir**
Andrés K. Haraldsson — **Emelía Rún Þorvarðardóttir**
Erla María Andrésdóttir — **Hjalti Guðmundsson**

„Ég verð náttúrlega að vinna eins og alltaf en ég mun hitta vini mína og borða með þeim einhvers konar þakkargjörðarmáltíð. Það verður fínt,“ segir Björgvin Franz. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Þetta var náttúrulega áttræðisafmæli

Æringinn Björgvin Franz Gíslason leikari er fertugur í dag og hefur þegar fagnað því ásamt eiginkonu sinni, Berglindi Ólafsdóttur, sem varð fertug þann 28. nóvember síðastliðinn. Björgvin fannst við hæfi að halda upp á tímamótin í félagsheimili aldraðra í Hraunbænum.

Já, það er rétt, ég var nú bara búinn að gleyma því, stundum er það svona þegar mikið er að gera,“ sagði Björgvin Franz Gíslason þegar hann var minntur á fertugsafmælið sem er í dag. Samtalið átti sér reyndar stað fyrripart vikunnar og þá var hann á fullu að æfa fyrir tónleikana Hnallþórujól ásamt Esther Jökulsdóttur en nú eru þeir tónleikar yfirstaðnir þetta árið. Óður til hinna amerísku jóla, að sögn Björgvins.

„En ég er búinn að halda upp á fertugsafmælið,“ tekur hann fram. „Við héldum sameiginlega upp á fertugsafmælin, ég og konan mín Berglind Ólafsdóttir, því hennar var 28. nóvember og mitt núna 9. desember. Það var svaka veisla. Þetta var náttúrlega áttræðisafmæli og okkur fannst alveg tilvalið að halda það í félagsheimili aldraðra uppi í Hraunbæ 105. Það var æðislega gaman,“ segir hann og lýsir partíinu nánar. „Það kom hópur úr Ellyjarsýningunni og tók lagið. Svo gáfu pabbi og mamma okkur uppistand með Ara Eldjárn í afmælisgjöf. Honum fannst það sniðugt að gefa afmælisgjöf sem ekki væri hægt að skila. Ari sló alveg í gegn. Var alveg hápunkturinn. Svo er ein kona í bænum sem gerir snittur og brauðtertur upp á danska móðinn, hún Guðrún Karólína hjá Smurbrauðsstofu Silju. Hvort tveggja var sko algert listaverk og okkur fannst það líka vel við hæfi að vera með svona mikið af brauðtertum í áttræðisafmælinu!“

Þó svo stórafmælið beri nú upp á laugardag segir Björgvin Franz það bara verða aukagleðning. „Ég verð náttúrulega að vinna eins og alltaf en ég mun hitta vini mína og borða með þeim einhvers konar þakkargjörðarmáltíð. Það verður fínt.“

Björgvin Franz hefur nóg að gera í leikhúsinu. Hann slær í gegn í ýmsum hlutverkum í sýningunni Elly, meðal annars sem Raggi Bjarna. Það er ekkert lát á vinsældum þeirrar sýningar og eflaust fá einhverjir miða á hana í jólagjöf. „Svo er alltaf eitthvað af litlum verkefnum inn á milli hjá mér, fyrir utan að vera fjölskyldufaðir,“ segir hann og er í framhaldinu spurður um barnafjölda á heimilinu. „Við eigum eina dóttur sem er að verða níu ára og svo er önnur sextán. Byrjuðum svolítið snemma í barneignunum og erum glöð með það núna.“

gun@frettabladid.is

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, systir, mágkona og amma,

Jóna Fjalldal

hjúkrunarfræðingur,

lést á líknardeild Landspítalans 7. desember. Útför hennar fer fram frá Fossvogskirkju 29. desember klukkan 15. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Ljósið, endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra.

Halldór Arnarson — Ingibjörg Bjarnadóttir
Birgir Örn Arnarson — Kristjana Baldursdóttir
Þorvaldur Örn Arnarson — Hólmfríður Björk Pétursdóttir
Oddur Fjalldal — Katrín M. Bragadóttir
Guðrún Fjalldal — Héðinn Eyjólfsson
og barnabörn.

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,

Baldur Ragnarsson

rafvirkjameistari,
Vættagili 17, Akureyri,

lést mánudaginn 5. desember. Útförin fer fram í Glerárkirkju 18. desember kl. 13.30.

Fyrir hönd aðstandenda,
Þorgerður Fossdal
Thelma Baldursdóttir — Friðbjörn Benediktsson
Berglind Baldursdóttir — Eiður Magnússon
og barnabörn.

Elsku mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

Sólveig Ástvaldsdóttir

Lolley,
Hjallabraut 33,

lést á hjartadeild Landspítalans 2. desember.

Drífa Heiðarsdóttir — Jón Helgi Jónsson
Ásthildur Heiðarsdóttir
barnabörn og langömmubörn.

Okkar ástkæri bróðir og frændi,

Árni Guðbrandsson

frá Jörfa í Haukadal í Dalasýslu,

lést á hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, Akranesi, að morgni 5. desember sl. Útförin fer fram frá kirkjunni á Stóra-Vatnshorni í Haukadal þann 16. desember kl. 14. Aðstandendur þakka starfsfólki á Höfða fyrir einstaka umhyggju.

Fyrir hönd aðstandenda,
Eyþór H. Ólafsson

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Hjördís Hjörleifsdóttir

Stafnaseli 4, Reykjavík,

sem lést 29. nóvember sl. verður jarðsungin frá Seljakirkju þriðjudaginn 12. desember kl. 13.

Ástþóra Kristinsdóttir — Magnús Eiríksson
Anton Á. Kristinsson — Helga Sveinsdóttir
Hjörleifur Kristinsson — Bára Hafsteinsdóttir
Kristinn Á. Kristinsson — Hrund Grétarsdóttir
Hulda S. Kristinsdóttir — Jón Ólafur Jóhannesson
ömmu- og langömmubörn.

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðrún Matthildur Sigurbergsdóttir

Skólavegi 22, Keflavík,

sem lést fimmtudaginn 23. nóvember, verður jarðsungin frá Keflavíkurkirkju mánudaginn 11. desember klukkan 13.

Jón Björgvin Stefánsson
Sigurberg Jónsson — Dagbjört Nanna Jónsdóttir
Stefán Jónsson — María Sigurðardóttir
Jóhanna Jónsdóttir
Ásbjörn Jónsson — Auður Vilhelmsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

698
kr. 375 g

Rjúpa
Bretland, 375 g, frosin

BÓNUS ALLRA LANDSMANNA

398
kr. 1 kg

Taveners Lakkrískonfekt
1 kg

Aðeins
100kr.
flaskan

598
kr. kippa

Coka-Cola Kippa
Gler, 6x250 ml

159
kr. 330 ml

Egils Malt og Appelsín
Gler, 330 ml

119
kr. 275 ml

Egils Appelsín
Gler, 275 ml

159
kr. 330 ml

Egils Malt
Gler, 330 ml

1kg

1.598
kr. 1 kg

Ungversk Gúllassúpa
1 kg

Matarmiklar súpur
FULLELDAÐAR
Aðeins að hita

1.598
kr. 1 kg

Mexíkósk Kjúklingasúpa
1 kg

1l

1.498
kr. 1 l

Gríms humarsúpa
Grunnur, 1 lítri

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Metsölubækurnar á betra verði í BÓNUS*

*Samkvæmt verðathugun Fréttablaðsins, 4. des sl.

Gjafakort Bónus

VINSÆLASTA JÓLAGJÖFIN Í BÓNUS

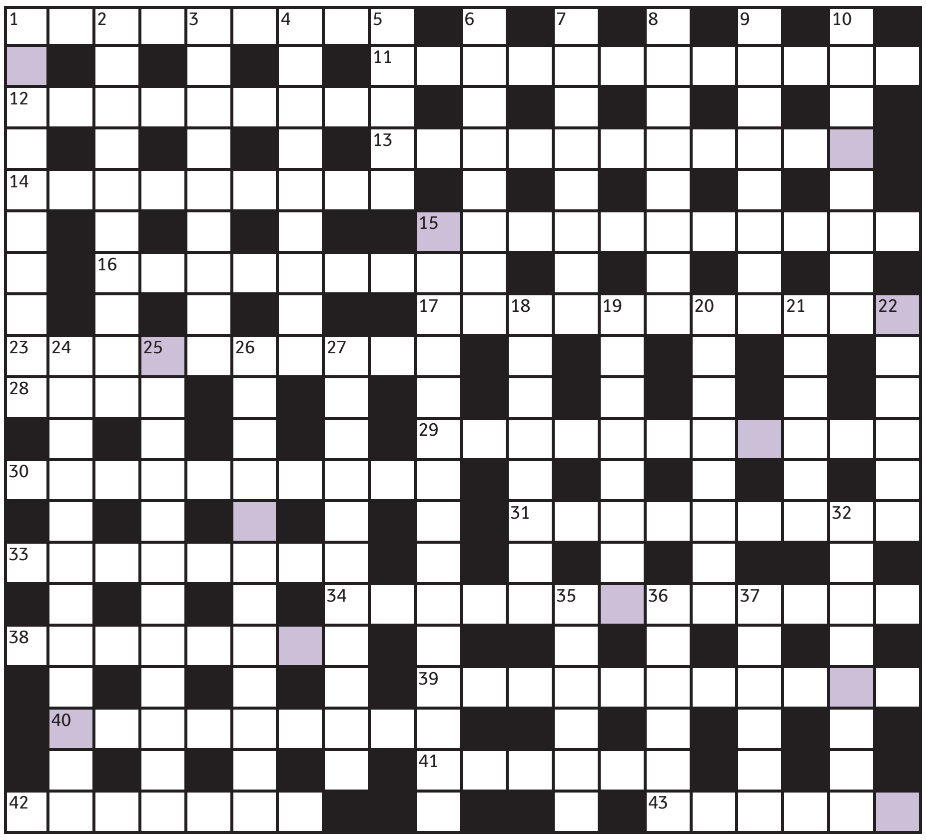
Gjöf sem kemur að góðum notum fyrir alla

Gjafakortið fæst til afgreiðslu í öllum verslunum Bónus

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Opnunartími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00
Bónus Smáratorgi: Mánudaga-Fimmtudaga; 10:00-19:00 • Föstudaga-Laugardaga; 10:00-19:30 • Sunnudaga; 11:00-18:00

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

SKJALDKIRTILL

L	I	S	T	A	V	E	R	K	A	N	N	A		S		Á		T	
A		É		Ð				R				F	I	N	N	S	K	A	R
N	O	R	Ð	A	U	S	T	A	N	Á	T	T		E		T		U	
D		I		L		T		F		V		A	U	R	A	V	A	T	N
M	A	N	N	S	K	R	A	T	T	I	N	N		T		I		U	
A		N		T		A		A		N		B	L	I	K	N	A	Ð	I
N	Í	G	E	R	Í	U	S	V	I	N	D	L		S		Á		U	
N		A		Æ		M		E		I		Æ	S	K	U	T	Í	M	A
A		N	Á	T	T	F	Ö	R	I	N		S		J		T			R
L		G		I		R		K		G			N	Á	M	U	N	U	M
A	R	I	N	S	K	E	R	S	L	I			Æ		J		Ý		H
U		N				K			E	N	D	A	S	T	Ö	Ð	V	A	R
G	A	N	G	B	R	A	U	T	I	N	A		T		L		I		I
A			U		Í		M		Ð		L	Í	F	S	S	Ó	L	I	N
R	U	S	L	S	K	Ú	F	F	A		A		Y		E		L		G
	M		L		I		L		R	Ú	M	F	R	E	K		I		A
F	L	O	K	K	S	H	O	L	L		A		S		K	Ó	N	A	R
	I		O		T		T		O	F	N	Ý	T	T	U		G		N
S	T	Ó	R	Y	R	T	I		K		N		U		R	Ó	A	Ð	I
	I		N		Ú		Ð		A	T	A	Ð	R	A			R		R

LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt upp birtist kvikmynd. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 15. desember næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „9. desember“.

FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Búrið** eftir **Lilju Sigurðardóttur** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Ingólfur Karlsson, 110 Reykjavík.**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Ekki súrir þótt þeir komist ekki á jólamarkað, þvert á móti! (9)
11 Sá bíræfni snupraði engan fyrirfram (12)
12 Leikfang stórfljóts markar upphaf Niflungahringsins (9)
13 Umbúðir ögra þeim sem hörfar (11)
14 Allra þjóða kvikindi eru fullkomlega íslensk (9)
15 Kveikjum kuldastraum með þar til gerðum sögum (11)
16 Hún á þann smæsta sem talað er um (9)
17 Letrum fliss fyrir það sem grópað er silfri í uppnámi (11)
23 Frumrölt er sem svaðabrim (10)
28 Rýna í þvagræsikerfi kroppsins (4)
29 Þessi velur alltaf rétta bareflið fyrir mig (11)
30 Þessi málari er á skrá (10)
31 Fjársjóður dembu og dýrlegs trés en eitraðs (9)
33 Fullt hús matar fyrir ólofaða sem ekki bítur (8)
34 Nota mál eðalmálmsins um grafíkverkið (13)
38 Hæ Sunna, vek ég þessa ringluðu dömu eða þú? (8)
39 Meindýrið í startaranum er fyrirlitið en vekur þó ótta (11)
40 Hinn erfiði texti þvældist ekki fyrir óstundvísri (9)
41 Höfðum það gott, enda sýndi lífið miskunn (6)
42 Stöðva perúskt afbrigði af búddisma? (7)
43 Ek vörubíl með verulegu afli (6)

LÓÐRÉTT

1 Grefur einkalóð (10)
2 Töluverður spotti sem allir hafa beðið eftir (10)
3 Hélt á brúsanum þrátt fyrir allt vælið (9)
4 Eimaði spíra milli engja fjárbænda (9)
5 El róg um værukær en fer stafavillt (5)
6 Stormþráður ber vott um óstöðugleika (8)
7 Þarf tilvist kærleika að innihalda sex? (8)
8 Svona skrudda kemst í litla lummu (8)
9 Draga þau dár að oss með spesíum? (8)
10 Leiðslur fyrir spjátrung og önd (8)
15 Skrokkurinn í slagnum var æsandi (15)
18 Viskí og ákavíti eru frískandi vökvar (8)
19 Kraftaverk og dauði heilla sumstaðar nýjungagjörn (8)
20 Greinir að ákveðinn varningur er spes (8)
21 Þetta stykki er aðskilið öðrum, um það er algjör samstaða (6)
22 Það er bara rugl að steinn sé íþrótt (6)
24 Ítölsk skellinaðra með hníf er skaðræðiskvikindi (12)
25 Erfum ekki skapið við tuddann sem átti besta bitann (12)
26 Reiður rúmar ekki meiri reiði (12)
27 Ein neyð hrakti hina í faðm snoðskalla (11)
32 Ritverk um bróður hans Manna (8)
35 Röðum drekum og segjum þeim til (6)
36 Víst var talað um það sem talað var um (6)
37 Klikkuðu á því sem stungið var á (6)

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Skák Gunnar Björnsson

Páll Agnar Þórinsson (2.273) átti leik Erik Ronka (2.287) á EM taflfélaga fyrr í haust.

Hvítur á leik

28. Rxb7! Dxb7 29. Re5! Dc8 30. Rxd7 Rxd7 31. Bd5+ Kh8 32. De6 Ke7 33. De7+ Kh8 34. b5! axb5 35. cxb5 g5 36. b6! Bh5 37. b7 De8 38. Dxe8+ Bxe8 39. Bc6! Rb8 40. Bxe8 1-0.

Jólaskákæfing TR fer fram í dag. **www.skak.is.** London Chess Classic.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

ÓVERÐSKULDAÐ TAP

Sveit PwC vann yfirburðasigur í parasveitakeppninni sem fram fór um síðustu helgi. Sveit PwC endaði með 197,90 stig en sveitin sem endaði í öðru sæti (Stubbar og slemmur) var með 172,50 stig. Spilarar í sveit PwC voru Ljósbrá Baldursdóttir, Matthías G. Þorvaldsson, Hjördís Sigurjónsdóttir og Kristján Blöndal. Sveitin vann alla leiki í mótinu, utan þess síðasta (sem skipti ekki máli um lokaúrslitin um efsta sætið). Ein af meginástæðum tapsins var þessi ágæta hálfslemma sem Hjördís og Kristján náðu í sögnum í lokaleiknum. Vestur var gjafari og allir á hættu:

Norður
♠ ÁKD95
♥ Á
♦ 2
♣ ÁD7532

Vestur
♠ 2
♥ K83
♦ ÁD1075
♣ G1096

Austur
♠ 10643
♥ D10542
♦ G984
♣ -

Suður
♠ G87
♥ G976
♦ K63
♣ K84

Hjördís og Kristján sátu í NS í þessu spili. Eftir pass frá vestri opnaði Hjördís á sterku einu laufi (16+) á norðurhöndina með miklu skiptinguna. Hjördís var með á hreinu hvernig hún myndi meðhöndla hana. Kristján svaraði á einu grandi (8+ og jafnskipt hönd) á suðurhöndina, Hjördís sagði 2 ♠, Kristján 4 ♠ og Hjördís stökk einfaldlega í 6 ♣ sem Kristján breytti í 6 ♠. Einfaldar og stílhreinar sagnir fyrir slemmu sem var góð. Hins vegar var 4-0 legan í laufinu sem hnekkti henni. Ekki var sögð slemma á hinu borðinu í leiknum og andstæðingar PwC græddu því óverðskuldað 17 impa á þessu spili.

GLEÐILEG SPILAJÓL!

ÉG VEIT!

Hversu margar knattspyrnuhetjur getur þú nefnt?
Hvað þekkir þú margar frægar kvikmyndastjörnur?
Hljómar einfalt en tíminn er naumur...
ÉG VEIT! er stútfullt af skemmtilegum og óvæntum efnisatriðum sem reyna á ímyndunaraflið og hraða spilara.
Til að vinna þarf að hitta á orðin sem talin eru upp á spjöldunum og veðja á getu annarra spilara.

FRÁBÆR BORÐSPIL
FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA

MITT FYRSTA ALIAS

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

Getur þú útskýrt orð án þess að nota neinn hluta orðsins? Hugsaðu hvar þú hefur séð hlutinn áður, hversu stór hann er eða hvernig hann lítur út. Það er hægt að skemmta sér og auka orðaforðann í leiðinni.

Komdu með litríkum persónum í skemmtilegan orðaleik!

netto

KOMIN Í VERSLANIR!

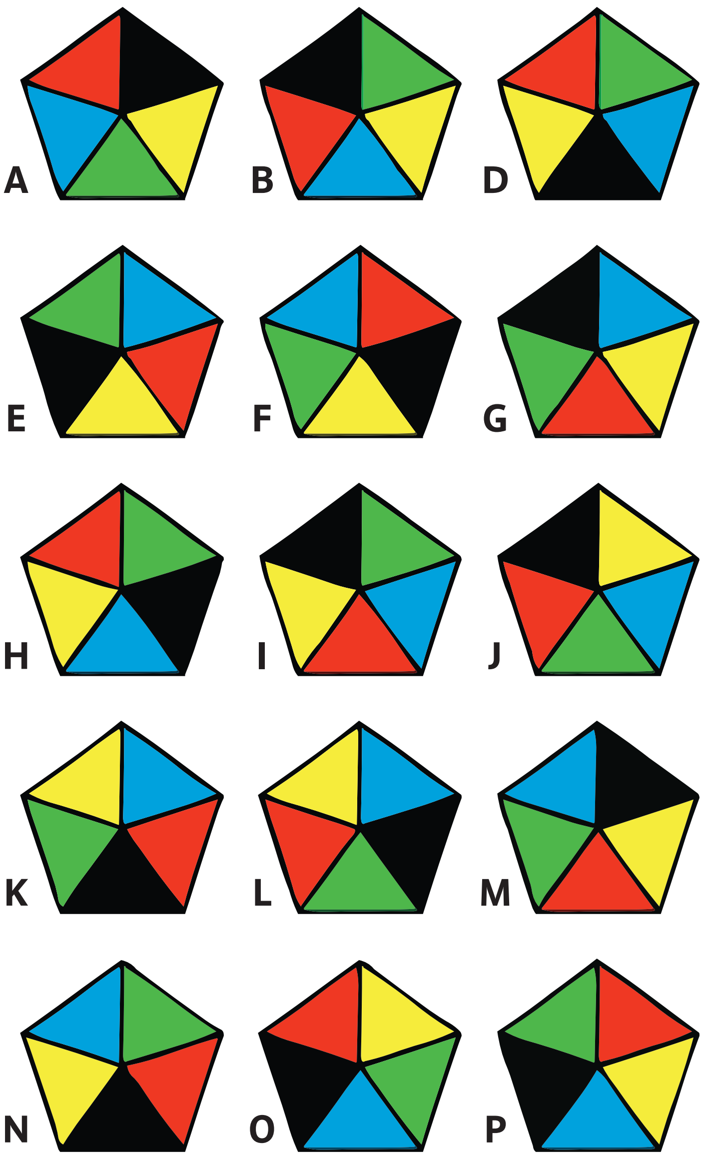
KRAKKAR

Konráð og félagar á ferð og flugi 279

„Þessi gáta er snúin,“ sagði Kata hugsi.

„Hér stendur, allir fimmhyrningarnir eru þör nema einn. Finndu þann sem er ekki eins og neinn annar.“

„Við reynum samt,“ sagði Lísaloppa. „Auðvitað,“ sagði Kata. „Alltaf að reyna.“



Getur þú fundið hvaða fimmhyrningur er ekki eins og neinn annar?

Finnur Atli Kolbeinsson.

Cristiano Ronaldo bókin er best

Hann Finnur Atli Kolbeinsson er sex ára gamall og er forfallinn fótboltaáhugamaður, eins og fleiri strákar. En fyrst þetta:

Í hvaða skóla ertu og hvað finnst þér skemmtilegast að læra þar? Ég er í Melaskóla og mér finnst skemmtilegast að fara í smiðju, reikna og fara í leiki.

Ertu í tónlist eða íþróttum eftir skóla – og þá hverjum? Ég spila fótbolta með KR og svo er ég að læra á píanó.

Áttu þér uppáhaldslið erlendis? Manchester United.

Hvaða fótboltamaður er bestur að þínu mati? Cristiano Ronaldo, hann var einu sinni í United og það væri betra ef hann væri enn þá þar.

Ertu byrjaður að æfa jólalög í skólanum eða heima? Í skólanum og heima. Snæfinnur snjókarl er uppáhaldsjólalagið mitt.

Hvernig leikföng leikur þú þér mest með? Fótbolta, ég er alltaf að spila fótbolta.

Hvaða bók er best? Cristiano Ronaldo bókin. Þar sést hvað hann borðar hollan mat.

Hvað gerir þú helst um helgar? Fer að spila fótbolta með pabba eða leika mér með mömmu.

Hvað langar þig að verða þegar þú verður stór? Fótboltamaður hjá íslenska landsliðinu og Manchester United.

Jólaföndur

Pappa-piparkökukarlar

Það getur verið skemmtilegt að prófa að skreyta piparkökukarla og -kerlingar á annan máta en með sykurbráð. Á vefsíðunni www.mominspiredlife.com er að finna skemmtilega hugmynd. Nefnilega þá að skreyta piparkökukarla og -kerlingar úr pappa með litríku skrauti.

Þetta þarf til:
- Bylgjupappi
- Skæri
- Piparkökukarlamót
- Blýantur
- Lím
- Skrautsteinar
- Tölur
- Skraut sem má nota fyrir augu

Aðferð:
Notið piparkökumót til að strika eftir á brúnan pappa. Best er að hafa hann ekki of þykkan svo það sé léttara verk að klippa eða skera út. Fáið mömmu eða pabba til að hjálpa til. Límið augu, tölur og annað skraut á karlinn.

Hér má sjá hvers konar skraut gæti verið sniðugt í föndrið.

Lausn á gátunni

SVAR: O

Jólakvæðið

Segja vil ég sögu
af sveinunum þeim,
sem brugðu sér hér forðum
á bæina heim.
Þeir uppi á fjöllum sáust,
– eins og margur veit, –
í langri halarófu
á leið niður í sveit.
Jóhannes úr Kötlum

Grýla var þeirra móðir
og gaf þeim tröllamjólk,
en pabbinn Leppalúði,
– það var leiðindafólk.

Þeir jólasveinar nefndust,
– um jólin birtust þeir.
Og einn og einn þeir komu,
en aldrei tveir og tveir.
Þeir voru þrettán
þessir heiðursmenn,
sem ekki vildu ónáða
allir í senn.
Að dyrunum þeir læddust
og drógu lokuna úr.
Og einna helzt þeir leituðu
í eldhús og búr.
Lævísir á svipinn
þeir leyndust hér og þar,
til óknyttanna vísir,
ef enginn nærri var.
Og eins, þó einhver sæi,
var ekki hikað við
að hrekkja fólk – og trufla
þess heimilisfrið.

Þeir fara að tínast af fjöllum í næstu viku, sveinarnir.

MIKAEL TORFASON SLÆR Í GEGN

★★★★★

Mikael er einlægur, opinn og kemur hreint fram í þessari fantagóðu bók! Hann fékk mig til að gráta, hlægja, reiðast og stundum allt í sama kaflanum.

Kolbrún Ósk Skaftadóttir
bóksali

Virkilega vel skrifuð saga og grípandi. Einlæglega miskunnarlaus en samt svo full af hlýju. Takk fyrir allan kærleikann og hugrekkið sem þarf til að segja svona sögu.

Jón Gnarr

Efni syndafallsins er mergjað og mannlýsingarnar með. Bók sem heldur lesandanum við efnið frá upphafi til enda.

Steinunn Sigurðardóttir

Það sem er svo heillandi við frásögnina er hvað hún er hreinskilin og heiðarleg.

Marta María Jónasdóttir

Stórkostlega skrifuð bók.

Sigmundur Ernir Rúnarsson

★★★★★

Bókin er afar falleg og manni þykir ósjálfrátt vænt um hana. Og efnið svíkur svo sannarlega ekki.

Reynir Traustason
Stundin

★★★★

Syndafallið er í senn kraftmikið uppgjör og einlæg ástarjátning höfundar til breyskra en afar forvitnilegra persóna.

Magnús Guðmundsson
Fréttablaðið

1. SÆTI
AÐALBÓKSÖLULISTINN
– ÆVISÖGUR –

Bókin er svo góð … maður eiginlega bara klappar fyrir höfundinum.

Kolbrún Bergþórsdóttir
Kiljan Rúv

★★★★½

Skelfileg en falleg saga, full af sársauka og átökum, elskusemi og æðruleysi. Sagan sem Mikael er að segja okkur er mikilvæg og hana ættu allir að lesa.

Hildigunnur Þráinsdóttir
Morgunblaðið

Syndafallið er áleitin saga föður höfundar, falleg og nærgöngul þannig að lesandinn sogast inn í skrautlega en elskulega fjölskyldusögu sem lætur engan ósnortinn. Saga um að skilja og elska fjölbreytileikann.

Katrín Jakobsdóttir

Saga um dauða full af lífskrafti, ást og mögnuðum mannlýsingum. Stundum er lífið mesti skáldskapurinn og þessi saga er vitnisburður um það.

Auður Jónsdóttir

Frásögnin smýgur gegnum merg og bein. Hún er ógnandi og fögur í senn.

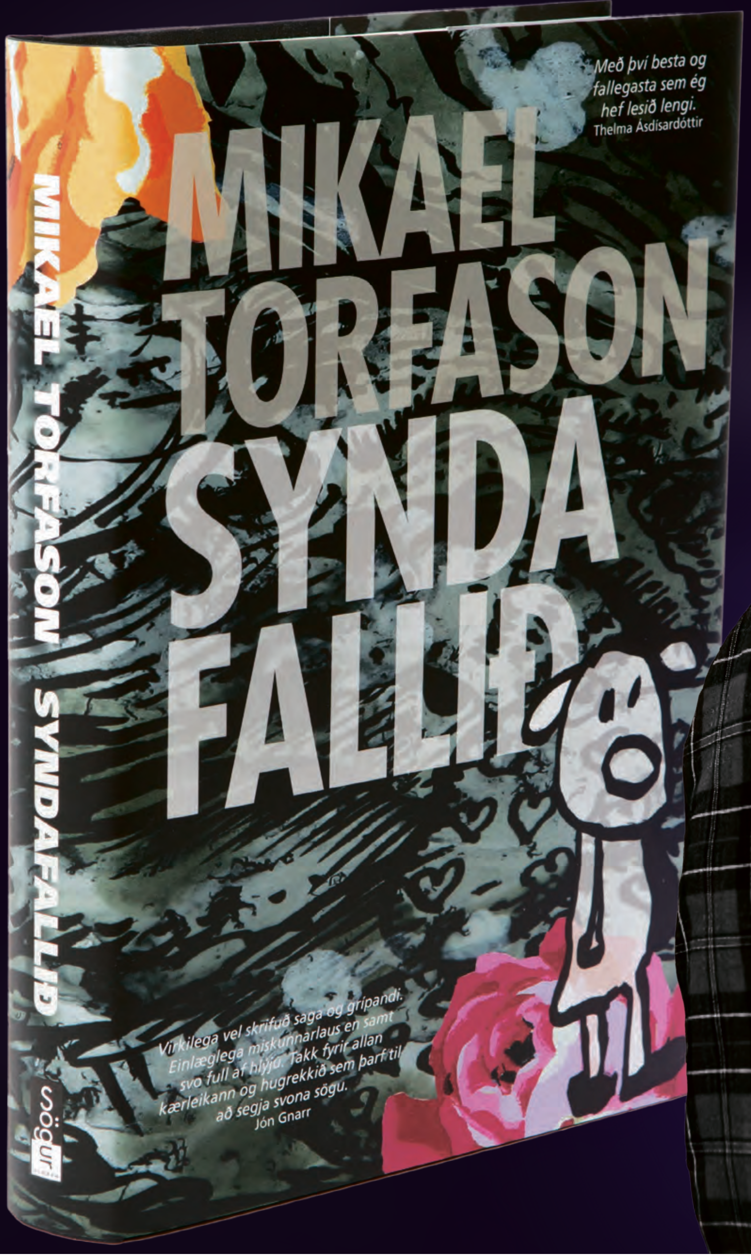
Vigdís Grímsdóttir

Með því besta og fallegasta sem ég hef lesið lengi.

Thelma Ásdísardóttir

Þetta er stórkostleg bók.

Frosti Logason
Harmageddon

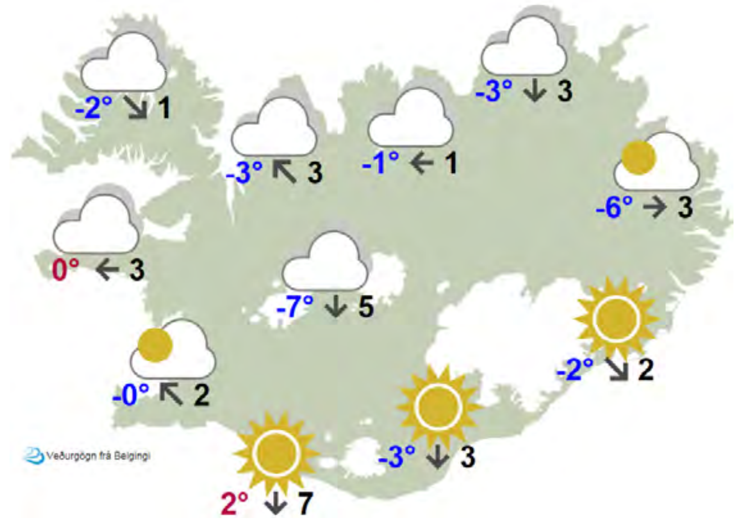


VINSÆLASTA ÆVISAGAN

Sögur ÚTGÁFA

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Laugardagur



Norðvestan 8-15 m/s austan til á landinu í dag, en hægari vindur um landið vestanvert. Skýjað og úrkomulítið um landið norðaustanvert, en léttir til í öðrum landshlutum. Kalt í veðri.

Heimurinn

Kaupmannah. 5°	Oslo 3°	Stokkhólmur 3°	Gautaborg 6°	Helsinki 3°	Þórshöfn 1°	Nuuk 2°
London 3°	Amsterdam 4°	París 5°	Berlín 4°	Madríd 12°	Brussel 3°	Róm 11°
Boston 1°	New York 0°	Orlando 15°	Moskva 0°	Singapúr 26°	Tókýó 3°	Sydney 17°

Reykjavík

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-3° ↙6	-2° ←4	2° ↖17	2° ↖1	1° ↖2

Ísafjörður

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-7° ↑2	-7° ↑2	-4° ↖7	-3° ←4	-6° ↖4

Akureyri

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-5° ↘7	-6° ↘2	-4° ↖3	-4° ↑2	-5° ↓1

Egilsstaðir

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-3° ↘13	-2° ↘9	-4° ↑2	-2° ↙2	-5° ↘4

Kirkjubæjarklaustur

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-5° ↓8	-4° ↓6	-0° ←7	0° ↙8	-3° ↘6

ALUPROF GEZE

Bjóðum upp á sjálfvirkan hurðaopnunarbúnað, hringhurðir, hurðir og gluggakerfi ásamt uppsetningu og viðhaldi á búnaði.

Áratuga reynsla.

Framúrskarandi fyrirtæki 2012-2015

JÁRN&GLER
Járn & Gler hf. • Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin
104 Reykjavík • S. 58 58 900 • www.jarngler.is

Bros auglýsingavörur með þínu merki

Skoðaðu litríkt úrval á bros.is

Bros auglýsingavörur,
Norðlingabraut 14.

BROS AUGLÝSINGAVÖRUR – með þínu merki

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

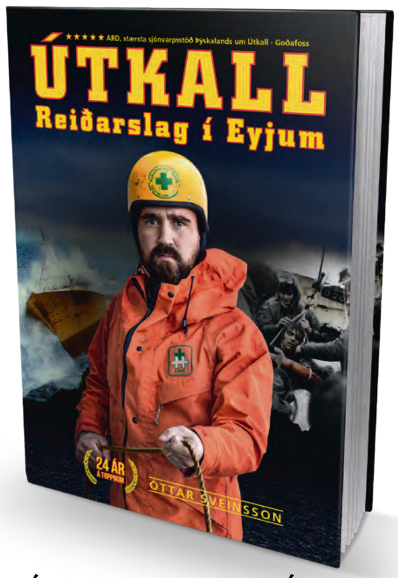
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

markhönnun ehf

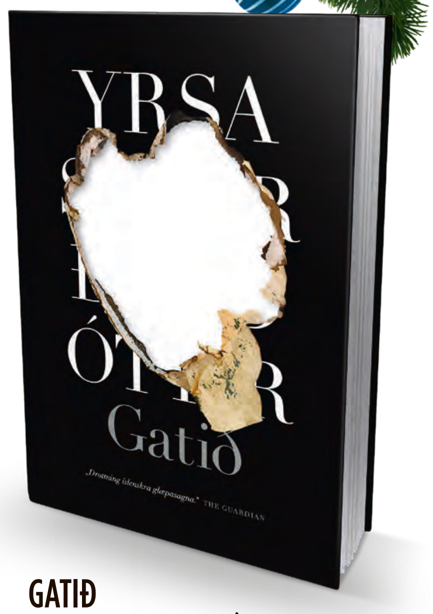
nettó

VEFURINN
MAGNÚS ÞÓR HELGASON
3.849 KR STK

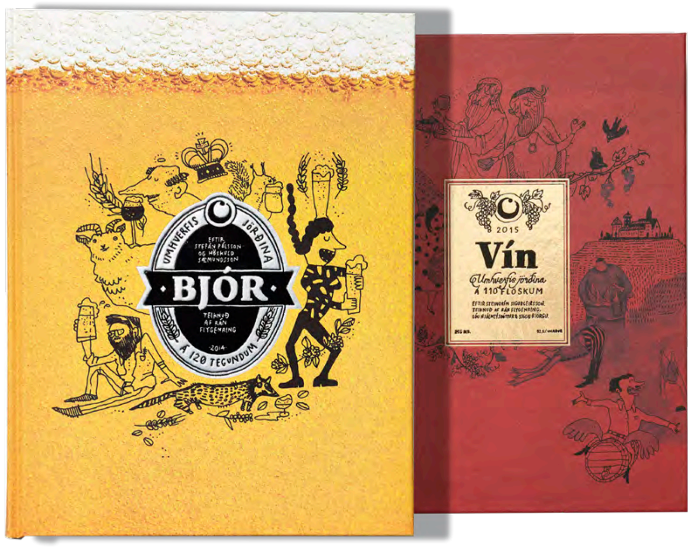
ÞAÐ SEM DVELUR Í ÞÖGNINNI
ÁSTA KRISTRÚN RAGNARSDÓTTIR
4.549 KR STK



ÚTKALL - REIÐARSLAG Í EYJUM
ÓTTAR SVEINSSON
4.549 KR STK

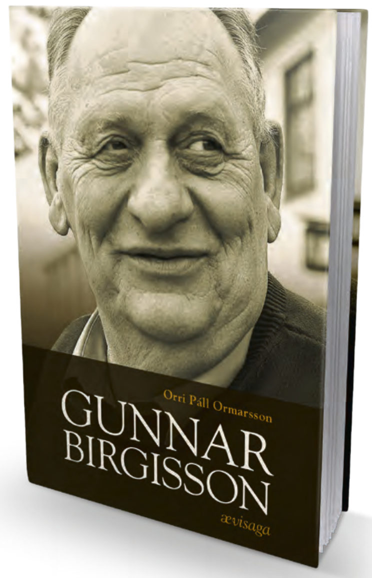


GATIÐ
YRSA SIGURÐARDÓTTIR
4.199 KR STK

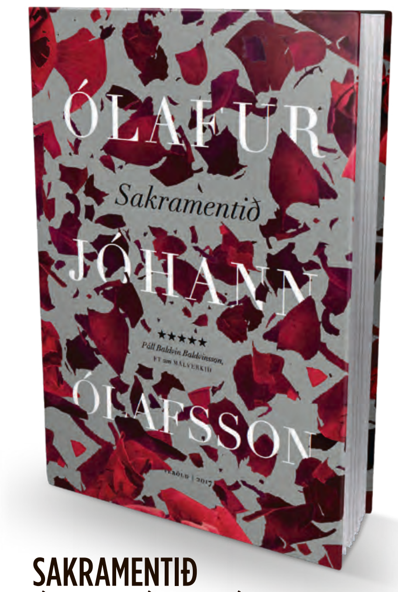


BJÓR & VÍN
4.499 KR STK

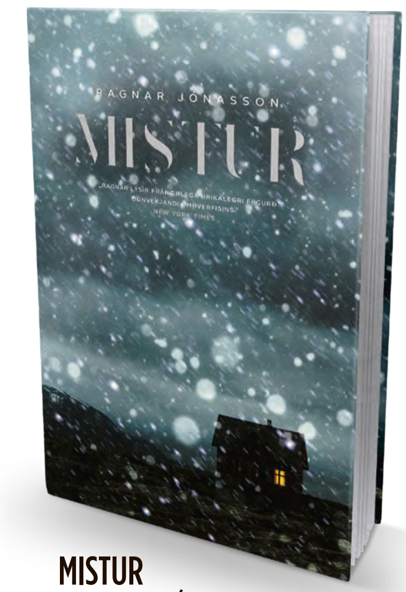
RÖKKURSÖGUR
DISNEY SÖGUSAFN
2.659 KR STK



GUNNAR BIRGISSON ÆVISAGA
ORRI PÁLL ORMARSSON
4.949 KR STK



SAKRAMENTIÐ
ÓLAFUR JÓHANN ÓLAFSSON
4.199 KR STK

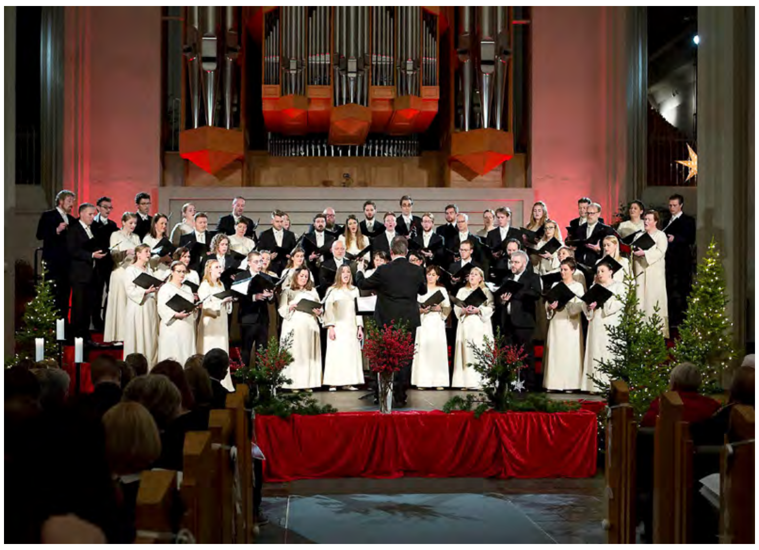


MISTUR
RAGNAR JÓNASSON
4.199 KR STK

RÚNA - ÖRLAGASAGA
SIGMUNDUR ERNIR RÚNARSSON
4.619 KR STK

Tilboðin gilda 9. - 10. desember 2017 www.netto.is

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

Búðakór • Grandi • Mjódd • Salavegur • Hafnarfjörður • Hrísalundur • Glerártorg • Húsavík • Höfn • Iðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss

Félagar í Mótettukórnum lögðu hugmyndir í púkk sem Hörður valdi úr.

Óskalög Mótettukórsins

Stemningin verður hátíðleg í jólaskreyttri Hallgrímskirkju um helgina," segir Katrín Sverrisdóttir, nýr formaður Mótettukórs Hallgrímskirkju, en hinir árlegu jólatónleikar kórsins verða haldnir í dag klukkan 17 og aftur á morgun á sama tíma. Einsöngvari er Elmar Gilbertsson tenór, Björn Steinar Sólbergsson leikur á orgel og Hörður Áskelsson stjórnar.

Yfirskriftin að þessu sinni er O magnum mysterium eða Hið mikla undur. Efnisskráin endurspeglar það. Þar eru ýmsar jólalagaperlur sem Katrín segir langt síðan kórinn hafi sungið.

„Við gerðum þetta þannig núna að kórfélagar máttu koma með sín óskalög, hugmyndir og tillögur. Svo var valið úr þeim, Hörður hafði umsjón með því. Við ákváðum líka að biðja hann Elmar að vera með okkur, hann hefur gert það áður. Bæði syngur hann með okkur nokkur lög, eða öllu heldur við með honum því hann er þar í aðalhlutverki en við tökum undir í viðlögunum, og svo syngur hann líka einn." **– gun**

Samfélagsrýni sem saknar snerpu og stíls

BÆKUR

Perlan: Meint skinkuvæðing íslensku kvenþjóðarinnar í kjölfar efnahagshrunsins

★★★☆☆

Birna Anna Björnsdóttir
Útgefandi: Bjartur
Kápa: Ragnar Helgi Ólafsson
Prentun: Bookwell Digital, Finnlandi
215 blaðsíður

Það voru undarlegir tímar sem tóku við á Íslandi í kjölfar efnahagshrunsins. Það var spenna í andrúmsloftinu enda voru það ekki aðeins bankarnir sem hrundu heldur ekki síður hin karllæga hugmyndafræði um að græða á daginn og grilla kvöldin. Gildismat sem setur peninga öllu ofar í samfélagi þar sem allt er réttlætanlegt í krafti þess að græða meiri pening án tillits til mögulegra afleiðinga þess fyrir aðra.

Þetta er andrúmsloftið sem ríkir á Íslandi þegar Perla, aðalpersóna skáldsögunnar Perlan: Meint skinkuvæðing íslensku kvenþjóðarinnar í kjölfar efnahagshrunsins, ákveður að taka sig upp í kjölfar sambandsslita og flytja til New York. Perla flytur að einhverju leyti þennan þankagang með sér en þegar spariféð þrýtur við NY dvölina grípur hún til þess ráðs að reyna að slá í gegn sem lífsstílsbloggari. Lífsstíllinn gengur aðallega út á næturlífið og Perla slær auðvitað ekki í gegn í stórborginni en verður þó að skemmti- og afþreyingarefni fyrir íslenska fjölmiðla um nokkurt skeið. Þegar nafn Perlu dúkkar upp að nýju einhverjum árum síðar, en þá á vitnalista í tengslum við stríðsglæpi eftir áralanga þögn, kviknar áhugi fjölmiðla að nýju sem leiðir til þess að Perla þarf að skoða fortíðina.

Þessi flétta er skemmtileg hugmynd þar sem hún gefur færi á því að skoða ákveðinn hugmyndaheim, bæði einstaklings og samfélags, á gjörólíkum tímum þó ekki líði nema örfá ár þar á milli. Rannsóknin sem Birna Anna leggst í innan þessarar sögu er forvitnileg femínísk könnun á samfélagi þar sem konur eru léttvægt viðfang fjölmiðla og samfélagsmiðla. Könnun á eðli þessa samfélags, valdastrúktúr og verðmætamati og þessi skoðun er um margt afar forvitnileg lesning. Það er í raun þannig að þessi samfélagslega skoðun er sterkasti þáttur bókarinnar því þar koma fram ýmsar spurningar varðandi stöðu kvenna í nútíma samfélagi, hugmyndir samfélagsins um þær og þannig mætti áfram telja. Allt pælingar sem tala beint inn í samtíma okkar, ekki síst út frá umræðunni um stöðu kvenna sem hefur vonandi ekki farið fram hjá nokkurri hugsandi manneskju síðustu misserin.

En það er vandratað á milli þessara samfélagslegu pælinga og að skapa á sama tíma sterkt og gott bókmenntaverk. Þar hefði höfundi getað tekist betur upp því það eru ákveðnir gallar á verkinu í bókmenntalegu tilliti. Frásögnin er á stundum helst til langdregin og hefði öll mátt vera í senn þéttari og léttari. Rétt eins og stíllinn sem skortir dálítið upp á snerpu og lipurð. Það er alls ekki svo að þetta sé alslæmt – langt frá því en tilfinningin við lesturinn segir manni að þetta sé kannski helst spurning um þjálfun sem kæmi til með að efla stílfærni og snerpu. Vandinn er að hugmyndafræðileg nálgun er nefnilega dálítið öðruvísi, sem er vissulega jákvætt því fjölbreytnin er af hinu góða, en það þarf að gæta að textanum sjálfum. Ef höfundur nær að framleiða betri bókmenntatexta þá mun hugmyndafræðin skila sér enn betur.

Magnús Guðmundsson

NIÐURSTAÐA: Hugmyndafræðilega forvitnilegt verk sem hefði notið góðs af þéttari frásögn og snarpari stíl.

AÐEINS Í HALLARMÚLA
ÝMIS GÓÐ TILBOÐ AF FLOTTUM VÖRUM
25% AFSLÁTTUR
BLEK & DUFT
BLEKIÐ ER Í PENNANUM
ÖLL PÚSLUSPIL
BLEKSPRAUTUPAPPÍR
30% afsláttur
Borðspil - Beint í mark
TILBOÐSVERÐ: 5.599.-
Verð áður: 7.999.-
40% afsláttur
30% afsláttur
ÖLL JÓLAKORT
40% afsláttur
ALLIR STAEDTLER LITIR
40% afsláttur
ALLAR BARNABÆKUR
25% afsláttur
Pelikan PENNAR
ALLT UTAN UM JÓLAPAKKANN
50% afsláttur
ALLAR HANDFARANGURSTÖSKUR
30% afsláttur
30% afsláttur
MUNDU EFTIR GJAFAKORTI PENNANS EYMUNDSSON!
OPIÐ UM HELGINA í HALLARMÚLA!
OPIÐ LAU: 10:00 - 17:00
OPIP SUN: 13:00 - 17:00
Penninn Eymundsson
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is
Tilboð og vildartilboð gilda einungis í verslun okkar Hallarmúla 2. Gildistími tilboðsverða er til og með 10. desember eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

„Í kennslunni hef ég alltaf lagt meiri áherslu á það hagnýta en fræðilega,“ segir Halldór. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR ÁRNASON

Ekkert yfirnáttúrlegt – bara praktískt atriði

Í bókinni Þá er ástæða til að hlæja er skyggnst inn í líf Halldórs Haraldssonar píanóleikara. Fyrstu tilsögn í spilamennsku fékk hann hjá móður sinni, fór fljótt að spila eftir eyranu og vildi síður læra nótur en móðirin var ströng og gaf sig ekki.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Þegar Halldór Haraldsson píanóleikari er plataður í viðtal um nýju bókina sem Jónas Sen, kollegi hans, ritaði er hann fyrst spurður út í titilinn. Þá er ástæða til að hlæja. Hvernig skyldi hann tilkominn? „Þetta er síðasta setningin í bókinni,“ segir Halldór. „Mín hugmynd var að hafa titilinn Þetta er praktískt atriði. Það kom mér nefnilega á óvart þegar nemendur í Listaháskólanum voru spurðir á skemmtun hvað kennarar þeirra segðu oftast og einn nemandi minn svaraði: Þetta er praktískt atriði. En í kennslunni hef ég alltaf lagt meiri áherslu á það hagnýta en fræðilega. Fólkinu sem stendur að bókinni með mér fannst þessi titilhugmynd of prívat og sagði að enginn mundi skilja samhengið. En bókin byrjar á fyrstu minningu minni frá því þegar ég var þriggja ára, sitjandi hlæjandi í sófa í stofunni og síðasta setningin er tilvísun í hana. Enda er húmor í bókinni.“

Það passar. Margar skemmtilegar sögur eru í bókinni, frásagnir af ferðalögum, fjölskyldunni og öðru samferðafólki og auðvitað tónlistarferlinum. Halldór lýsir líka erfiðum stundum í lífinu, sorglegum systurmissi og sviplegu andláti föður.

EN BÓKIN BYRJAR Á FYRSTU MINNINGU MINNI FRÁ ÞVÍ ÞEGAR ÉG VAR ÞRIGGJA ÁRA, SITJANDI HLÆJANDI Í SÓFA Í STOFUNNI OG SÍÐASTA SETNINGIN ER TILVÍSUN Í HANA. ENDA ER HÚMOR Í BÓKINNI.

Andleg leit hans gengur líka eins og rauður þráður gegnum bókina. Hann hefur verið óþreytandi að efla vitundina enda segir hann tónverk oft sprottin úr vangaveltum um huldar víddir tilverunnar. Hann hrífst meðal annars af kenningum heimspekingsins Krishnamurti. Á vorin þegar prófin voru búin kveðst hann hafa lesið rit hans og líkir því við að fara í ískalt sturtubað. „Krishnamurti tekur burt alla köngulóarvefi og er ögrandi, ég er ekki alltaf sammála honum en það er tært vatn sem hann býður upp á. Hann er einn þeirra höfunda sem ég hef lesið en er ekki allsráðandi á neinn hátt.“

Bók eftir Yogi Ramacharaka hafði líka sterk áhrif á hann, í henni er kafli um hvernig tónlistarmaður getur búið sig undir að koma fram. „Á lokatónleikum í skólanum var ég pikknervus að vanda en notaði aðferðir sem bent var á í bókinni og þegar ég settist við hljóðfærið var ég alveg pollrólegur. Ég hef kennt nemendum mínum aðferðina þegar þeir fara í lokapróf og hún virkar alltaf vel. Þetta er ekkert yfirnáttúrlegt, bara praktískt atriði!“ segir Halldór sem um tíma var formaður Guðspekifélags Íslands. Tekur fram að fólk geti verið andlega sinnað án þess að það tengist trúarbrögðum en hann hafi enga fordóma gagnvart þeim.

Víða hefur Halldór komið við á ferli sínum sem píanóleikari og nemendur hans skipta hundruðum. „Það koma enn til mín nemendur sem eru að fást við einstök verkefni. Ég hef gaman af því en ég er hættur að koma fram. Spilaði þó upptökur nýlega. Síðast lék ég opinberlega í Finnlandi 2005.“

Halldór er hamingjumaður í einkalífinu. Stóru ástinni, henni Sue, sem er hjúkrunarkona, gaf hann fyrst gaum á neðanjarðarlestarstöð í London þar sem hún var á leið í djassklúbbinn og fyrsti kossinn átti sér stað í skoðunarferð að Windsorkastala. Það var töfrastund. Halldór er svo heppinn að Sue heillaðist af Íslandi og var fús til að setjast hér að. „Þó raddir heyrðust um að millilandahjónabönd lukkuðust sjaldnast létum við það ekki á okkur fá,“ segir hann. „Síðar komst ég að því að af þeim karlkyns bekkjarfélögum sem útskrifuðust sama ár og ég úr Menntaskólanum í Reykjavík hafi 24 gifst erlendum konum, þannig að við vorum ekkert ein á báti.“

Kafli úr Þá er ástæða til að hlæja Kenderí í Köben

Tveim árum eftir að við Gunnar Kvaran og Guðný Guðmundsdóttir hófum formlegt tónleikahald undir nafni Tríós Reykjavíkur kom að því að við færum út fyrir landsteinana. Gunnar hafði búið svo lengi í Danmörku og þekkti þar marga leiðandi tónlistarmenn. Hann og Guðný skipulögðu ferðir okkar þangað næstu árin. Fyrsta ferðin okkar var síðla í nóvember 1990. Upphafstónleikar okkar voru í Sorgenfrikirkju í Kaupmannahöfn, en tveim dögum síðar áttum við að halda tónleika á vegum Natmandsforeningen í Konunglega danska tónlistarháskólanum.

Kvöldið áður var mér boðið í kvöldverð hjá Rönku frænku (sem lánaði mér grammófóninn sinn á sínum tíma) og Einari verkfræðingi, eiginmanni hennar. Við höfðum þá ekki sést í nokkur ár og þau höfðu frá mörgu að segja; þau höfðu m.a. verið í Afríku og Sádi-Arabíu. Þar sem kalt var úti buðu þau mér upp á Gammel Dansk. Með ljúffengri máltíð var forláta vín. Svo var áfram veitt vín og sagðar spennandi sögur í löngum runum. Glasið fylltist jafnóðum og það tæmdist. Þannig leið tíminn uns klukkan var orðin þrjú eftir miðnætti. Ég var þá farinn að finna vel á mér svo ekki var um annað að ræða en að gista hjá Rönku.

Planið var að taka lest snemma um morguninn og vera kominn í morgunverð í tæka tíð þar sem við í Tríóinu höfðum samanstað. Það var í stórri villu hjá gömlum vinkonum Gunnars, Ingeborg og Johanne, í Hillerød fyrir norðan

Tríó Reykjavíkur; Guðný Guðmundsdóttir, Halldór Haraldsson og Gunnar Kvaran.

Kaupmannahöfn rétt hjá Friðriksborgarhöll. Ingeborg var nærri níræð og hafði verið í frönsku andspyrnuhreyfingunni í París í síðari heimsstyrjöld og lærður kokkur af franska skólanum. Systir hennar, Johanne, var vel yfir nírætt.

Þar sem Ingeborg var svona fær kokkur vissi ég að morgunverðurinn sem Ingeborg bauð upp á gaf Babettes gæstebud hennar Karen Blixen ekkert eftir. Það var því til mikils að hlakka á meðan ég ferðaðist í lest frá Rönku og Einari.

Ég misreiknaði mig þó í einu: Snemma morguns var fólk á leið í vinnu og því tafðist ég svo mikið að Gunnar, Guðný og systurnar voru farin að óttast um mig. Er ég loksins birtist á tröppunum leit ég skuggalega út, grár og svo þunnur að sjá hefði mátt gegnum mig, sagði Gunnar mér síðar. Ég kvaðst ætla að æfa mig eftir morgunverð, en ekki varð mikið úr því, svo ég lagði mig. Gunnari og Guðnýju leist eðlilega ekkert á blikuna og sögðu bara: „Sjáumst í Konservatoríinu í kvöld.“ Þau signdu sig örugglega þegar ég sá ekki til.

Ég rataði í Konservatoríið um kvöldið fyrir tónleikana, enda hafði ég komið þangað áður og haldið þar tónleika. Á þessum tímapunkti var ég ekki alveg klár á því hvað þessi Natmandsforening sem stóð fyrir tónleikunum var. Líklega var það einhver klúbbur. En þegar ég var kominn upp baksviðs og sá hverjir voru þar nærstaddir, varð mér ljóst að þarna var saman komin elítan í dönsku tónlistarlífi; ég sá ýmsa þekkta prófessora við Tónlistarháskólann. Mér féll allur ketill í eld.

Við Gunnar og Guðný sögðum ekki orð er við hittumst, litum bara hvert á annað og hugsuðum: „Nú er að duga eða drepast.“ Það merkilega gerðist að við höfðum aldrei leikið eins vel. Við urðum að sanna okkur. Á efnisskrá var ekkert smáræði: Tríóið í a-moll eftir Ravel, eitt af erfiðustu píanótríóum í kammertónlist og Tríó í H-dúr op. 8 eftir Brahms, annað stórverk.

Leik okkar var svo vel tekið að allir áheyrendur stóðu upp og klöppuðu okkur lof í lófa. Á ensku er það kallað Standing ovation. Þetta kvöld gáfum við Gunnar Guðnýju nýtt nafn: SO, Standing ovation, en við skírðum okkur sjálfa BB, þ.e. Bakkabræður. Við hlið hennar vorum við óttalegir trúðar!

SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á VEFSÍÐUNNI OKKAR
www.skornirthinir.is

ÖRUGG SKREF ÚT Í LÍFIÐ

í fyrstu skónum frá Biomecanics

Biomecanics-skórnir auðvelda börnum að taka fyrstu skrefin. Aukinn stuðningur frá hliðunum bætir jafnvægi og eykur stöðugleika. Börnin komast auðveldar áfram og af meira öryggi þökk sé sveigjanlegum sóla og sérstyrktri tá.

biomecanics

Stærðir: 18–24
Verð: **7.995**
Margir litir

skórnir þínir
SMÁRALIND • 2 HÆÐ

SUGARBEARHAIR
www.regalo.is

Fríða Rut Heimisdóttir
Hárgreiðslumeistari

Sugarbearhair hárvitamin sem styrkir hár, húð og neglur

Ég er björn sem elskar hár
Dökkt, ljóst, brúnt, rautt og alla liti þar á milli

Ég elska allar hárgerðir

Ég ákvað að búa til vítamín fyrir þig upp úr alvöru berjum svo þú munir eftir því að taka það á hverjum degi

Ég gerði vítamínið líka krúttlegt og sætt, eins og ég er sjálfur

Þú finnur allt um mig og útsölustaði á www.regalo.is

Vegetarian * Cruelty free * Soy free * Gluten free * Dairy free * Gelatin free

Regalofagmenn

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

DADDY'S HOME 2	KL. (1 (SUN)) - 3:20 - 5:40 - 8 - 9 - 10:20	6
DADDY'S HOME 2 VIP	KL. 1 - 3:20 - 5:40 - 8	VIP
COCO ÍSL TAL	KL. 12 - 1 - (2:20 (LAU)) - 2:40 (SUN)) - 3:40 - 5:20 - 6:20	L
COCO ENSKT TAL	KL. (12 (LAU)) - 2:40 - 5:20 - 8 - 10:40	L
JUSTICE LEAGUE 3D	KL. 2:40 - 5:20 - 8 - 10:40	12
JUSTICE LEAGUE 2D VIP	KL. 10:20	VIP
THOR:RAGNAROK 2D	KL. 8 - 10:40	12
LEGO NINJAGO ÍSL TAL	KL. (12 (LAU)) (12:20 (SUN))	L
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL	KL. (1 (LAU)) (11 (SUN))	L

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

THE DISASTER ARTIST	KL. 10:20 (LAU)	12
DADDY'S HOME 2	KL. 1 - 3:20 - 5:40 - 8 - 10:20	6
COCO ÍSL TAL	KL. 1 - 2:30 - 3:40 - 6:20	L
JUSTICE LEAGUE 2D	KL. 2:30 - 5:20 - 8 - 9 - 10:30	12
THOR:RAGNAROK 2D	KL. 5:20 - 8 - (10:30 (SUN))	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI

DADDY'S HOME 2	KL. 8 - 10:20	6
COCO ÍSL TAL	KL. 2 - 2:40 - 4:40 - 5:20	L
JUSTICE LEAGUE 2D	KL. 8 - 10:40	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

DADDY'S HOME 2	KL. 5:30 - 8 - 10:20	6
COCO ÍSL TAL	KL. 12 - 1:30 - 2 - 2:40 - 5:15	L
JUSTICE LEAGUE 3D	KL. 5:10 - 7:45 - 10:20	12
THOR:RAGNAROK 2D	KL. 7:45 - 10:30	12
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL	KL. 12 (LAU))	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

DADDY'S HOME 2	KL. 8 - 10:20	6
COCO ÍSL TAL	KL. 2 - 4:40	L

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ APPELSÍNUGULU KR.950

Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

9. DESEMBER 2017

Tónlist

Hvað? Jólatónleikar Mótettukórs Hallgrímskirkju
Hvenær? 17.00
Hvar? Hallgrímskirkja
Það verður hátíðleg jólastemming í fallega skreyttri Hallgrímskirkju um helgina en hinir árlegu jólatónleikar Mótettukórs Hallgrímskirkju eru haldnir laugardaginn 9. desember kl. 17 og aftur sunnudaginn 10. desember á sama tíma. Yfirskrift tónleikanna að þessu sinni er „O magnum mysterium“ eða „Hið mikla undur“. Efnisskráin endurspeglar þetta hjartnæma viðfangsefni og má þar finna hugljúfa blöndu af klassískum jólalögum eftir Adam, Eccard, o.fl., gleðileg endurreisnarverk eftir Victoria og Sweelinck og yndisfögur kórverk frá 20. öld eftir Lauridsen, Poulenc, Whitacre o.fl.

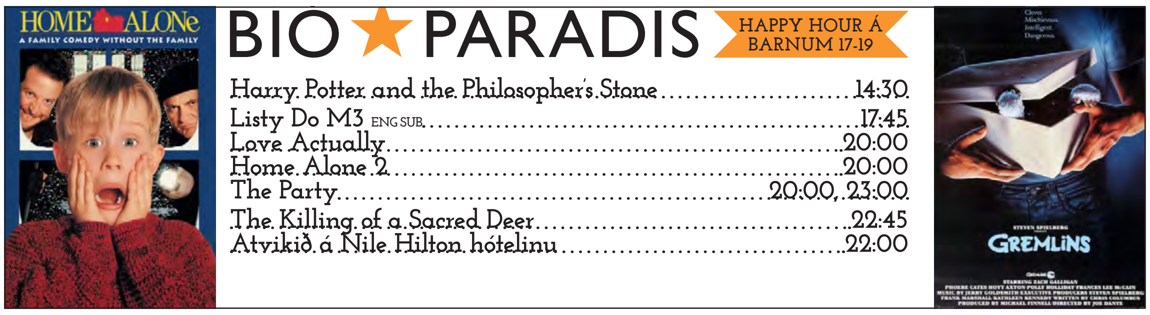
Mótettukórinn heldur árlega jólatónleika um helgina.

Hvað? amiina heldur kvikmyndatónleika
Hvenær? 21.00
Hvar? Gamla Nýlistasafnið, Skúlagötu 28
KEX Hostel og amiina kynna kvikmyndatónleika þar sem saman fara kvikmyndin Juve contre Fantômas (1913) og lifandi tónlist hljómsveitarinnar amiinu. Tónleikarnir eru á jarðhæðinni á Skúlagötu 28 (Gamla nýlistasafnið undir Kexi Hosteli).

amiina heldur kvikmyndatónleika þar sem saman fara kvikmyndin Juve contre Fantômas (1913) og tónlist hljómsveitarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Viðburðir

Hvað? Jólamarkaður HAF Store
Hvenær? 12.00
Hvar? HAF store, Geirsgötu
Jólamarkaður með fallegri hönnunarvöru frá HAF Studio og



fallegum erlendum merkjum. Gestir geta fengið forsmekk af því hvernig verslunin HAF Store, sem verður opnuð á næsta ári, mun líta út. Boðið verður upp á ljúfa tóna og jólaglögg.

Hvað? Jólaskógurinn í Mosó opnaður
Hvenær? 13.00
Hvar? Hamrahlíð, Mosfellsbæ
Laugardaginn 9. desember kl. 13 hefst árleg jólatrjáasala Skógræktarfélags Mosfellsbæjar í Hamrahlíð við Vesturlandsveg. Haraldur Sverrisson, bæjarstjóri Mosfellsbæjar, mun höggva fyrsta tréð sem að þessu sinni verður gefið til Arnarskóla sem nýverið hóf starfsemi í bæjarfélaginu. Arnarskóli er skólaþjónusta fyrir börn með fjölþættar fatlanir.

Hvað? Jólasveinar stelast í bæinn
Hvenær? 14.00
Hvar? Jólaþorpið Hafnarfirði
Jólasveinar verða á vappi í jólaþorpinu, barnakór Víðistaðakirkju syngur jólalög, Bettína verður á ferli með hestvagninn sinn og Gilitrutt og Rauðhetta skemmta kl. 15.

Hvað? Gong-slökun í Listasafni Íslands
Hvenær? 12.00
Hvar? Listasafn Íslands
Gong-slökun er mjög eflandi og nærandi upplifun sem opnar fyrir flæðið innra með okkur. Í annríkinu sem einkennir nútímalíf er lífsnauðsynlegt að kunna listina að slaka á.

Sunnudagur

Tónlist

Hvað? Jólatónleikar Mótettukórs Hallgrímskirkju
Hvenær? 17.00
Hvar? Hallgrímskirkja

Hvað? Aðventutónleikar Söngfjelagsins
Hvenær? 16.00 og 20.00
Hvar? Langholtskirkja
Aðventutónleikar Söngfjelagsins undir stjórn Hilmars Arnar Agnarssonar verða haldnir í sjöunda sinn sunnudaginn 10. desember í Langholtskirkju. Þema tónleikanna í ár, líkt og sl. tvö ár, er írsk og keltnesk jólatónlist í bland við íslenska jólatónlist, sem sérstaklega hefur verið samin fyrir Söngfjelagið. Frumflutt verður Jólalag Söngfjelagsins 2017, Himinn yfir, eftir Daníel Þorsteinsson við ljóð Stefáns frá Hvítadal. Tónleikarnir eru tvennir; hinir fyrri eru kl. 16 og þeir seinni kl. 20.

Viðburðir

Hvað? Jólaball með Gilitrutt og Hróa hetti
Hvenær? 15.00
Hvar? Jólaþorpið Hafnarfirði
Gilitrutt og Hrói höttur stýra jólaballi af sinni alkunnu snilld.

Hvað? Jólagleði Kramhússins
Hvenær? 20.00
Hvar? Gamla bíó
Frábær skemmtun og gott uppbrot í jólatónleikaflóðinu. Ótrúlega vítt svið sem farið er yfir allt frá afró yfir í Beyoncé og Broadway. Tangóhljómsveit auk óvæntra gesta. „Best geymda leyndarmál jólanna“ sagði einhver. Verð aðeins 3.000 kr. fyrir tveggja tíma stanslausa gleði.

Hvað? Aðventa lesin í Gunnarshúsi
Hvenær? 13.30
Hvar? Gunnarshús, Dyngjuvegi
Aðventa, saga Gunnars Gunnarssonar um eftirleitir Fjalla-Bensa og förunauta hans á Mývatnsöræfum, verður lesin í Gunnarshúsi í Reykjavík 10. desember, annan sunnudag í aðventu. Sólveig Pálsdóttir, leikkona og rithöfundur, les söguna og hefst lestur kl. 13.30.

Ný blússa frá Tau frá Tógó

Góðgerðarfélagið Tau frá Tógó kynnir um helgina nýja blússu hannaða af Helgu Björnsson. Tau frá Tógó er rekið í sjálfboðavinnu og allur ágóði sölu félagsins rennur til munaðarlausra barna í Aného í Tógó. Blússan verður til sölu ásamt fleiri vörum um helgina í hönnunarversluninni Akkúrat, Aðalstræti 2. Opið er á laugardeginum frá 10-18 og sunnudeginum frá 11-17. „Við pöntum vörur frá heimili fyrir munaðarlaus börn sem við látum flytja hingað heim og seljum. Ágóðinn fer í að styrkja þessi munaðarlausu börn til náms. Við hjá Tau frá Tógó erum með pop up sölu um helgina á blússum, sem eru í takmörkuðu upplagi og seldar aðeins þessa helgi,“ segir í tilkynningu frá Tau frá Tógó. **– gha**

TAU FRÁ TÓGÓ ER REKIÐ Í SJÁLFBOÐAVINNU OG ALLUR ÁGÓÐI SÖLU FÉLAGSINS RENNUR TIL MUNAÐARLAUSRA BARNA.

Tau frá Tógó kynnir nýja blússu um helgina.

LISTILEGAR
GJAFAHUGMYNDIR

- SAFN- OG SÝNINGARTENGDAR VÖRUR
- ÍSLENSK HÖNNUN OG HANDVERK
- ERLEND GJAFAVARA
- BÆKUR, KORT OG VEGGSPJÖLD

Jöklakerti eftir Brynjar Sigurðsson

SAFNBÚÐIR REYKJAVÍKUR
REYKJAVIK MUSEUM SHOPS

Listasafn Reykjavíkur
Reykjavik Art Museum
Hafnarhús
Kjarvalsstaðir
Ásmundarsafn

Borgarsögusafn Reykjavíkur
Reykjavik City Museum
Árbæjarsafn
Landnámssýningin
Sjóminjasafnið í Reykjavík
Ljósmyndasafn Reykjavíkur
Viðey

Borgarbókasafn menningarhús
Reykjavik City Library
Gerðubergi
Grófinni
Kringlunni
Sólheimum
Spönginni

#PL #enski365

Premier League

Laugardagur 9. desember

West Ham 12:20 Chelsea
#WHUCHE

Newcastle 17:20 Leicester
#NEWLEI

Sunnudagur 10. desember

Southampton 11:50 Arsenal
#SOUARS

Liverpool 14:05 Everton
#LIVEVE

Man. Utd 16:15 Man. City
#MUNMCI

MESSAN 18:00 Uppgjör helgarinnar með Gumma Ben og Rikka G.
#MESSAN

SPORT
365.is | 1817

KAUPTU STAKAN LEIK: Síminn

Domino's Coca-Cola Icelandair

DAGSKRÁ

Laugardagur

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Waybuloo
07.45 Með afa
07.55 Gulla og grænjaxlarnir
08.05 Nilli Hólmgeirsson
08.20 Billi Blikk
08.35 Dóra og vinir
09.00 Dagur Diðrik
09.25 Mæja býfluga
09.40 Víkingurinn Viggó
09.55 Beware the Batman
10.20 Víkingurinn Viggó
10.35 Friends
11.00 Loonatics Unleashed
11.25 Ævintýri Tinna
12.20 Víglínan
13.05 Bold and the Beautiful
14.25 Bold and the Beautiful
14.50 Aðventan með Völu Matt
15.15 The Great Christmas Light Fight
16.05 Masterchef USA
16.50 Um land allt
17.25 Lóa Pind: Snapparar
18.00 Sjáðu
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.10 Lottó
19.15 Top 20 Funniest
20.00 Paper Angels Rómantísk mynd um konu sem nýlega hefur skilið við eiginmann sinn eftir erfiða tíma í hjónabandi. Hún tekur þá afdrifaríku ákvörðun um að flytja með börnin í nýjan bæ og um leið tekur líf þeirra nýja stefnu þegar þau kynnast annarri fjölskyldu sem hefur heldur ekki átt sjö dagana sæla.
21.35 Arrival Mögnuð mynd frá 2016 með Amy Adams, Jeremy Renner og Forest Whitaker í aðalhlutverki. Þegar tólf geimskip koma óvænt til jarðar er málvísindakonunni Louise Banks ásamt vísindamönnum á öðrum sviðum falið að ná sambandi við geimverurnar í von um að komast að ástæðunni fyrir heimsókn þeirra. Það sem Louise og kollegar hennar uppgötva með rannsóknum sínum er langt fyrir utan allt það sem nokkur hefði getað ímyndað sér. Jóhann Jóhannsson fékk íslensku tónlistarverðlaunin fyrir tónlistina í myndinni sem er í leikstjórn Denis Villeneuve sem gerði einnig Sicario og Prisoners.
23.40 The Interpreter
03.55 Return to Sender

STÖÐ 2 SPORT

07.00 Þór Þ. - Þór Ak.
08.35 Domino's-körfuboltakvöld
10.10 Sheffield United - Bristol City
11.50 Premier League Preview
12.20 West Ham - Chelsea
14.30 Gary Neville's Soccerbox
14.55 QPR - Leeds United
17.00 Laugardagsmörkin
17.20 Newcastle - Leicester
19.30 B. Dortmund - W. Bremen
21.10 Real Madrid - Sevilla
23.40 Frankfurt - B. München

STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 La Liga Report
07.30 Evrópudeildarmörkin
08.20 PL Match Pack
08.50 Premier League Preview
09.20 Detroit Pistons - Golden State Warriors
11.10 Þór Þ. - Þór Ak.
12.45 Domino's-körfuboltakvöld
14.25 Frankfurt - B. München
16.30 West Ham - Chelsea
18.10 Evrópudeildarmörkin
19.00 Burnley - Watford
20.40 Crystal Palace - Bournemouth
22.20 Tottenham - Stoke

STÖÐ 3

14.10 Office Xmas Party
15.00 Secret Life of 4 Year Olds
15.50 Friends
16.15 Friends
16.40 Friends
17.05 Friends
17.30 Friends
17.55 Gilmore Girls
18.45 The Big Bang Theory
19.05 Fresh off the Boat
19.30 Modern Family
20.00 The X Factor 2017
21.30 Unreal
22.15 Smallville
23.00 NCIS Los Angeles
23.45 Restaurant Startup
01.35 Enlightened
02.05 Modern Family
02.30 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.00 Jóladagatal Afa
07.05 Áfram Diego, áfram!
07.29 Svampur Sveinsson
07.49 Lalli
07.55 Rasmus Klumpur
08.00 Strumparnir
08.25 Hvellur keppnisbíll
08.37 Ævintýraferðin
08.49 Gulla og grænjaxlarnir
09.00 Stóri og Litli
09.13 Víkingurinn Viggó
09.27 Mæja býfluga
09.39 K3
09.50 Elías
10.00 Dóra könnuður
10.24 Mörgæsirnar
10.47 Doddi litli og Eyrnastór
11.00 Áfram Diego, áfram!
11.24 Svampur Sveinsson
11.49 Lalli
11.55 Rasmus Klumpur
12.00 Strumparnir
12.25 Hvellur keppnisbíll
12.37 Ævintýraferðin
12.49 Gulla og grænjaxlarnir
13.00 Stóri og Litli
13.13 Víkingurinn Viggó
13.27 Mæja býfluga
13.39 K3
13.50 Elías
14.00 Dóra könnuður
14.24 Mörgæsirnar
14.47 Doddi litli og Eyrnastór
15.00 Áfram Diego, áfram!
15.24 Svampur Sveinsson
15.49 Lalli
15.55 Rasmus Klumpur
16.00 Strumparnir
16.25 Hvellur keppnisbíll
16.37 Ævintýraferðin
16.49 Gulla og grænjaxlarnir
17.00 Stóri og Litli
17.13 Víkingurinn Viggó
17.27 Mæja býfluga
17.39 K3
17.50 Elías
18.00 Dóra könnuður
18.24 Mörgæsirnar
18.47 Doddi litli og Eyrnastór
19.00 Jóladagatal Afa
19.05 Elías og Fjársjóðsleitin

Mörgæsirnar kl. 10.24, 14.24 og 18.24

GOLFSTÖÐIN

09.30 Omega Dubai Ladies Masters
12.30 QBE Shootout
15.30 Omega Dubai Ladies Masters
18.30 QBE Shootout
21.30 Inside the PGA Tour
21.55 Omega Dubai Ladies Masters

STÖÐ 2 BÍÓ

09.15 African Safari
10.45 Fjölskyldubíó: Beethoven annar
12.15 Step Brothers
13.55 She's Funny That Way Frábær gamanmynd frá 2014 með einvalaliði leikara. Isabella (Imogen Poots) er gleðikona sem á sér þann draum heitastan að gerast Broadway-leikkona. Kvöld eitt á miðri vakt kynnist hún leikstjóranum Arnold (Owen Wilson) sem ákveður að hjálpa henni í þeim málum og býður henni stórfé fyrir að hætta í vinnunni.
15.30 African Safari
17.00 Fjölskyldubíó: Beethoven annar
18.40 Step Brothers
20.20 She's Funny That Way
22.00 Hulk
01.50 Miss You Already
03.40 Hulk Frábær hasar- og ævintýramynd. Vísindamaðurinn Bruce Banner er náungi sem þú vilt ekki reita til reiði. Alltaf þegar Bruce missir stjórn á skapi sínu breytist hann í ógurlegt skrímsli. Betty Ross er sú eina sem fær tjónkað við vísindamanninn enda er hann bálskotinn í henni.

RÚV

07.00 KrakkaRÚV
10.15 Útsvar
11.25 Vikan með Gísla Marteini
12.10 Einfalt með Nigellu
12.40 Venjulegt brjálæði - Hvað kostar hégóminn?
13.20 Morgan Freeman: Saga guðstrúar
14.10 Áráttu- og þráhyggjuröskun
15.00 Einmana á miðjum aldri
15.30 Alheimurinn
16.15 Ólíuplánetan
17.05 Heimsleikarnir í CrossFit
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Kioka
18.08 Krakkafréttir vikunnar
18.25 Jóladagatalið: Snæholt
18.54 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Fjörskyldan
20.25 Bíóást: Planes, Trains and Automobiles
22.05 Moonrise Kingdom
23.40 The Imitation Game
01.25 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 King of Queens
08.45 King of Queens
09.05 How I Met Your Mother
09.30 How I Met Your Mother
09.50 American Housewife
10.15 Parks & Recreation
10.35 Will & Grace
11.00 The Voice USA
12.30 The Bachelor
14.00 Top Gear
14.50 Gordon Ramsay Ultimate Cookery Course
15.20 Friends with Better Lives
15.45 Rules of Engagement
16.10 The Grinder
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 King of Queens
17.25 How I Met Your Mother
17.55 Gordon Ramsey's Christmas Cookalong
19.30 The Voice USA
20.15 When Harry Met Sally
21.55 21 Jump Street
23.50 Con Air
03.35 Far and Away

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

ÞÚ FINNUR JÓLAGJÖFINA HJÁ OKKUR!
Jólareikningur Netgíró
VERSLAÐU Í DAG. BORGAÐU Í FEBRÚAR.
Netgíró
24" TÖLVUSKJÁR Í HÁSKERPU
tl.is
RAPOO ÞRÁÐLAUS MÚS OG LYKLABORÐ
ASUS FJÓRIR KJARNAR OG SSD
59.995
24.995
15.995
139.995
i5 OG GTX1050
HRAÐI OG KRAFTUR FRÁ ACER
FJÓRGURRA KJARNA INTEL i5 ÖRGJÖRVI, GTX1050 LEIKJASKJÁKORTI, 256GB SSD OG FULLHD SKJÁ.
79.995
8GB GTX1070
ASUS STRIX MEÐ 3 ÁRA ÁBYRGÐ
HÁGÆÐA ASUS STRIX NVIDIA GTX1070 LEIKJA-SKJÁKORT FYRIR KRÖFUHARÐA LEIKJASPILARA
39.995
27" FULL HD SKJÁR
FLICKER FREE OG LOW BLUE LIGHT
STÓR OG FJÖLVIRKUR HÁSKERPUSKJÁR MEÐ ÞUNNUM RAMMA OG 1MS. SVARTÍMA.
MÓÐURBORÐ 3 ÁRA ÁBYRGÐ ÁBYRGJUMST ÁREIÐANLEIKA
129.995
ÖFLUGUR HEIMILISTURN
3 ÁRA ÁBYRGÐ Á MÓÐURBORÐI OG SKJÁKORTI
AFLMIKIL HEIMILISTÖLVA SAMSETT AF SÉRFRÆÐINGUM TÖLVULISTANS. INTEL i5 ÖRGJÖRVI, 8GB MINNI, 240GB SSD
34.995
SEGÐU BLESS VIÐ BLEKHYLKIN
BRJÁLAÐUR SPARNAÐUR MEÐ ECOTANK!
BLEK SEM DUGAR Í ALLT AÐ 2 ÁR FYLGIR. FJÖLNOTAPRENTARI MEÐ TÖNKUM AF BLEKI Í STAÐ HEFÐBUNDINNA BLEKHYLKJA.
14.995
2TB FLAKKARI
2TB AF GÖGNUM Í VASANN!
TRAUSTUR OG MEÐFÆRILEGUR 2,5" 2TB USB 3.0 FLAKKARI SEM ÞARFNAST EKKI STRAUMBREYTIS.
TÖLVULISTINN
Heimilistæki
OPIÐ ALLA HELGINA!
TÖLVU LISTINN
REYKJAVÍK SUÐURLANDSBRAUT 26
AKUREYRI GLERÁRTORG
HÚSAVÍK GARÐARSBRAUT 18A
EGILSSTAÐIR KAUPVANGI 6
REYKJANESBÆR HAFNARGÖTU 90
SELFOSS AUSTURVEGI 34
AKRANES ÞJÓÐBRAUT 1

DAGSKRÁ

Sunnudagur

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Waybuloo
07.45 Ævintýraferðin
07.55 Grettir
08.10 Ljóti andarunginn og ég
08.35 Heiða
09.00 Jólasýning Skoppu og Skrítlu
09.30 Kormákur
09.40 Pingu
09.45 Tommi og Jenni
10.10 Ninja-skjaldbökurnar
10.35 Lukku láki
11.00 Friends
12.00 Nágrannar
13.20 Nágrannar
13.45 Jólaboð Jóa
14.35 Vinir
15.00 Ísskápastríð
15.45 PJ Karsjó
16.20 Gulli byggir
16.55 60 Minutes
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.15 The Great Christmas Light Fight
20.00 Lóa Pind: Snapparar Skemmtileg ný þáttaröð úr smiðju Lóu Pind, þar sem hún gægist inn í heim sem er hulinn mörgum Íslendingum, heim sem er fullur af Snapchat-stjörnum sem geta varla skotist í Kringluna fyrir aðdáendum sem vilja eiginhandaráritanir eða selfís. Við kynnumst alls konar snöppurum; Manúela Ósk sem finnst auglýsingamennskan á Snapchat óhófleg, menntaskólapiltinum Binna Glee sem þúsundir fylgjast með daglega, guðfræðinemanum Ernu Kristínu sem kallar sig Ernuland, Thelmu sjúkraliða sem snappaði sig í gegnum sorgina, Hrefnu Líf sem byrjaði að snappa í maníu, Evu Ruzu sem segist vera athyglissjúkasta dýrið á jörðinni, Sigrúnu Sigurpáls sem landinn elskar að horfa á þrífa og Binna Löve sem finnst ekkert að því að koma nakinn fram í snappi.
20.35 Springfloden
21.25 Absentia Hörkuspennandi glæpaþættir um FBI-konuna Emily Byrne sem snýr aftur eftir að hafa horfið sporlaust og verið talin af í leit sinni að raðmorðingja sex árum fyrr.
22.10 Shameless
23.05 60 Minutes
23.55 Jerrod Carmichael: 8
01.40 Operation Avalanche
03.15 The Last Panthers
04.10 The Last Panthers

STÖÐ 2 SPORT

06.50 Crystal Palace - Bournemouth
08.30 Swansea - WBA
10.10 West Ham - Chelsea
11.50 Southampton - Arsenal
14.05 Liverpool - Everton
16.15 Manchester United - Manchester City
18.30 Messan
20.00 Southampton - Arsenal
21.40 Manchester United - Manchester City
23.20 Messan

STÖÐ 2 SPORT 2

07.15 Tottenham - Stoke
08.55 Burnley - Watford
10.35 Huddersfield - Brighton
12.15 Newcastle - Leicester
13.55 Real Madrid - Sevilla
15.35 QPR - Leeds United
17.45 Grótta - Valur
19.45 Grótta - ÍR
21.30 NFL Gameday
22.00 Liverpool - Everton
23.40 Grótta - Valur

STÖÐ 3

13.30 Mayday: Disasters
14.15 Seinfeld
15.55 Seinfeld
16.25 Gilmore Girls
17.10 The Big Bang Theory
17.35 The Last Man on Earth
18.00 Fresh off the Boat
18.30 The Goldbergs
19.00 Modern Family
19.30 Fóstbræður
20.00 The Mentalist
20.45 Enlightened
21.20 Rome
22.15 The Night Of
23.15 Time After Time
00.20 The Last Man on Earth
00.45 Modern Family
01.15 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.00 Jóladagatal Afa
07.05 Stóri og Litli
07.18 Víkingurinn Viggó
07.32 K3
07.43 Mæja býfluga
07.55 Elías
08.05 Dóra könnuður
08.29 Mörgæsirnar
08.52 Doddi litli og Eyrnastór
09.02 Áfram Diego, áfram!
09.26 Svampur Sveinsson
09.49 Lalli
09.55 Rasmus Klumpur og félagar
10.00 Strumparnir
10.25 Hvellur keppnisbíll
10.37 Ævintýraferðin
10.49 Gulla og grænjaxlarnir
11.00 Stóri og Litli
11.13 Víkingurinn Viggó
11.27 K3
11.38 Mæja býfluga
11.50 Elías
12.00 Dóra könnuður
12.24 Mörgæsirnar
12.47 Doddi litli og Eyrnastór
13.00 Áfram Diego, áfram!
13.24 Svampur Sveinsson
13.49 Lalli
13.55 Rasmus Klumpur og félagar
14.00 Strumparnir
14.25 Hvellur keppnisbíll
14.37 Ævintýraferðin
14.49 Gulla og grænjaxlarnir
15.00 Stóri og Litli
15.13 Víkingurinn Viggó
15.27 K3
15.38 Mæja býfluga
15.50 Elías
16.00 Dóra könnuður
16.24 Mörgæsirnar
16.47 Doddi litli og Eyrnastór
17.00 Áfram Diego, áfram!
17.24 Svampur Sveinsson
17.49 Lalli
17.55 Rasmus Klumpur og félagar
18.00 Strumparnir
18.25 Hvellur keppnisbíll
18.37 Ævintýraferðin
18.49 Gulla og grænjaxlarnir
19.00 Jóladagatal Afa
19.05 Curious George 2: Follow That Monkey

Doddi litli og Eyrnastór kl. 08.52, 12.47 og 16.47

GOLFSTÖÐIN

08.10 QBE Shootout
11.10 Golfing World
12.00 Omega Dubai Ladies Masters
15.00 QBE Shootout
18.00 QBE Shootout
21.50 Golfing World
22.40 QBE Shootout

STÖÐ 2 BÍÓ

07.25 Truth
09.30 Elsa & Fred
11.10 Me and Earl and the Dying Girl
12.55 Kramer vs. Kramer
14.40 Truth
16.50 Elsa & Fred
18.30 Me and Earl and the Dying Girl
20.15 Kramer vs. Kramer
22.00 Grimmd Ný íslensk spennumynd sem segir frá því þegar tvær ungar stelpur hverfa sporlaust af leikvelli í Árbænum.
23.45 A Hologram for the King Dramatísk mynd frá 2016 með Tom Hanks í aðalhlutverki. Seinheppinn bandarískur athafnamaður, Alan Clay, er sendur til Sádi-Arabíu í söluleiðangur. Óhætt er að segja að hann verði fyrir nettu menningarsjokki þegar hann kemur á staðinn því nákvæmlega ekkert gengur fyrir sig í viðskiptalífi Sádi-Arabíu á sama hátt og hann er vanur.
03.05 Grimmd

RÚV

07.00 KrakkaRÚV
10.15 Krakkafréttir vikunnar
10.35 Menningin - samantekt
11.00 Silfrið
12.10 Fjörskyldan
12.50 Tobias og sætabrauðið
13.20 Kiljan
14.10 Rio Ferdinand: Being Mum and Dad
15.10 Innlit til arkitekta
15.40 Landakort
15.50 Keflavík - Haukar
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Stundin okkar
18.25 Jóladagatalið. Snæholt
18.50 Vísindahorn Ævars
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Landinn
20.20 Noregsævintýri Húna
21.05 Halcyon
21.55 Silfurhæðir - Skógurinn gleymir aldrei
22.55 Stríðsstelpur
00.45 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 King of Queens
08.45 King of Queens
09.05 How I Met Your Mother
09.30 How I Met Your Mother
09.50 Superstore
10.15 The Good Place
10.35 Making History
11.00 The Voice USA
11.45 Million Dollar Listing
12.30 America's Next Top Model
13.15 Korter í kvöldmat
13.25 Extra Gear
13.50 Top Chef
14.35 Pitch
15.20 90210
16.10 Grandfathered
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 King of Queens
17.25 How I Met Your Mother
17.50 Ilmurinn úr eldhúsinu
18.25 Ný sýn - Salka Sól
18.55 Ný sýn - Tómas Tómasson
19.25 Top Gear
20.15 Scorpion
21.00 Law & Order: Special Victims Unit
21.45 Elementary
22.30 Agents of S.H.I.E.L.D.
23.15 Z for Zachariah
01.40 Blue Bloods
02.25 Dice
02.55 Law & Order: Special Victims Unit
03.40 Elementary
05.10 Síminn + Spotify

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

2 LÓA PIND: SNAPPARAR
KL. 20:00
Lóa Pind gægist inn í heim íslenskra snappara. Við kynnumst Hrefnu Líf sem byrjaði að snappa í húrrandi maníu og heimsækjum athyglissjúklinginn Evu Ruzu. Báðar níðast þær á sambýlismönnum sínum sem eru alls ekki athyglissjúkir.

Spennandi
Sunnudagskvöld
Fáðu þér áskrift á 365.is

2 THE GREAT CHRISTMAS LIGHT FIGHT
KL. 19:15
Skemmtilegir og spennandi þættir um nokkrar fjölskyldur í Bandaríkjunum sem etja kappi í hörkuspennandi skreytingakeppni en fjölskyldurnar leggja sig allar fram við að skreyta heimili sín á sem frumlegastan hátt.

2 SPRINGFLODEN
KL. 20:40
Olivia Rönning fær til rannsóknar 25 ára gamalt óleyst sakamál sem faðir hennar rannsakaði á sínum tíma. Hún verður heltekin af málinu og einsetur sér að leysa það með öllum mögulegum ráðum.

2 ABSENTIA
KL. 21:30
Hörkuspennandi sakamálasería um FBI-konuna Emily Byrne sem snýr aftur eftir að hafa horfið sporlaust og verið talin af í leit sinni að raðmorðingja sex árum fyrr.

2 60 MÍNÚTUR
KL. 23:15
Vandaður þáttur í vinsælustu fréttaskýringaþáttaröð í heimi þar sem reyndustu fréttaskýrendur Bandaríkjanna fjalla um mikilvægustu málefni líðandi stundar.

2 BÍÓ GRIMMD
KL. 22:00
Íslensk spennumynd sem segir frá því þegar tvær ungar stelpur hverfa sporlaust af leikvelli í Árbænum og finnast látnar í Heiðmörk.

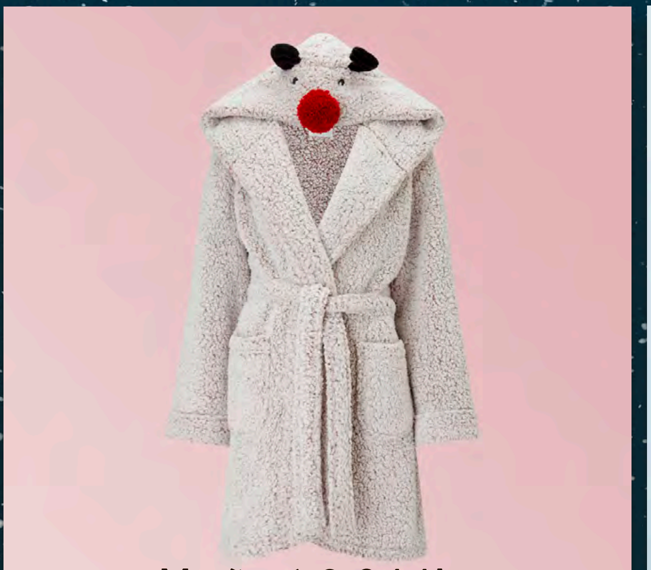
3 THE MENTALIST
KL. 20:00
Hörkuspennandi þáttur um Patrick Jane, sjálfstætt starfandi ráðgjafa rannsóknarlögreglunnar í Kaliforníu sem veit sínu viti þegar að glæpum kemur.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag.
365.is

F&F

Gjafadagar

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM F&F VÖRUM
DAGANA 7.-10. DESEMBER



Verð nú 3.944kr
verð áður 4.930kr
vnr. 667-5566

Verð nú 2.360kr
verð áður 2.950kr
vnr. 478-5981

Verð nú 2.360kr
verð áður 2.950kr
vnr. 550-9319

Verð nú 1.176kr
verð áður 1.470
vnr. 312-1136

Hefðirnar sem hringja inn jólin

Desember er mánuður hefða og rótgróinna siða. Smákökubakstur, jólalög, tónleikar og góðar samverustundir einkenna þennan síðasta mánuð ársins. Lífið fékk nokkra einstaklinga til að segja lesendum frá sinni uppáhalds desemberhefð sem hringir inn jólin.

Séra Hildur Eir Bolladóttir.

Það er ómissandi jólahefð að messa á aðfangadagskvöld, lesa jólaguðspjallið með lotningu og gæsahúð og hlusta á söfnuðinn syngja Heims um ból af lífs og sálarkröftum.

Erna Einarsdóttir, yfirhönnuður Geysis.

Fyrstu jólin sem ég var með manninum mínum, þá komin tvo mánuði inn í nýtt samband, setti hann lagið „All I want for Christmas“ með Mariuh Carey í gang. Það gerði hann með því að setja græjurnar í botn, syngja með og dansa trylltan jóladans í takt við lagið. Ég varð hálf undrandi á þessari hegðun hans en fannst þetta þó mjög skemmtilegt allt saman. Við vorum í fjarsambandi á þessum tíma og vorum þannig mörg jól, þannig að lagið varð nokkuð táknrænt og eignaðist smá sess í hjörtum okkar. Núna, 10 árum seinna þá get ég sagt að jólin hjá okkur byrja ekki fyrr en við setjum þetta lag alveg í botn og við bæði ásamt dætrum okkar stígum einhvers konar trylltan nútímajóladans og syngjum hátt með. Eftir það eru jólin formlega mætt í hús.“

MYND/SAGA SIG

Felix Bergsson leikari.

Fjölskylduveislan sem við Baldur höldum með fólkinu okkar á jóladag í fjölskylduhúsinu Túnsbergi er ómissandi jólahefð. Það að halda veisluna var ein af kvöðunum sem við tókum á okkur þegar við keyptum húsið af foreldrum mínum. Þetta er ein besta kvöð sem ég hef undirgengist því ég hreinlega elska að fá allt liðið í heimsókn, borða hangikjöt, leita að möndlu í hrísgrjónaeftirétti og spila svo Manna. Fjölskyldan er best.

MYND/SIGURJÓN RAGNAR

Berglind Guðmundsdóttir, matarbloggari hjá Gulur, rauður, grænn og salt.

Ég er mikill aðdáandi jólanna og reyni að lengja þau eftir bestu getu. Jólin fyrir mér hefjast á aðventunni, jafnvel aðeins fyrr, þar sem ég nýt þess að baka smákökur með börnunum mínum, fara á tónleika, rölta niður í bæ og fá mér danskt smurbrauð. Heitt kakó er líka ómissandi… stundum með Stroh… stundum ekki.

Gjafirnar finnst mér aukaatriði þótt ég hafi virkilega gaman af því að gefa eitthvað sem hittir í mark og jú, jú, auðvitað er líka gaman að fá gjafir þó svo að jólakort með fallegum texta gleðji alltaf mikið.

Jólin fyrir mér eru tími til að slaka á með þeim sem sem manni þykir vænt um. Ekki er verra ef maður getur lagt sitt af mörkum til að gera líf einhvers aðeins betra. Því þegar öllu er á botninn hvolft er það það sem jólin snúast um.

Magnús Þór Helgason rithöfundur.

Á Þorláksmessukvöld sjóðum við hangikjötið sem við borðum á jóladag. Þegar ilmurinn fyllir húsið þá finnur maður svo sannarlega að jólin séu að koma.

Ragnheiður Davíðsdóttir (t.v.) ásamt systrum sínum. Þær baka vestfirskar hveitikökur saman fyrir jólin.

Ragnheiður Davíðsdóttir, verkefnisstjóri Krafts.

Allt frá því ég man eftir mér hafa verið bakaðar vestfirskar hveitikökur í minni fjölskyldu. Við systurnar hittumst alltaf í desember og bökum saman þessar hveitikökur og afrakstur dagsins er um 300 kökur sem við deilum svo til barna og barnabarna. Hjá okkur eru engin jól án þessa góðgætis sem smurt er með smjöri og hangikjöti. Með þeim drekkum við malt og appelsín blandað saman.

Gerður Kristný Guðjónsdóttir rithöfundur.

Á aðventunni fer ég alltaf á Jólatónleika Sinfóníuhljómsveitarinnar í Hörpu með eiginmanni og sonum. Þetta eru bæði skemmtilegir og hátíðlegir tónleikar. Best er að fá að standa upp í lokin, syngja Heims um ból og finna jólin hreiðra um sig í hjartanu á manni.

Guðrún Árný Karlsdóttir söngkona.

Piparkökubakstur er í algjöru uppáhaldi á mínu heimili, við erum búin að baka þrisvar og skreyta jólakökur með glassúr og kökuskrauti. Við borðum þær jafnóðum, ég er ekkert að geyma þær fram að jólum. Baksturinn snýst um samveru og huggulegheit, eitthvað sem fjölskyldan gerir saman. Það er líka ómissandi að gera piparkökuhús. Svo er fátt jólalegra en að rölta um í Jólaþorpinu í Hafnarfirði og horfa á kvikmyndina Christmas Vacation og maula piparkökurnar á meðan.

SPARAÐU

25%

þegar þú kaupir fyrir meira en 4.100*

*Gildir ekki fyrir Lego, spjaldtölvur, leikjatölvur, gjafakort og vörur sem eru þegar á afslætti.

Tilboðin gilda 09.12-10.12 2017.

ToysRUs®

Fellur fyrir náttúrulegum vörum

„Það eru margir sem halda að ég hafi mikið fyrir því að hafa mig til og noti dýr merki," segir Íris. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Íris Björk Árnadóttir flugfreyja, öryggisvörður og fjögurra barna móðir, er fljót að taka sig til á morgnana enda nóg að gera hjá henni. Rútínan er í mesta lagi 40 mínútur.

Ég hef ekki mikinn tíma til að hafa mig til á daginn, það tekur tíma að koma fjórum börnum út á morgnana. Ég er í mesta lagi tíu mínútur með andlitið, það lærist með tímanum, ég nenni sjaldnast að blása á mér hárið svona hversdags, þá tekur rútínan 40 mínútur og ég hef ekki alltaf tíma til þess."

Íris Björk hefur í miklu að snúast því að auk þess að vera með stórt heimili starfar hún fyrir Securitas en hún sér um að þjónusta þá sem eru með öryggishnapp frá fyrirtækinu og í sumar vann hún sem flugfreyja á vegum Icelandair. Íris Björk gat sér gott orð í fegurðarsamkeppnum hér og erlendis á sínum tíma og var meðal annars kjörin ungfrú Norðurlönd árið 2001.

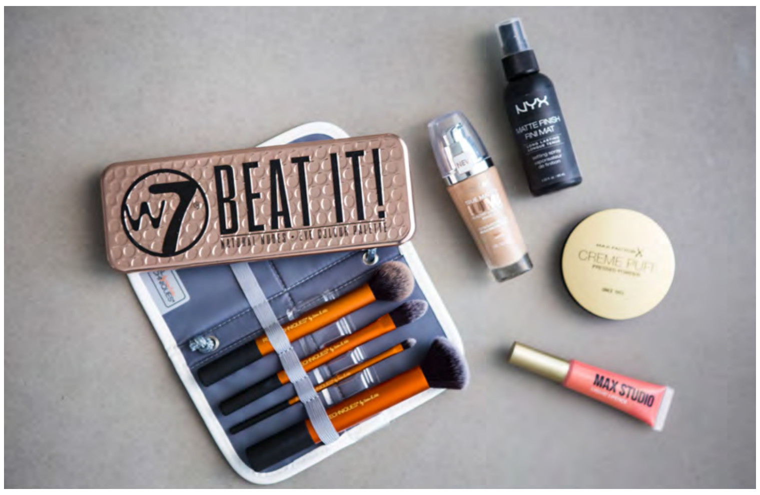
„Það eru margir sem halda að ég hafi mikið fyrir því að hafa mig til og noti dýr merki, en hjá mér er þetta tiltölulega einfalt. Ég hef aldrei notað sérstök krem, er með góða húð og hef alltaf verið. Ég á fjögur börn og er ekki með eitt slit og það er ekki neinum kremum að þakka, bara erfðum. Ég hef oft verið spurð hvað ég noti á húðina, þegar ég var yngri þá notaði ég Johnson's baby lotion, mér fannst svo góð lykt af því, og svo makaði ég á mig vaselíni. Ég fór ekki að nota neitt sérstakt krem fyrr en í sumar í fluginu. Ég nota Æskugaldur frá Villimey, ég tók eftir því að það rokseldist í Saga Shop og Asíubúarnir sem ferðuðust með okkur voru alveg vitlausir í þetta. Ég ákvað að kynna mér málið og sá að þetta er alveg hrein vara. Nú get ég ekki án þess verið. Ég setti það undir farðann þegar að ég var að fljúga í sumar, þá varð ég ekki eins þurr.

Ég þvæ farðann ekki af mér á kvöldin, tek þetta bara í morgunsturtunni, ég set Æskugaldurinn á fyrir svefninn og dagsdaglega nota ég litað dagkrem því ég vil ekki þekja of mikið og enga sérstaka týpu, bara það sem ég fíla hverju sinni. En ég nota bara meik þegar ég fer í flug, mér finnst gott að spreyja yfir með NYX spreyi, þannig helst farðinn betur yfir daginn."

Laxerolía á augabrúnirnar

„Mér finnst skipta máli hvað ég set á mig, maður á helst að geta borðað það sem fer á húðina. Ég spái töluvert í innihaldið og vil helst hafa allt sem náttúrulegast. Í sumar þegar ég var stödd í verslun CVS í Boston og var eitthvað að skoða þá kemur afgreiðslukonan alveg upp að mér, og segir að ég líti út fyrir að vera heilbrigð og að ég sé með svo góða húð. Hún var mjög fyndin, minnti á norn úr teiknimyndum og meira að segja með vörtu á hökunni. Alla vega benti hún mér á heimasíðu, Skin deep, en þar er að finna innhaldslýsingar á næstum því öllum snyrtivörum sem eru framleiddar í heiminum. Henni fannst að ég ætti endilega að kynna mér hana. Núna bendi ég öllum á þessa síðu."

En skyldi Íris eiga eitthvert fegrunarráð sem er óvenjulegt? „Ég set laxerolíu á augabrúnirnar. Það vantaði heilmikið inn í þær, ég er með Addisson's og þetta er fylgifiskur þess og lyfjanna sem ég þarf að taka. Ég get sko vel mælt með þessu, þetta virkar hjá mér. En helsta förðunartrixið mitt er Max Factor stifti sem er í rauninni hyljari, ég set hann undir augun og á andlitið og það er oft það eina sem að ég þarf, og svo maskari.



Íris er útsjónarsöm og eyðir ekki miklu fé í snyrtivörur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Íris segist vera útsjónarsöm og eyða ekki miklu fé í snyrtivörukaup, hún nýtir sér Tax Free dagana í Hagkaupum og kaupir erlendis þegar færi gefst. „Ég eltist ekki við merkjavöru, ef ég sé eitthvað sem mér finnst flott, augnskugga og annað, þá kaupi ég það. Ég nýtti tækifærið í sumar þegar ég komst í verslanir í stoppunum, það er bara himinn og haf á milli þess sem snyrtivörur kosta hér og erlendis. Svo hverfur þetta ansi hratt á heimilinu, ég á tvær unglingsdætur sem komast stundum í dótið mitt", segir Íris Björk og skellihlær.

JÓLAGJAFA HUGMYNDIR
ELLINGSEN
FYRIR FJÖLSKYLDUNA
MILLET SYNT'H DOWN
STÆRÐIR XS–XL
VERÐ 44.995.–
DEVOLD EXPEDITION
STÆRÐIR S–XXL
VERÐ 12.995.–
DEVOLD EXPEDITION
STÆRÐIR S–XXL
VERÐ 11.995.–
SOREL CARIBOU SLIM
STÆRÐIR 36–42
VERÐ 19.995.–
ELLINGSEN DUGGARAPEYSA
STÆRÐIR S–XXL
VERÐ 25.995.–
DIDRIKSONS MARCEL
STÆRÐIR S–XXXL
VERÐ 27.995.–
FYRIR HANA
MILLET SYNT'H DOWN
STÆRÐIR S–XL
VERÐ 44.995.–
ELLINGSEN HETTUPEYSA
STÆRÐIR S–XXL
VERÐ 9.995.–
FYRIR HANN
THERMATOR HÁLSKRAGI
VERÐ 2.695.–
SOREL CARIBOU
STÆRÐIR 41–45
VERÐ 21.995.–
KLAMATH RANGE II
STÆRÐIR S–XL
VERÐ 4.995.–
DEVOLD DUO ACTIVE
STÆRÐIR XS–XL
VERÐ 11.995.–
DEVOLD DUO ACTIVE
STÆRÐIR XS–XL
VERÐ 10.995.–
COLUMBIA THERMATOR
VERÐ 3.495.–
POWER LITE HOODED
STÆRÐIR S–XL
VERÐ 19.995.–
FYRIR BÖRNIN
DIDRIKSONS ZOE
STÆRÐIR 130–170
VERÐ 16.995.–
DIDRIKSONS BAWAL BUXUR
STÆRÐIR 80–140
VERÐ 3.995.–
DEVOLD DUO ACTIVE
STÆRÐIR 10–16
VERÐ 7.995.–
DIDRIKSONS BJÖRNEN COVERALL
STÆRÐIR 80–140
VERÐ 16.995.–
DIDRIKSONS BAWAL PEYSA
STÆRÐIR 80–140
VERÐ 4.995.–
SORELL SNOW COMMANDER
STÆRÐIR 25–31
VERÐ 7.995.–
DIDRIKSONS TOMBA HÚFA
STÆRÐIR 10–16
VERÐ 2.395.–
DIDRIKSONS MATT
STÆRÐIR 130–170
VERÐ 16.995.–
DEVOLD DUO ACTIVE
STÆRÐIR 10–16
VERÐ 6.995.–
SORELLYOOT PAC
STÆRÐIR 25–31
VERÐ 10.995.–
ELLINGSEN
FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVAGÖTU 1–3 AKUREYRI / 580 8500 / SÍÐAN 1916
WWW.ELLINGSEN.IS

Hipphoppvagninn heldur áfram að rúlla

Samkvæmt tölum frá Spotify er hipphopptónlistarstefnan hvergi nærri hætt að vera vinsæl. Í fyrra var tónlistarstefnan gríðarlega vinsæl en í ár aukast vinsældir hennar um heil 74% og það þó að Ed Sheeran slái öll met.

Árið 2017 var tvímælalaust árið hans Eds Sheeran samkvæmt tölum frá Spotify en plötu hans Divide var streymt 3,1 milljarðs sinnum á árinu og lagið Shape of You var sömuleiðis streymt um 1,4 milljarða sinnum. Þetta eru ótrúlegar tölur – líklega er samanlagður tími þriggja milljarða streyma á plötunni Divide eitthvað í kringum aldur alheimsins (þetta er ekki vísindalegur útreikningur).

Þessi árangur hjartaknúsarans Eds Sheeran var þó engan veginn nægjanlegur til að hrinda hipphopptónlistinni af vagninum sem hún ferðast með á ógnarhraða um þessar mundir – en ansi margir hafa spáð dauða tónlistarstefnunnar ítrekað síðustu misserin, án árangurs. Samkvæmt tölum frá Spotify jókst hlustun á þessa tiltölulega ungu tónlistarstefnu um 74% í heiminum frá því á síðasta ári, en þá var tónlistarstefnan einnig gríðarlega vinsæl.

Það þarf ekki annað en að skoða íslenska vinsældarlistann á Spotify til að sjá birtingarmynd þessarar stefnu í heiminum, en fyrir utan Ed Sheeran eru fimm vinsælustu tónlistarmennirnir á Íslandi allir rapparar – Aron Can, Jói Pé og Króli, Drake og Emmsjé Gauti.

Geoffrey hjá Sticky Records er spenntur fyrir framtíð Spotify.

ÉG VORKENNI TIL DÆMIS MJÖG MIKIÐ ROKKBÖRNUM Í GRUNNSKÓLA OG MENNTASKÓLA ÞVÍ AÐ EMMSJÉ GAUTI ER AÐ SPILA Á ÖLLUM BÖLLUNUM.

Vorkennir öllum rokkbörnunum

Tekur þú eftir þessum auknu vinsældum? „Já, þetta breyttist helling eftir að Vagg og velta kom út og ég náði inn hitturum. Strákarnir er fyrsti hittarinn minn. Um leið og þú nærð inn einum hittara þá er auðveldara fyrir þig að fá athygli á tónlistina sem kemur eftir það,“ segir Emmsjé Gauti, sem samkvæmt tölum frá Spotify er fimmti vinsælasti tónlistarmaður landsins – rétt á eftir Drake. Gauti útskýrir að þegar hann fylgist með Spotify Analytics, tölfræðilegum upplýsingum um hlustun sem listamenn hafa aðgang að, þá sjái hann að eitt vinsælt lag hækkar tölur á öllu öðru sem birtist eftir hann og eftir að hlustunum taki að fækka, fari þær samt aldrei niður í sömu hlustunartölur eða niður fyrir þær aftur. Þannig veldur algóritminn á Spotify því að vinsælir listamenn birtast mun oftar í lagalistum streymisveitunnar og fá því alltaf mikla spilun.

Emmsjé Gauti spilar meira og þénar meira í gegnum streymi en áður.

„Það er líka meira að gera í spilamennsku. Ég vorkenni til dæmis mjög mikið rokkbörnum í grunnskóla og menntaskóla því að Emmsjé Gauti er að spila á öllum böllunum,“ bætir Gauti við.

„Ég var skeptískur í fyrstu og hélt að þetta væri að fara að hafa slæm áhrif. En Spotify er í raun einu tekjurnar sem ég hef af tónlistarsölu í dag – það er í raun og veru bara streymi. Það er margfalt meira en plötusala er í dag. Þetta er 100 prósent framtíðin. Spotify á reyndar markaðinn og það væri gaman að fá einhvern annan inn svo listamennirnir fái meira greitt því að þeir mættu fá betur borgað, en ég held að það eigi eftir að lagast með tímanum.“

Áfram gakk, Spotify!

„Ég hef tekið eftir miklum mun á þessu ári sem er að líða og 2016. Bæði með minni eigin notkun á Spotify og þeirra sem í kringum mig eru. Veitan er að verða viðurkenndari og leiðandi aðferð við tónlistardreifingu. Um leið erum við að fylgjast með henni þróast á ógnarhraða. Hlakka til að sjá hvaða viðbætur munu koma á næstkomandi ári og vonandi verða þær í rétta átt. Ég tel að íslenskir listamenn eigi eftir að geta nýtt sér veituna enn þá meira sér til hagsbóta á næstu misserum. Áfram gakk, Spotify,“ segir Geoffrey Þór Huntington-Williams hjá plötufyrirtækinu Sticky Records, en það hefur gefið út efni með Gauta og Aroni Can.

stefanthor@frettabladid.is

SPORTS DIRECT

Opið til 22:00 fram að jólum

FISCHER RC4 BARNASKÍÐI OG BINDINGAR

TIL Í STÆRÐUM 130CM-150CM
TAKMARKAÐ FRAMBOÐ

MEGA VALUE **35.690 KR.**

ATOMIC REDSTER J2 BARNASKÍÐI OG BINDINGAR

TIL Í STÆRÐUM 110CM-150CM
TAKMARKAÐ FRAMBOÐ

MEGA VALUE **33.690 KR.**

ATOMIC CLOUD7 KVENNASKÍÐI OG BINDINGAR

TIL Í STÆRÐUM 148CM-155CM
TAKMARKAÐ FRAMBOÐ

MEGA VALUE **55.490 KR.**

ATMIC REDSTER SKÍÐI OG BINDINGAR

TIL Í STÆRÐUM 156CM-163CM
TAKMARKAÐ FRAMBOÐ

MEGA VALUE **55.490 KR.**

NEVICA VAIL BARNA SKÍÐAHJÁLMUR

TAKMARKAÐ FRAMBOÐ

MEGA VALUE **7.990 KR.**

NO FEAR BARNA SKÍÐAHANSKAR

FLEIRI TEGUNDIR TIL
VERÐ FRÁ

MEGA VALUE **2.990 KR.**

NEVICA SKÍÐAHANSKAR

FLEIRI TEGUNDIR TIL

MEGA VALUE **5.990 KR.**

NEVICA HÚFUR

FLEIRI TEGUNDIR TIL
VERÐ FRÁ

MEGA VALUE **1.990 KR.**

SALOMON SKÍÐASKÓR

MEGA VALUE **17.490 KR.**

NEVICA VAIL HERRA SKÍÐAÚLPA

MEGA VALUE **24.790 KR.**

KVENNA SKÍÐAÚLPA

VERÐ FRÁ

MEGA VALUE **15.490 KR.**

CAMPRI BARNASKÓR

TIL Í STÆRÐUM 28-34

MEGA VALUE **5.990 KR.**

GILDIR Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST. BIRT MEÐ FYRIRVARA UM INNSLÁTTAR- OG PRENTVILLUR.

SPORTS DIRECT

Skógarlind 2

Opnunartími
9.12-17.12: 10:00-22:00
18.12-23.12: 10:00-23:00
24.12: 10:00-14:00
25.12: LOKAÐ
31.12: LOKAÐ
1.1: LOKAÐ

Hin **Fullkomna** *Jólagjöf*

Gildir í verslunum Sportsdirect.com a íslandi!

SPORTS DIRECT GJAFAKORT

Lífið í vikunni 03.12.17-09.12.17

TEXTINN SKREF AFTUR Á BAK

Texti við nýja lagið Giftur leiknum með Herra Hnetusmjöri vakti athygli í vikunni. Óskar Steinn Ómarsson var einn þeirra sem settu spurningamerki við orðanotkun í textanum þar sem Herra Hnetusmjör rappar um að hann hafi tekið fram úr meðal annars hommum, ræflum og kellingum. Óskar sagði að það væri langt síðan hann hefði heyrt „hommi“ notað sem níðyrði og að texti Herra Hnetusmjörs sé skref aftur á bak.

ÍSLENDINGAR ÓLMIR Í HM

Samkvæmt könnun Fréttablaðsins ætla 14 prósent þeirra sem tóku afstöðu að rúlla til Rússlands að horfa á HM. Það gerir um 37 þúsund manns, séu niðurstöðurnar yfirfærðar á alla landsmenn á aldrinum 18 ára og eldri. Í könnun Fréttablaðsins var hringt í 1.316 manns þar til náðist í 804 samkvæmt lagskiptu úrtaki.

ÓLAFUR TIL ÍRANS

Tónlistarmaðurinn Ólafur Arnalds hélt á vit ævintýranna í vikunni og spilaði fyrir um 4.000 manns í Teheran í Íran. Hlutfall íranskra fylgjenda Ólafs á samfélagsmiðlum varð til þess að hann vildi spila fyrir þá. Seldist upp á tvenna tónleika á klukkutíma.

ÍRAFÁR MEÐ ENDURKOMU

Aðdáendur hljómsveitarinnar Írafárs geta nú tekið gleðidans því hljómsveitin ætlar að koma aftur saman í sumar eftir 12 ára hlé. Birgitta Haukdal Brynjarsdóttir, söngkona Írafárs, segir þau vera byrjuð að æfa og rifja upp gamla takta. „Við höfum ekki spilað saman í mörg ár þannig að við erum aðeins að rifja upp. En það er ótrúlegt hvað þetta kemur fljótt. Við spiluðum þessi lög náttúrlega svo ótrúlega oft í svo mörg ár.“

Fila og Gucci verða pizza í meðferð Þorgeirs. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Pizzan er matur fólksins

Þorgeir K. Blöndal og Vaka Njálsdóttir opna í dag sýningu og búð í Flatey Pizza. Þar verða bæði til sýnis og sölu bolir þar sem orðinu pizza hefur verið komið fyrir í lógóum ítalskra tískumerkja.

Í dag verður opnuð í Flatey Pizza á Grandagarði sýning og búð þar sem Þorgeir K. Blöndal hönnuður og Vaka Njálsdóttir ljósmyndari sýna og selja „falsaða“ boli frá ítölskum hönnuðum þar sem nafninu á hönnunarhúsinu hefur verið skipt út fyrir orðið pizza.

„Þegar ég var í útskriftarferðinni eftir að hafa klárað Verzló, á Marmaris, sá ég rosalega mikið af fölsuðum vörum frá stórum tískuframleiðendum eins og Louis Vuitton, Gucci og þannig. Það skemmtilega var að þegar maður spurði sölumennina að gamni sínu hvort þetta væri ekta svöruðu þeir alltaf að þetta væri „turkish real“. Það var eiginlega innblásturinn. Hugmyndin var að breyta þessu „high class“ merki í eitthvað sem allir í rauninni gætu átt og ég kallaði konseptið þá Real Italian flavor,“ segir Þorgeir.

Aðspurður af hverju orðið pizza komi í staðinn fyrir nöfn hönnuðanna segir Þorgeir mér að svarið við því sé tvíþætt – annars vegar vegna þess að þegar hann var í Verzló hafi einn félagi fallið og þurft að sækja annan framhaldsskóla og þeir félagarnir hafi því alltaf hist í pizzu á þriðjudögum til halda vinskapnum gangandi, síður sem hefur haldist frá 2013. Hins vegar vegna þess hve alþýðlegur matur pizzan er.

> **ÞETTA ER MATUR ALLRA – PIZZAN GETUR VERIÐ FÍNN MATUR, PIZZAN GETUR VERIÐ SKYNDIBITI [...] ÞETTA ER MATUR SEM HENTAR ÖLLUM – MATUR FÓLKSINS.**

„Þetta er matur allra – pizzan getur verið fínn matur, pizzan getur verið skyndibiti. Pizzan hefur náð að verða óháð nánast allri menningu, þó auðvitað komi hún upphaflega frá Ítalíu. Þetta er matur sem hentar öllum – matur fólksins.“

Hvernig verður sýningin sett upp hjá ykkur? „Vaka Njálsdóttir hefur verið að vinna í þessu með mér og við höfum verið að búa til efni – til að mynda „zine“ sem verður þarna á boðstólum, með ljósmyndum og öðru. Svo verða þarna bolir sem fólk getur keypt.“

Þetta verður síðasti séns á að eignast svona bol frá Þorgeiri enda verða ekki fleiri framleiddir. En hann segist heldur betur ekki vera búinn að segja skilið við pizzuna þó að hann sé hættur að nota hana sem staðgengil í nöfnum á ítölskum hátískumerkjum.

„Ég er líklega að fara að nota pizzuna í önnur konsept. Ég hef áður notað pizzuna í verkefni sem ég hef gert. Í sjálfstæðum verkum sem ég geri hef ég gaman af því að nota pizzuna. Þetta er matur fólksins, pizzan er fyrir alla.“

stefanthor@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hafsteinn Hafsteinsson *hafsteinn@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@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*

NÝJAR SENDINGAR

habitat SÍÐAN 1964

TEKK COMPANY

TEKK COMPANY OG HABITAT
SKÓGARLIND 2, KÓPAVOGI
SÍMI 564 4400 | OPIÐ MÁN-FÖS 10-18
LAU 11-17 OG SUN 13-17
VEFVERSLUN Á WWW.TEKK.IS

BOSCH

Harðir pakkar með notagildi

SKRÚFVÉL
IXO V & IXOLino
3,6V
6.745kr.
748640055
Almennt verð: 8.995kr.

HÖGGBORVÉL
PSB650RE
14.995kr.
74860652

RAFHLÖÐUVÉL
PSR 14,4Li, 2x2,5Ah
19.495kr.
74864116
Almennt verð: 25.995kr.

STINGSÖG
PST 650
9.495kr.
74862660

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/ eða myndabrengl. Tilboð gilda til 13. desember eða á meðan birgðir endast.

LJÓS
Laser 8 mismunandi myndir með tímastilli
5.595kr.
51880638
Almennt verð: 7.495kr.

Gerðu frábær kaup!

HRAÐSUÐUKANNA
1,7l. 2200W stál
7.995kr.
65742039
Almennt verð: 9.995kr.

MATVINNSLUVÉL
8.995kr.
MCM3110W
Almennt verð: 11.995kr.

Tilboð!

25% AFSLÁTTUR

BOSCH

smáraftæki

KAFFIVÉL
1200W
7.995kr.
65742035
Almennt verð: 9.995kr

BRAUÐRIST
1090W hvít
5.995kr.
65742036
Almennt verð: 7.995kr.

HANDÞEYTARI
375W
5.395kr.
65742040
Almennt verð: 6.995kr.

Moomin eftirlæti allra

takmarkað magn

MOOMINBOLLI
30cl. ýmsar gerðir
2.895kr./stk
46304939

Jóladagskrá í Breiddinni um helgina

Möndlubásinn er kominn aftur!
Hann sló í gegn í fyrra – yndislegur ilmur og gott bragð – alvöru jólastemning! *13-16 á laugardag*

MÖNDLUBÁSINN
alltaf yndislegur
2010

Jólaföndur fyrir krakkana alla helgina. Á meðan stóra fólkið verslar búa börnin til skemmtilegar jólagjafir handa þeim í boði BYKO. *Á meðan pláss leyfir*

Jólasveinar mæta á svæðið! Krakkar fá nammipoka frá jólasveinunum 14-15 á laugardag

Taktu skemmtilega jólamynd! Merktu myndina með #bykojol2017 á Instagram eða facebook og þú gætir unnið veglega vinninga. Fylgstu með á facebooksíðu BYKO

KAFFIHORNIÐ BREIDD

Jóla-hlaðborð

11[30] til 16[00]
LAUGARDAG OG SUNNUDAG
2.490kr
Börn 12 ára og yngri **1.790kr**

Auðvelt að versla á byko.is

BYKO
SKREYTUM SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5000** Vísir

Ritstjórn 512 5200 Fax: 512 5301 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Ísafoldarprentsmiðja

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.

FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

Póstdreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is **Ef blaðið berst ekki** 800 1177

BAKÞANKAR

Óttars Guðmundssonar

Heilbrigðishítin

Í nýafstaðinni kosningabaráttu voru allir frambjóðendur sammála um að efla heilbrigðiskerfið. Menn yfirbuðu hver annan eins og drukknir gestir á bögglauppboði á karlakvöldi. Upphæðirnar skiptu milljörðum enda sögðu sumir kerfið vera á brauðfótum og flaggskipið, Landspítalinn, maraði í hálfu kafi. En það kostar klof að ríða röftum. Læknisfræðinni fleygir fram og meðferð og rannsóknir verða æ dýrari.

Nútímalæknisfræði má líkja við vísindaskáldsögu þar sem hátækni og kostnaði eru engin takmörk sett. Líffærabankar með varahlutum úr dýrum, fólki eða plasti eru innan seilingar. Halda má fólki lifandi í öndunarvélum í nokkur ár. Hægt er að gera eitthvað fyrir alla til að lengja líf um vikur eða mánuði ef efni eru nóg. Fársjúkir sjúklingar eru sendir fyrir stórfé til útlanda í vafasamar meðferðir og rannsóknir. Spurningin er hvort meðhöndla eigi alltaf af fullum krafti án tillits til greiningar, aldurs eða almenns ástands? Hvenær á að gefast upp og viðurkenna tilvist dauðans og endanleika lífsins? Skiptir lífslengd meira máli en lífsgæði?

Heilbrigðiskerfið verður smám saman að botnlausri hít sem enginn getur stjórnað eða skilið. Fjárþörfin eykst stöðugt með aukinni tækni og kröfum. Óánægjuraddir um heilbrigðiskerfið eiga greiðan aðgang að fjölmiðlum til að þrýsta á um aukna þjónustu.

Landlæknir hefur lagt til að gerðar verði skipulagsbreytingar á heilbrigðiskerfinu áður en meiri peningum er mokað í hítina. Nýr heilbrigðisráðherra boðaði á dögunum á Bessastöðum stóraukin framlög í málaflokkinn. Væri ekki skynsamlegt að skoða hvernig við erum að eyða öllum þessum fjármunum? Án forgangsröðunar og endurskipulagningar verður íslenska heilbrigðiskerfið alltaf svarthol sem sogar til sín opinbera fjármuni og fær aldrei nóg.

OPIÐ 24 TÍMA
Opið allan sólarhringinn í öllum verslunum
Iceland

Glæsilegar jólagjafir
MICHELSEN ÚRSMIÐIR
michelsen.is

595,-
VINTER 2017 gjafaborði

VINTER 2017 gjafapappír
895,-/3 í setti

VINTER 2017 skrautstjörnur
495,-/3 í pk.

VINTER 2017
merkimiðar
195,-/16 í setti

VINTER 2017
skrautlengja
350,-

Þú færð allan pakkann í IKEA

Gjafirnar eru hluti jólaundirbúningsins og þótt jólin standi ekki og falli með gjöfunum þá er það ljúf tilfinning að finna einmitt réttu gjöfina handa þeim sem manni þykir vænt um. Þegar rétta gjöfin er fundin á svo bara eftir að pakka henni fallega inn og hugsa hlýtt til viðtakandans á meðan. Í IKEA fæst úrval af gjafapokum, -pappír, -borðum og merkimiðum sem gera gjöfinni þinni hátt undir höfði.

VINTER 2017
gjafaborði
595,-

295,-/90 í pk.
VINTER 2017
merkimiðar

VINTER 2017
gjafapappír
250,-

VINTER 2017
skrautkúlur. Ø2cm
295,-/12 í pk.

VINTER 2017
gjafaöskjur
395,-/2 í pk.

175,-
VINTER 2017 gjafapappír

595,-/12 í setti
VINTER 2017
gjafapokar

VINTER 2017
límbandsrúllur
395,-/3 í setti

VINTER 2017
gjafapappír
250,-

Það er jólafjör alla helgina frá 13-17

495,-
Klementínur 2,3kg

Komdu og smakkaðu ómótstæðilegar, nýbakaðar smákökur

Komdu í ókeypis myndatöku með jólasveininum

IKEA jólaglöggið er engu líkt. Prófaðu!

© Inter IKEA Systems B.V. 2017

Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingastaður opinn 9:30-20:30 - **www.IKEA.is**

IKEA®