FRÉTTABLAÐIÐ

33. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 8. FEBRÚAR 2019

Segist vanhæf í máli Geirfinns og Guðmundar

Ríkissaksóknari hefur lýst sig vanhæfa til að taka afstöðu til nýrra ábendinga í Guðmundar- og Geirfinnsmálum. Ráðuneytið hefur ekki aðhafst en hefur málið til meðferðar. Nýjar ábendingar bárust yfirvöldum um mannshvörfin árin 2015 og 2016.

LÖGREGLUMÁL Sigríður Friðjónsdóttir ríkissaksóknari er að eigin mati vanhæf til að taka afstöðu til þess hvort hefja á rannsókn að nýju á afdrifum Guðmundar og Geirfinns Einarssona. Hún tilkynnti dómsmálaráðherra um vanhæfi sitt með bréfi 12. desember síðastliðinn.

Sigríður Friðjónsdóttir ríkissaksóknari.

Eins og fram kom við upphaf endurupptökumálsins er Sigríður Friðjónsdóttir ríkissaksóknari tengd Erni Höskuldssyni fjölskylduböndum en hann stýrði rannsókn á áttunda áratugnum gegn sexmenningunum sem sakfelld voru fyrir aðild að mannshvörfunum tveimur.

Dómsmálaráðherra hefur ekki tekið afstöðu til þess hvort einhver annar verði settur ríkissaksóknari til að taka ákvörðun um nýja rannsókn en samkvæmt upplýsingum frá dómsmálaráðuneytinu hefur erindið verið móttekið og er til meðferðar.

Þegar Davíð Þór Björgvinsson, settur saksóknari í endurupptökumálinu, skilaði vinnu sinni af sér til embættis ríkissaksóknara eftir að sýknudómur féll í Hæstarétti síðastliðið haust vakti hann sérstaka athygli á ábendingum um afdrif mannana tveggja sem komið hafa fram á undanförnum árum og vísað var til hans. Þar á meðal var ábending um afdrif Guðmundar sem leiddi til handtöku tveggja manna árið 2015. Einnig voru teknar skýrslur af tveimur vitnum árið 2016 vegna meintra atvika í Vestmannaeyjum dagana í kringum hvarf Geirfinns árið 1974.

Fréttablaðið greindi frá því í haust að lögreglan á höfuðborgarsvæðinu lægi undir feldi vegna málsins og hefði hug á að hefja rannsókn að nýju en biði formlegrar afstöðu ríkissaksóknara. Það er hins vegar einungis Guðmundarmálið sem er á forræði þess embættis en Guðmundur hvarf í Hafnarfirði í janúar 1974.

Hvarf Geirfinns heyrir hins vegar undir lögregluna á Suðurnesjum og það var lögreglan í Keflavík sem rannsakaði málið á sínum tíma.

Þar var málinu lokað um mitt ár 1975 sem óupplýstu mannshvarfi, áður en lögreglan í Reykjavík kallaði eftir gögnum þaðan í janúar 1976, þegar fjöldi fólks var í gæsluvarðhaldi í Síðumúla vegna Guðmundarmáls. **– aá**

Lambahryggir gætu klárast

LANDBÚNAÐUR „Það getur vel verið að haldi svo fram sem horfir verði ekki mikið til af lambahryggjum í sumar,“ segir Ágúst Torfi Hauksson, formaður Landssamtaka

Ágúst Torfi Hauksson.

sláturleyfishafa. Framleiðsla annar kannski ekki innanlandsmarkaði. Útflutningur orki því tvímælis við þessar aðstæður. **– sa /** **sjá síðu 6**

Andlát til rannsóknar

LÖGREGLUMÁL Lögreglan á Suðurnesjum rannsakar nú andlát sem varð í Grindavík á sjötta tímanum í gær. Samkvæmt heimildum var einn handtekinn vegna málsins.

Varðstjóri lögreglunnar gat ekkert staðfest við Fréttablaðið í gærkvöldi. Boðaði tilkynningu og varðist allra fregna. Rannsóknardeildin á Suðurnesjum annast málið.

Blaðið hefur upplýsingar um að lögreglan hafi gengið í nálæg hús í Grindavík og leitað vitna. Tilkynning lögreglu hafði ekki borist þegar Fréttablaðið fór í prentun. Nýjustu fréttir af málinu má finna á Fréttablaðið.is. **– bg**

Vetrarhátíð var sett í gærkvöldi. Opnunaratriðið var ljósainnsetning sem varpað er á Hallgrímskirkju. Víkingar gengu svo fylktu liði niður að Listasafni Reykjavíkur. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS Fleiri myndir frá Vetrarhátíð er að finna á +Plússíðu Fréttablaðsins. **Fréttablaðið +Plús er í Fréttablaðsappinu og PDF-útgáfu á Fréttablaðið.is.**

Veður

Norðaustan 13-23, hvassast SA-lands. Snjókoma eða él, en þurrt og bjart veður á S- og SV-landi. Norðanhríð á A-verðu landinu með lélegu skyggni. Frost 0 til 8 stig. SJÁ SÍÐU 16

Landeigendur Reykjahlíðar voru stórhuga árið 2014 um gjaldtöku við Námaskarð. FRÉTTABLAÐIÐ/VÖLUNDUR

Landeigendur í mál við hreppinn

DÓMSTÓLAR Landeigendur Reykjahlíðar í Þingeyjarsýslu hafa stefnt Skútustaðahreppi fyrir Héraðsdóm Norðurlands eystra og krefjast þess að fá hærri greiðslu fyrir heitt vatn en heitt vatn til hreppsins kemur úr landi Reykjahlíðar.

Þorsteinn Gunnarsson, sveitarstjóri Skútustaðahrepps, segir ekki um verulegar fjárhæðir að ræða. „Í grunninn er þetta byggt á gömlum samningi frá því rétt eftir 1970. Með frekari og bættri tækni hafa orðið breytingar. Landeigendur óska eftir því að uppgjör samnings frá þeim tíma verði á einhvern hátt lagfært,“ segir Þorsteinn. „Við erum nú ekki að tala um miklar upphæðir en þetta hleypur á nokkur hundruð þúsund krónum árlega.“

Landeigendur í Reykjahlíð eru þó nokkrir og er jörðin, sem er óskipt, í eigu einkahlutafélags sem heitir Landeigendur Reykjahlíðar ehf. Stærsti eigandi einkahlutafélagsins er fyrrverandi sveitarstjóri Skútustaðahrepps, Guðrún María Valgeirsdóttir. Jörðin er gríðarstór og nær frá Dettifossi í austri að Námaskarði í vestri.

Málið er á dagskrá héraðsdómsins um miðjan næsta mánuð. Þorsteinn vonar að hægt verði að klára málið með sátt áður en að þeim tíma komi. „Við höfum fundað með eigendum og við munum funda aftur í næstu viku. Við teljum það betra að ná sátt og klára þetta með samningum,“ bætir Þorsteinn við. **– sa**

Þvottastöðvar á yfirsnúningi

Bílabaðið reyndist mörgum biðarinnar virði í gær. Leysingar í vikunni afhjúpuðu grútskítugar götur sem snjór og ís höfðu áður falið. Við þvottastöð Löðurs við Fiskislóð á Granda var svo löng biðröð frá morgni til kvölds að aðrir vegfarendur komust vart leiðar sinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Göngin sönnuðu gildi sitt eftir slys

UMFERÐARSLYS Tvennt slasaðist alvarlega í gær í Ljósavatnsskarði þegar tvær bifreiðar skullu saman og lentu utan vegar. Voru bifreiðarnar sem um ræðir að koma hvor úr sinni áttinni.

Tvennt var í báðum bifreiðunum. Ökumaður og farþegi í öðrum bílnum slösuðust ekki alvarlega en í hinum bílnum slösuðust báðir alvarlega og voru fluttir til Akureyrar. Klippa þurfti ökumann bifreiðarinnar úr bílnum.

Samkvæmt varðstjóra á vakt hjá Slökkviliðinu á Akureyri skipti miklu máli að Vaðlaheiðargöngin væru komin í gagnið, með þeim hafi viðbragðstími verið styttri en ella og hægt að komast að hinum slösuðu fyrr. Kalt var á svæðinu og hinir slösuðu því orðnir nokkuð kaldir.

Allir fjórir sem lentu í slysinu voru íslenskir ríkisborgarar. **– sa**

Brýnna verk að skoða auglýsingasölu RÚV

Sveinn R. Eyjólfsson, einn reyndasti blaðaútgefandi landsins, telur frumvarp um stuðning við einkarekna fjölmiðla litlu breyta fyrir þá miðla sem mestu máli skipti. Endurskoðun á stöðu RÚV á auglýsingamarkaði væri alvöru aðgerð.

FJÖLMIÐLAR „Ég er þeirrar skoðunar að þetta frumvarp hafi afskaplega lítið að segja fyrir alvöru fjölmiðla. Þetta er kannski til þess fallið að halda lífinu í þessum minni miðlum sem er kannski sjónarmið í sjálfu sér en breytir engu um rekstrarumhverfi þeirra fjölmiðla sem skipta mestu máli,“ segir Sveinn R. Eyjólfsson, fyrrverandi blaðaútgefandi, um frumvarp menntamálaráðherra um stuðning við einkarekna fjölmiðla.

Sveinn hefur mikla reynslu af blaðaútgáfu en hann var meðal annars útgefandi Vísis og stofnaði ásamt öðrum Dagblaðið, DV og Fréttablaðið. Aðspurður segist hann ekki þora að segja til um það hvort staða fjölmiðla nú sé verri en á hans tíð.

„Ég var í þessu í 40 ár og þetta var upp og niður á þeim tíma. Maður þurfti að glíma við alls konar aðstæður.“

Frumvarp Lilju Alfreðsdóttur menntamálaráðherra gengur út á að einkareknir fjölmiðlar geti að uppfylltum skilyrðum fengið opinbera styrki til að mæta launakostnaði á ritstjórnum. Fleiri þættir eru til skoðunar eins og staða RÚV á auglýsingamarkaði.

„Það er orðið löngu tímabært að fara yfir hlut RÚV á auglýsingamarkaði. Slíkar aðgerðir hefðu miklu meira vægi fyrir rekstur fjölmiðla. Það væri raunveruleg aðgerð.“

Fyrirmynd frumvarpsins er meðal annars sótt til hinna Norðurlandanna en Sveinn bendir á að þangað væri hægt að sækja fleiri hugmyndir.

„Varðandi dagblöðin væri það skilvirkasta leiðin að fara þá leið

Sveinn R. Eyjólfsson er margreyndur í rekstri dagblaða. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

> **Ég var í þessu í 40 ár og þetta var upp og niður á þeim tíma. Maður þurfti að glíma við alls konar aðstæður.**
>
> Sveinn R. Eyjólfsson, fyrrverandi blaðaútgefandi

sem Norðmenn fóru og veita styrki vegna pappírskaupa. Það kom dagblöðum mjög vel því þar er stór hluti kostnaðar. Þetta er líka markviss stuðningur því það fer ekkert á milli mála í hvað hann fer.“

Hann telur að sú þróun sem átt hefur sér stað í útgáfu dagblaða á Vesturlöndum þar sem blöðum fækkar og upplag minnkar verði ekki breytt. „Þetta er náttúrulega allt annað umhverfi en var í minni tíð. Þótt sjónvarpið kæmi þarna inn og færi að slást við okkur um auglýsingar þá var ekki netið þar að auki.“

Sveinn rifjar upp að þegar hann var að stíga sín fyrstu skref í dagblaðabransanum hafi verið til staðar ákveðinn ríkisstyrkur sem fólst í því að ríkið keypti ákveðið margar áskriftir að dagblöðunum.

„Það var eiginlega mitt fyrsta verk þegar ég byrjaði á Vísi að segja þessum áskriftum upp vegna þess að ég vildi ekki ríkisstyrk. Þar að auki vissi ég með sjálfum mér að lausasalan myndi taka við þessu sem reyndist raunin. Þetta var eini ríkisstyrkurinn á minni tíð en þetta var fellt niður upp úr þessu.“

sighvatur@frettabladid.is

BRAUÐOSTUR Á TILBOÐI

Nú færðu Brauðost 26% í sérmerktum umbúðum í næstu verslun!

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Matarmiklar súpur
FULLELDAÐAR
Aðeins að hita

1kg

Umhverfisvænni
UMBÚÐIR
Sömu góðu súpurnar

1.598
kr. 1 kg

Mexíkósk Kjúklingasúpa, 1 kg
Ungversk Gúllassúpa, 1 kg
Íslensk Kjötsúpa, 1 kg

MINNA PLAST
MINNI MENGUN

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 – Verð gildir til og með **10. febrúar** eða meðan birgðir endast.

Hugvitið og nýsköpunin eina leiðin fram á við

NÝSKÖPUN „Þetta er framlag Samtaka iðnaðarins við mótun nýsköpunarstefnu fyrir Ísland. Við erum að leggja til ýmsar aðgerðir á þessu sviði og viljum sjá meira gerast í þessum málaflokki á kjörtímabilinu því við erum að dragast aftur úr í samanburði við önnur ríki,“ segir Sigríður Mogensen, sviðsstjóri hugverkasviðs Samtaka iðnaðarins, um nýsköpunarstefnu samtakanna sem kynnt var í gær.

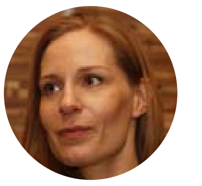
Í stefnunni er staðan eins og hún er í dag dregin fram sem og framtíðarsýn fyrir árið 2050. Bent er á að nú séu margvíslegir veikleikar í umhverfi nýsköpunar á Íslandi. Til að bæta umgjörð og hvata til nýsköpunar á Íslandi eru lagðar til aðgerðir í fjórum meginþáttum.

Í fyrsta lagi er lagt til að fjárfesting í rannsóknum og þróun verði aukin meðal annars með afnámi á þaki á endurgreiðslur og skattaívilnunum.

Í öðru lagi er lagt til að framboð af sérfræðingum verði aukið með því að horfa til uppbyggingar menntakerfisins og efla umgjörð til að taka á móti sérfræðingum.

Þá er lagt til að stuðningsumhverfið verði einfaldað og eflt. Hægt sé að ná fram meiri skilvirkni og hagræðingu með því að sameina málaflokkinn undir einni stofnun. Að lokum er bent á mikilvægi þess að efla kynningar- og markaðsstarf

> Viljum sjá meira gerast í þessum málaflokki á kjörtímabilinu.
>
> Sigríður Mogensen



þannig að Íslandi verði kynnt sem ákjósanlegur staður fyrir fólk og fyrirtæki í nýsköpun.

Sigríður segir að verði ekki gripið til aðgerða sem allra fyrst muni það koma niður á lífskjörum í framtíðinni. „Þá munum við ekki ná að byggja upp þá verðmætasköpun sem við þurfum. Það er grundvallaratriðið í þessu því hugvitið og nýsköpunin er eina leiðin fram á við.“ **– sar**

Uppstokkun í stjórnsýslunni

REYKJAVÍK Borgarráð samþykkti í gær að leggja niður skrifstofu eignaog atvinnuþróunar (SEA) eftir að hún fékk útreið í skýrslu um framkvæmdirnar við Nauthólsveg 100, endurbætur á bragganum margumtalaða.

Samþykktar voru fleiri breytingar sem taka gildi 1. júní en vinnan að þeim var leidd af formanni borgarráðs, Þórdísi Lóu Þórhallsdóttur.

„Þarna erum við enn fremur að skýra ábyrgð og að stjórnsýslan sé gegnsæ með það að markmiði að

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir.

bæta þjónustu við borgarbúa og tryggja skilvirkari stjórnsýslu, sem mun gagnast okkur öllum,“ segir Þórdís Lóa.

Tíu aðrar breytingar voru kynntar í gær, en meðal þeirra er að leggja niður fjármálaskrifstofu og skrifstofu þjónustu og reksturs.

Til verða þrjú ný kjarnasvið, svið þjónustu og nýsköpunar, svið mannauðs og starfsumhverfis og svið fjármála og áhættustýringar. Þá fær innkauparáð aukið hlutverk auk þess sem starf regluvarðar Reykjavíkurborgar verður eflt. Með þessum breytingum er lögð áhersla á vandaða, skilvirka framkvæmd og ákvarðanatöku. **– dfb**

FRÉTTABLAÐIÐ

Vertu fyrst/ur að lesa blaðið

Fáðu blað dagsins í tölvupósti kl. 5.00 á morgnana.

Skráðu þig á póstlista Fréttablaðsins á **www.frettabladid.is/nyskraning.** Það kostar ekkert.

Leggja til að skattbyrði þeirra tekjuhæstu verði hækkuð

Efling kynnti í gær skýrslu um umbætur á skattkerfinu þar sem lagt er upp með sanngjarnari dreifingu skattbyrðar. Skýrsluhöfundar segja skattatilfærslu hafa átt sér stað þar sem byrðar hafi verið færðar af tekjuhæstu hópunum yfir á þá tekjulægri. Lagt er upp með fjögurra þrepa skattkerfi til að leiðrétta tilfærsluna.

SKATTAMÁL „Tekjuskattkerfi eins og hér er útfært er ekki aðeins sanngjarnara og skilvirkara en núverandi skattkerfi. Það myndi leiðrétta að hluta hina stóru og óréttlátu skattatilfærslu sem hér varð fyrir tilstilli stjórnvalda, án þess að það væri kynnt eða rætt í samfélaginu.“

Þetta segir í niðurstöðukafla skýrslu um umbætur á skattkerfinu sem Stefán Ólafsson, prófessor í félagsfræði, og Indriði H. Þorláksson, fyrrverandi ríkisskattstjóri, unnu fyrir Eflingu og kynnt var í gær.

Í skýrslunni er dregið fram að skattbyrði tekjulægstu 90 prósentanna hafi aukist umtalsvert á um það bil síðustu 20 árum. Á sama tíma hafi skattbyrði tekjuhæsta hópsins lækkað.

Þeir Stefán og Indriði útfæra í skýrslunni fjögurra þrepa skattkerfi í samræmi við stefnu ASÍ. Fyrir láglaunafólk væri um 20 til 29 þúsund krónur á mánuði að ræða.

Alls myndu 90 prósent skattgreiðenda fá skattalækkun, lítil breyting yrði hjá næstu fimm prósentunum en tekjuhæstu fimm prósentin fengju hækkaða skattbyrði.

Nettókostnaður ríkissjóðs vegna kerfisins yrði um 30 milljarðar. Þeir Stefán og Indriði telja að fjármagna mætti það á auðveldan hátt. Til dæmis væri hægt að nýta þá 14 milljarða sem eyrnamerktir hafa verið í skattalækkanir upp á 14 milljarða og taka 16 milljarða af tekjuafgangi ríkissjóðs.

„Við leggjum áherslu á að það er ekki að okkar mati neitt svigrúm til að lækka skatttekjur ríkissjóðs. Það kemur bara í bakið á mönnum með minni þjónustu ríkisins. Þarna eru

Samkvæmt útfærslu skýrslunnar myndi tekjuskattur lækka hjá 90 prósentum skattgreiðenda. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

> Við leggjum áherslu á að það er ekki að okkar mati neitt svigrúm til að lækka skatttekjur ríkissjóðs.
>
> Indriði H. Þorláksson, fyrrverandi ríkisskattstjóri

fjölmargar tillögur sem myndu meira en duga til þess að jafna stöðuna og gott betur.“

Hægt væri að ráðast í enn frekari skattalækkun með hækkun persónuafsláttar og skattleysismarka sem myndu nýtast lægstu tekjuhópunum best.

Til að fjármagna slíkt væri hægt að hækka fjármagnstekjuskatt til samræmis við það sem gerist á hinum Norðurlöndunum og taka upp stóreignaskatt með frítekjumarki. Þá væri hægt að leggja á sanngjörn auðlindagjöld fyrir þær atvinnugreinar sem nýti sameiginlegar auðlindir þjóðarinnar.

Indriði leggur áherslu á að skoða þurfi fleiri þætti en tekjuskattkerfið. „Orsökin fyrir þessu misræmi milli hópa er ekki síst fólgin í því hvað fjármagnstekjur eru orðnar stór hluti af heildartekjunum og hvernig skattlagning á þeim hefur verið ívilnandi.“

Þá lendi til að mynda virðisaukaskattur hlutfallslega þyngra á tekjulágum en tekjuháum vegna þess að þeir noti tekjur sínar í meira mæli í skattskylda vöru og þjónustu. „Þess vegna eru beinir skattar í rauninni eina tækið sem stjórnvöld hafa til að rétta við dreifingu skattbyrðar. Hvort sem það er tekjuskattur, fjármagnstekjuskattur eða eignaskattar,“ segir Indriði. **sighvatur@frettabladid.is**

ENNEMM / SÍA / NM92141

www.mini.is

PLUG-IN HYBRID OG FJÓRHJÓLADRIF.

MINI COUNTRYMAN PLUG-IN
VERÐ FRÁ: 5.850.000 KR.

B|L

BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

MINI

TAX FREE

SNYRTIVÖRU DAGAR

7.-11. febrúar

Taxfree* af öllum snyrtivörum

*Taxfree jafngildir 19,36% afslætti

Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 24% virðisaukaskatt af þessari sölu.

HAGKAUP

Meira svona *alla daga*

Icelandair tapaði 6,6 milljörðum króna á erfiðu rekstrarári

Bogi Nils Bogason.

VIÐSKIPTI „Árið 2018 var erfitt rekstrarár,“ segir Bogi Nils Bogason, forstjóri Icelandair, eftir að félagið greindi frá afkomu sinni á síðasta ári í gær.

„Rekstrarniðurstaðan var mun lakari en lagt var upp með í byrjun árs og endurspeglar harða samkeppni í millilandaflugi, lág og oft ósjálfbær fargjöld og mikla hækkun eldsneytisverðs. Jafnframt höfðu breytingar á sölu- og markaðsstarfsemi félagsins sem og ójafnvægi í leiðakerfi neikvæð áhrif á afkomuna, eins og áður hefur verið kynnt,“ er haft eftir Boga Nils í fréttatilkynningu.

Í tilkynningu Icelandair segir að heildartekjur hafi aukist um 7 prósent milli ára og numið 1.511 milljónum Bandaríkjadala. Tap ársins eftir skatta hafi hins vegar numið 55,6 milljónum dala, eða sem nemur 6,6 milljörðum íslenskra króna á núverandi gengi. Ljóst er að niðursveiflan er umtalsverð því árið áður skilaði félagið hagnaði upp á 37,5 milljónir dala.

Forstjórinn segir að breytingar hafi þegar verið gerðar á félaginu til að ná markmiðum þess um bætta arðsemi og rekstur félagsins til framtíðar.

„Ljóst er að áfram ríkir óvissa í rekstrarumhverfi félagsins auk þess sem breytingar eru að eiga sér stað í samkeppnisumhverfinu,“ segir Bogi í tilkynningu og bætir við að fjárhagsstaða félagsins sé sterk og það í stakk búið til að takast á við komandi áskoranir.

Íslenskir lífeyrissjóðir eru stærstu eigendur Icelandair Group. **– smj**

Matteo Salvini, innanríkisráðherra Ítala, vill að deilunni við Frakka linni. NORDICPHOTOS/AFP

Sendiherra kallaður heim

FRAKKLAND Sendiherra Frakklands á Ítalíu var kallaður heim í gær vegna yfirstandandi deilu ríkjanna tveggja. Þetta er í fyrsta skiptið sem franskur erindreki er kallaður frá Ítalíu frá því í síðari heimsstyrjöld.

Franska utanríkisráðuneytið sagði í yfirlýsingu að ákvörðunin hafi verið tekin vegna særandi ummæla ítalskra stjórnvalda. Kornið sem fyllti mælinn hafi komið þegar Luigi di Maio, fjármálaráðherra Ítalíu, fundaði með Gulu vestunum svokölluðu.

„Frakkar hafa um nokkurra mánaða skeið sætt ítrekuðum og ósönnum svívirðingum. Það að vera ósammála er eitt en það að skaða samband ríkjanna tveggja í von um að tryggja sér pólitískar vinsældir er annað,“ sagði í yfirlýsingunni.

„Ítalska ríkisstjórnin vill ekki missa sitt góða samband við Frakka,“ sagði Matteo Salvini, innanríkisráðherra Ítala en ítrekaði þrjár kröfur sem hann hefur áður sett fram, og eru stór ástæða fyrir deilunni. Í fyrsta lagi þyrfti franska lögreglan að hætta að beina flóttafólki til Ítalíu, í öðru lagi að hætta að tefja umferð á landamærunum og í þriðja lagi að framselja fimmtán ítalska skæruliða sem hafa sest að í Frakklandi. **– þea**

Líklegt að lambahryggir gangi til þurrðar í sumarbyrjun

Ef fram heldur sem horfir gæti farið svo að framleiðslan á lambahryggjum anni ekki innanlandsmarkaði. Formaður Landssamtaka sláturleyfishafa telur ekki réttlætanlegt að flytja út hryggi á sama tíma og mögulegur skortur er á vörunni hérlendis.

Auðvelt hefur verið að koma lambahryggjum í verð og voru fyrirtæki líklega of fljót á sér við útflutning.

LANDBÚNAÐUR Talið er líklegt að lambahryggir klárist strax í byrjun sumars hér á landi og verði ekki fáanlegir aftur fyrr en í næstu sláturtíð í haust. Auðvelt hefur verið að koma lambahryggjum í verð. Formaður félags sláturleyfishafa telur fyrirtæki hafa kannski verið heldur fljót á sér að flytja kjöt út í lok síðasta árs.

Um 10.500 tonn af lambakjöti voru framleidd í síðustu sláturtíð. Strax voru flutt út um 1.300 tonn á erlenda markaði á síðasta fjórðungi síðasta árs. „Það er nokkuð augljóst að í lok síðustu sláturtíðar var nóg til af hryggjum fyrir innlendan markað. Menn hafa kannski verið full brattir í að losa birgðir, og menn fengu allt í lagi verð fyrir það sem þeir fluttu út,“ segir Ágúst Torfi Hauksson, formaður Landssamtaka sláturleyfishafa.

„Það getur vel verið að haldi svo fram sem horfir verði ekki mikið til af lambahryggjum í sumar. Það liggur alveg fyrir. Ég mun ekki geta skaffað hryggi í því magni sem ég gat í fyrrasumar,“ segir Ágúst Torfi Hauksson „Ég ætla ekkert að mótmæla því að það verði lítið til af hryggjum í sumar.“

> **Það getur vel verið að haldi svo fram sem horfir verði ekki mikið til af lambahryggjum í sumar.**
>
> Ágúst Torfi Hauksson, formaður Landssamtaka sláturleyfishafa

Samkvæmt samtölum Fréttablaðsins við aðila sem þekkja vel til sauðfjárframleiðslu telja þeir líklegast að ef fram heldur sem horfir að lambahryggir verði að öllum líkindum búnir í landinu í júní.

Sauðfjárframleiðsla hér á landi er ríkisstyrkt. Telur Ágúst Torfi þá réttlætanlegt að flytja út ríkisstyrkta lambahryggi ef ekki verður síðan nóg til af hryggjum fyrir innlendan markað, það fólk sem niðurgreiðir framleiðsluna? „Nei. Ég hygg að vandamálið sé meðal annars það að samvinna sláturleyfishafa varðandi slátrun og ráðstöfun kjöts í framhaldi af slátrun hefur ekki verið heimiluð. Þannig að það er engin samvinna milli aðila um hversu mikið er flutt út og hvað er flutt út. Hún er ekki leyfð. Það veldur því að hvert fyrirtæki tekur ákvörðun sjálft. Þá getur það gerst að það sé flutt út of mikið of snemma.“

sveinn@frettabladid.is

ALVÖRU ÚTSALA Í MÚRBÚÐINNI

LÝKUR NÚNA UM HELGINA!

Allt að 50% AFSLÁTTUR

Harðparket, vínilparket, viðarparket

Verðdæmi:
8mm Harðparket Smoke Eik. Verð nú **770** kr/m² **50%** afsáttur
12mm Harðparket Eik hvíttuð. Verð nú **1.718** kr/m2 **25%** afsláttur
14mm Parket Eik hvíttuð Natural. Verð nú **1.995** **50%** afsláttur

CERAVID

25% AFSLÁTTUR

CERAVID SETT
WC - kassi, hnappur og **hæglokandi seta.**
Þýsk gæðavara
29.168
Áður kr. ~~38.890~~

20% AFSLÁTTUR

Lavor háþrýstidælur 130-180 bör
Verð nú frá:
9.992 kr.

MIKIÐ ÚRVAL

25% AFSLÁTTUR

LuTool gráðukúttsög 254mm blað
20.168
Áður kr. ~~26.890~~

Sög á mynd m. 305mm blaði

Sög með 305mm blaði
26.918

20% AFSLÁTTUR

Snjóskóflur og snjósköfur í miklu úrvali
Verð frá **1.584** kr.

20 -40% AFSLÁTTUR

Flísar MIKIÐ ÚRVAL

Frá kr. 950 pr. m²

Ceraviva Cementi ljós 60x60 Verð nú **2.392** kr/m²
Prestige hvítar 30x75 Verð nú **2.094** kr/m²
Veggflísar 10x30 Ral 9016 hvít mött Verð nú **1.614** kr/m²
Veggflísar 15x15 dökk grá mött Verð nú **950** kr/m²

Oulin og Bolego stálvaskar
Margar gerðir
Verð frá
3.294

30-40% AFSLÁTTUR

20% AFSLÁTTUR

Tower Nano sturtusett
Verð nú:
9.592
Áður kr. ~~11.990~~

Gua-543-1 vegghengdur vaskur, 1mm stál, einnig fáanlegur í borð
7.794
Áður kr. ~~12.990~~

40% AFSLÁTTUR

Bíla & gluggaþvottakústur, gegn um rennandi 116>180cm, hraðtengi með lokun
2.018
Áður kr. ~~2.690~~

25% AFSLÁTTUR

20% AFSLÁTTUR

Egematur Aria
3.996
Verð áður ~~4.995~~

25% AFSLÁTTUR

Guoren-BO Hitastýrt sturtutæki með niðurstút.
kr. **9.743** Verð áður ~~12.990~~

Áltröppur og stigar fyrir heimilið og fagmenn. Verð nú frá
3.992 kr.

Trappa Pro 6 þrep.
Verð nú:
11.920
Áður kr. ~~14.900~~

20% AFSLÁTTUR

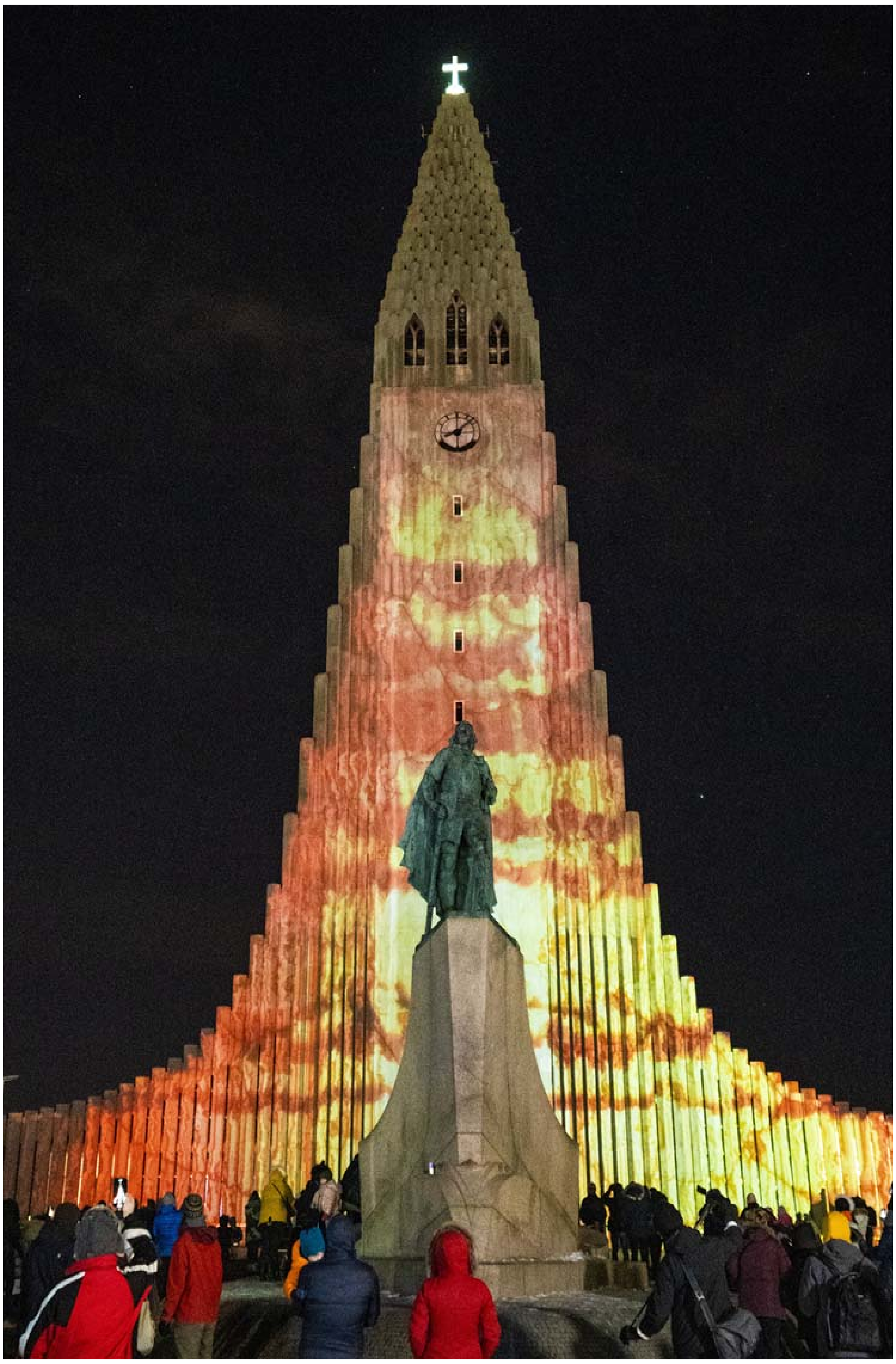
Reykjavík	Klettháls 7.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
Reykjanesbær	Fuglavík 18.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-14
	Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is	

Afslættir gilda til 9/2/2019 aðeins á auglýstar vörur og á meðan birgðir endast.

MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!

+PLÚS

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Víkingar og vetrarhátíð

Vetrarhátíðin 2019 var sett í gærkvöldi við Hallgrímskirkju. Eftir að glæsilegri ljósainnsetningu listamannahópsins Nocturnal frá Nýja-Sjálandi, sem unnin er í samvinnu við List í ljósi, hafði verið varpað upp á kirkjuna marseruðu víkingar í fullum herklæðum með kyndla niður að Listasafni Reykjavíkur. Buðu þeir þar upp á sýningu um arfleifð víkinga. Megintilgangur Vetrarhátíðar er að skemmta fólki á höfuðborgarsvæðinu og gefa því tækifæri til að njóta menningar, lista, íþrótta og útiveru í eigin sveitarfélagi og/eða heimsækja nágranna sína.

Megintilgangur Vetrarhátíðar er að skemmta fólki á höfuðborgarsvæðinu og gefa því tækifæri til að njóta menningar, lista, íþrótta og útiveru í eigin sveitarfélagi og/eða heimsækja nágranna sína.

Forherðing

Hörður Ægisson
hordur@frettabladid.is

Þetta var skýrt og skorinort hjá seðlabankastjóra. Takturinn í hagkerfinu er að breytast, hagvöxtur fer hratt minnkandi og stjórnendur fyrirtækja sjá frekar fram á uppsagnir en ráðningar, en að sama skapi er ekki efnahagssamdráttur í kortunum. Slíkt áfall gæti hins vegar orðið ef það verða verkföll og launahækkanir langt umfram svigrúm atvinnulífsins. Það hefði þær fyrirsjáanlegu afleiðingar að vextir myndu hækka og atvinnuleysi aukast. „Reynum að forða því,“ sagði Már Guðmundsson. Þegar seðlabankastjóri sér ástæðu til að senda frá sér jafn skýr skilaboð mætti ætla að flestir myndu leggja við hlustir – og kannski taka mark á þeim. Það var auðvitað til of mikils mælst.

Viðbrögð forystumanna verkalýðsfélaganna voru í senn fyrirsjáanleg og uggvænleg. Formaður Eflingar, sem verður oft rosalega reið ef einhver kann að hafa aðra skoðun en hún, brást við með því að afgreiða varnaðarorðin sem „forherðingu efnahagslegra forréttindahópa“. Þetta er orðið þekkt stef. Áliti greinenda, hagfræðinga, Seðlabankans – og í raun allra sem leyfa sér að setja fyrirvara við skynsemi þess að hækka laun margfalt meira en sem nemur mögulegri verðmætaaukningu – er hafnað með þeim einu rökum að þetta sé málflutningur „auðvaldsins“ og einhverra óskilgreindra „fjármagnsafla“. Ekki er þetta líklegt til uppbyggilegrar umræðu um hvernig megi laga það sem betur má fara í íslensku samfélagi og bæta lífskjör almennings. Getur verið að hið sama fólk sé ekki drifið áfram af annarlegum hvötum heldur, meðal annars byggt á sérþekkingu þess, menntun og reynslu, viti mögulega um hvað það er að tala?

Hin nýja róttæka verkalýðshreyfing, sem verður tíðrætt um að allir aðrir en þau eigi að sýna auðmýkt, mætti stundum hafa það hugfast að þau hafa ekkert tilkall til að telja sig vera þess umkomin að boða hinn eina rétta sannleika. Það er enginn á móti því að bæta kjör launafólks, einkum þeirra lægst launuðu, en það verður ekki gert með því einu að undirrita samninga um innstæðulausar tugprósenta launahækkanir. Íslendingar ættu að hafa lært það af biturri reynslu að hækkun launa umfram framleiðnivöxt leiðréttist með hærri verðbólgu – sem bitnar harðast á skuldsettum heimilum og þeim sem minnst hafa á milli handanna. Laun í krónum talið hafa nær sexfaldast frá 1989 en á sama tíma hefur kaupmáttur aðeins vaxið um 65 prósent. Haldi einhverjir að niðurstaðan yrði á aðra leið við núverandi aðstæður þá hafa þeir hinir sömu fundið upp á nýrri leið til að stórbæta lífskjör alls almennings með einu pennastriki, óháð verðmætasköpun og stöðu útflutningsatvinnuveganna. Fáir ættu að vilja láta reyna á það veðmál.

Verkalýðshreyfingin er að stærstum hluta skipuð skynsömu fólki sem veit vel að á því hvílir rík ábyrgð. Í stað þess að reyna að eigna sér hlutdeild í þeim mikla árangri sem áunnist hefur og leggja áherslu á að varðveita hann – kaupmáttur hefur aukist um fjórðung frá 2015 – hefur hluti hennar kosið þá vegferð að sækja í átök við allt og alla fremur en að leita raunhæfra lausna. Það hefur verið ljóst um langt skeið að þær viðræður sem nú eru á borði stéttarfélaganna – húsnæðismál, afnám verðtryggingar, vaxtamál og krónutöluhækkanir – eru sagðar ófrávíkjanlegar. Ef fram heldur sem horfir geta viðræðurnar aðeins endað á einn veg þar sem félögin munu stilla þeim og boða til verkfalla – og um leið taka niður með sér allt hagkerfið. Við erum að nálgast ögurstundu.

Hin nýja róttæka verkalýðshreyfing mætti stundum hafa það hugfast að þau hafa ekkert tilkall til að telja sig vera þess umkomin að boða hinn eina rétta sannleika.

Halldór

Frá degi til dags

Stjórnarandstöðuandstaða
Það að tillaga Viðreisnar, Pírata og Samfylkingarinnar um að Hanna Katrín Friðriksson yrði formaður umhverfis- og samgöngunefndar Alþingis hafi verið felld í gær féll svo sannarlega í grýttan jarðveg hjá stjórnarandstöðunni, jafnvel þótt sú lausn að stjórnarliðinn Jón Gunnarsson taki við formennskunni af Bergþór Ólasyni vegna Klaustursmálsins sé sögð tímabundin. Með þessu þykir fyrrnefndum þremur flokkum auk Flokks fólksins stjórnarflokkarnir nýta sér Klaustursmálið til þess að brjóta samkomulag um skiptingu á formennsku í nefndum. Staða Miðflokksins nú er einkar áhugaverð. Flokkurinn virðist annaðhvort vera bæði utan stjórnar og stjórnarandstöðu eða þá einn í sinni eigin fylkingu, þá aðallega í andstöðu við stjórnarandstöðuna.

Kuldi
Þótt Klaustursliðar séu úti í kuldanum þurfa Íslendingar ekki að vera það. Kuldinn sem hrellt hefur landsmenn undanfarnar vikur kætir fyrirmenn. Samkvæmt frétt sem Fréttablaðið. is birti í gær seldust hitastillar á ofna upp í verslunum BYKO í febrúar. Landsmenn flestir ættu þó að geta tekið gleði sína á ný eftir helgi en þá á hiti víðast hvar að fara upp fyrir frostmark. Ótrúlegt en satt.
thorgnyr@frettabladid.is

Nýtt skipulag í Reykjavík, einfaldara kerfi

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir
oddviti Viðreisnar og formaður borgarráðs

„Einfalda, skýra, skarpa borg“ endurtókum við í Viðreisn á hverjum kosningafundinum á fætur öðrum síðastliðið vor. Aðspurð um hvað þetta þýddi útskýrðum við að ferlin innan borgarinnar væru of flókin sem skapaði óþarfa óþægindi fyrir íbúa borgarinnar og aðila innan borgarkerfisins.

Til að bæta þjónustu við borgarbúa og tryggja að vel sé farið með almannafé ákváðum við að farið yrði í endurskoðun á miðlægri stjórnsýslu. Í ljós kom að ýmislegt mætti betur fara. Því var nýtt skipulag á stjórnsýslu Reykjavíkurborgar kynnt í gær. Tillögur okkar byggja á skýrslu utanaðkomandi sérfræðinga á sviði stjórnskipulags og góðra stjórnarhátta. Í vinnu sinni rýndu skýrsluhöfundar alla starfsemi borgarinnar og tóku viðtöl við fjölda aðila, þar á meðal stjórnendur, eftirlitsaðila, oddvita allra flokka í borgarstjórn og marga fleiri. Með aðkomu fjölbreytts hóps fékkst skýr tónn fyrir þá ábyrgu og góðu stjórnarhætti sem nýtt skipulag tryggir.

Breytingarnar miða að því að skýra umboð og ábyrgð, einfalda boðleiðir og skerpa á hlutverki lykileininga í stjórnsýslu borgarinnar. Í nýju skipulagi eru innkaupamál tekin föstum tökum, hlutverk innkauparáðs útvíkkað og tryggt að öllum framkvæmdum sé fylgt vel eftir hvað varðar kostnaðaráætlanir, innkaup, útboð og fleira. Verkefnum á sviði eigna- og atvinnuþróunar verður skipt upp og þau færð á viðeigandi staði innan borgarinnar til að tryggja einfaldara kerfi og skýr hlutverkaskipti. Einnig verður þjónustu, nýsköpun, fjármálum, áhættustýringu og mannauði gert hærra undir höfði.

Þegar Viðreisn var kosin í borgarstjórn lofuðum við að leggja okkar af mörkum til að bæta kerfið. Nú hefur vandinn verið greindur og aðgerðalistinn er tilbúinn. Næst er að bretta upp ermarnar og byrja að lagfæra í þágu bættrar þjónustu við borgarbúa og skilvirkari stjórnsýslu. Það er eitthvað sem allir hafa ávinning af.

Nú hefur vandinn verið greindur og aðgerðalistinn er tilbúinn.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Einar Þór Sverrisson FORSTJÓRI: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir ÚTGEFANDI: Kristín Þorsteinsdóttir kristin@frettabladid.is
RITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálsson kjartanh@frettabladid.is, Ólöf Skaftadóttir olof@frettabladid.is, MARKAÐURINN: Hörður Ægisson hordur@frettabladid.is FRÉTTABLAÐIÐ.IS: Sunna Karen Sigurþórsdóttir sunnak@frettabladid.is.
Fréttablaðið kemur út í 85.000 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 Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000, ritstjorn@frettabladid.is HELGARBLAÐ: Kristjana Björg Guðbrandsdóttir kristjanabjorg@frettabladid.is
MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir kolbrunb@frettabladid.is LJÓSMYNDIR: Anton Brink anton@frettabladid.is FRAMLEIÐSLUSTJÓRI: Sæmundur Freyr Árnason sfa@frettabladid.is

Háttvís er hættulegur

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Það er frægt viðkvæði í bandarísku stjórnmálalífi að telja embætti varaforseta vera lítt eftirsóknarvert. Þeir sem veljast í embættið hafa takmörkuð formleg völd, þurfa að beygja sig algjörlega undir vilja og hagsmuni forsetans og hafa gjarnan lítið meira að gera heldur en varamarkmaður í fótboltaliði, sem kemur aldrei til sögu nema eitthvað hræðilegt hafi gerst. Einn af valdameiri varaforsetum síðustu aldar, John Nance Garner, sem gegndi embættinu í forsetatíð Roosevelt frá 1933 til 1941 er sagður hafa lýst varaforsetaembættinu þannig að það væri ekki meira virði en fötufylli af volgu hlandi eða hráka, heimildum ber ekki saman.

Of vitlaus í hafnaboltann

Stundum hafa varaforsetarnir verið fyrrverandi keppinautar þess sem á endanum hreppir embættið, þannig að á milli forsetans og varaforsetans liggja ýmsar óuppgerðar sakir og jafnvel kuldaleg fyrirlitning. Og eins er til í dæminu að varaforsetaefni sé valið sem algjört gluggaskraut, eins og var raunin þegar George Bush hinn eldri gerði friðleikspiltinn Dan Quayle frá Indiana að varaforsetaefni sínu til þess að gera framboðið áferðarfallegra og höfða til yfirborðskenndra kjósenda í sveitahéruðum bandaríska miðvestursins. Þetta pólitíska girndarráð reyndist dýrkeypt því Quayle var viðvarandi aðhlátursefni fyrir klaufalega framgöngu sína, hlægilegan þekkingarskort og fádæma lélega kunnáttu í stafsetningu.

Mörgum sem til þekktu fannst George, sonur forsetans, ekki mikið gáfulegri en varaforsetinn. Þegar George W. reyndi að komast til æðstu metorða innan bandarísku hafnaboltadeildarinnar í krafti þess að vera einn af eigendum Texas Rangers, þótti hinum eigendunum hugmyndin fjarstæðukennd. Allir kunnu prýðilega vel við George W. en engum datt í hug að hann hefði skapgerð og vitsmuni sem hentuðu til þess að takast á við hið ábyrgðarmikla embætti forseta bandaríska hafnaboltasambandsins.

Valdamaður til vara

En það kann að hafa verið gæfa George W. að þekkja ágætlega sín eigin takmörk. Þegar kom að því að velja frambjóðanda í embætti varaforseta fór hann því allt aðra leið en pabbi. Það var nefnilega engin fegurðarsamkeppni sem skilaði Dick Cheney, þáverandi forstjóra verktakafyrirtækisins Halliburton, í embætti varaforseta Bandaríkjanna. Cheney samþykkti með semingi að bjóða sig fram með drengnum en gegn því skilyrði að fá að ráða sjálfur ýmsu sem fram að því engan hefði órað fyrir að kæmi nálægt valdsviði varaforsetans. Þegar Bush yngri náði kjöri, með 5 atkvæðum gegn 4 í hæstarétti Bandaríkjanna, varð Cheney því að einum valdamesta manni heims þótt fæstir kjósendur hafi í raun og veru endilega ætlað að veita honum slík völd, heldur talið að hann væri bara til vara.

Nú er til sýningar kvikmyndin Vice þar sem fjallað er um ævi þessa manns sem er sannarlega mikill áhrifavaldur í samtímanum þótt hann kunni engin fegrunarráð, húsþrifnaðaraðferðir eða myndist sérstaklega vel í þröngum fötum. Ó, nei. Cheney er áhrifavaldur af gamla skólanum, maður sem beitir áhrifum sínum til alvöru hluta, eins og að gera sprengjuárásir en ekki til þess að fá like á instasnappinu. Nafn myndarinnar vísar auðvitað til embættisheitisins, en það hefur einnig merkinguna löstur. Og löstur Cheneys er græðgin; nánar tiltekið óseðjandi valdagræðgi, sem myndin gerir engar tilraunir til þess að fegra. Cheney „afrekaði“ margt í embætti. Hann er maðurinn á bak við innrásina í Írak, pyntingarnar í Abu Graib, njósnirnar gegn almennum amerískum borgurum og margt margt fleira sem hann segist enn þann dag í dag vera alveg springandi stoltur af.

Áhrifavaldur

Myndin er listaverk—það er að segja, hún er ekki heimildarmynd og gerir ekki tilraun til þess að þykjast segja söguna með hárnákvæmum hætti. Enda er það ekki hægt meðal annars vegna þess hversu iðinn Cheney var að tortíma mikilvægum skjölum um embættisfærslur sínar. En þótt myndin sé ekki sagnfræðilega nákvæm þá segir hún samt mikilvægan sannleika sem ekki má gleymast.

Cheney er einn af aðalhöfundum skáldskaparins sem leiddi til innrásarinnar í Írak. Það er nefnilega engin seinni tíma skýring að innrásin hafi verið byggð á lygum. Það hefðu allir átt að geta séð; að minnsta kosti ef þeir voru sæmilega læsir á ensku og aðgang að alþjóðlegum fjölmiðlum.

Því er lýst vel í myndinni hvernig Cheney og félagar voru varla búnir að læra að stilla skrifstofustólana í Hvíta húsinu þegar búið var að draga upp kort af því hvernig skipta ætti olíulindum Íraks niður á amerísku olíufyrirtækin. Og svo þegar svo óheppilega vildi til að ósóminn bin Laden reyndist vera náskyldur vinafólkinu í Sádi-Arabíu, en svarinn hatursmaður Saddams Hussein, þá var alls konar þvættingur framleiddur til að blekkja fólk til þess að trúa hinu gagnstæða. Og svo þegar algjörlega var ljóst að engin tengsl voru milli bin Ladens og Íraks, og engin gjöreyðingarvopn höfðu fundist—þá var samt hafist handa við undirbúning innrásar, með stuðningi bandalags hinna trúgjörnu þjóða.

Þannig tókst Cheney að koma mörgu til leiðar. Meira en hálf milljón borgara féll í Írak. Hann feðraði íslamska ríkið með því að gera ótíndan glæpahund að alþjóðlegri hryðjuverkastjörnu og setti þar að auki allt á annan endann í Írak með því að hafa enga vitræna áætlun um stjórn landsins eftir „frelsunina“. Þúsundum milljarða Bandaríkjadala var sólundað í stríðsreksturinn. En þrátt fyrir allar þessar óheppilegu afleiðingar, dauðsföll, limlestingar, örkuml, fátækt og fleira þá má ekki gleyma að hluthafar Halliburton græddu á tá og fingri og hlýtur hamingja þeirra og velmegun að skipta einhverju máli líka í þessu samhengi.

Góðar hliðar og vondar

En vont fólk á sér líka góðar hliðar, alveg eins og gott fólk á sér slæmar hliðar. Dick Cheney er sýndur í myndinni sem ástkær fjölskyldufaðir sem ber einlæga og hreina ást til konu sinnar og dætra. Hann fórnar meira að segja pólitískum frama tímabundið til að vernda samkynhneigða dóttur sína frá kastljósi fjölmiðla—og sýnir henni algjöra hollustu og ást þegar hún greinir frá tilfinningum sínum. Þótt látið sé liggja að því að jafnvel þessi bönd hafi trosnað síðar, þá mega menn þó eiga það sem þeir eiga.

Og ekki var Cheney að klæmast eða kássast upp á fólkið í kringum sig. Hann má eiga það líka—jah, nema ef við teljum með þau hundruð þúsunda sem fórust, örkumluðust og misstu börn sín og maka í lygastríðunum hans. Þeim fannst hann kannski ekki vera neitt sérstaklega til fyrirmyndar.

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

ÚTSÖLULOK 11. FEBRÚAR

GO CRAZY

FÖSTUDAG - MÁNUDAGS

25%

AF ÖLLUM VÖRUM

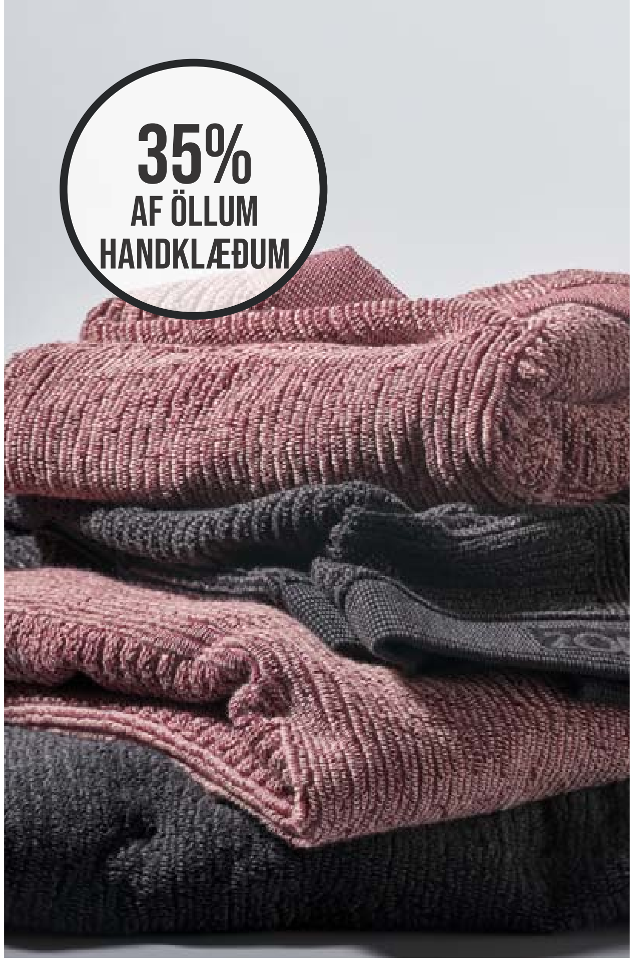
GILDIR EKKI UM VÖRUR Á ÁÐUR NIÐURSETTU VERÐI

ANDORRA sófi. Legubekkur + 2ja sæta. Ljósgrátt áklæði. L231 x D140 cm.
114.900 kr. Nú 79.900 kr.

NARVIK sófi. Opinn endi + 2ja sæta. L236 x D200 cm. Dökkgrátt áklæði. L301 x D 200 cm.
194.900 kr. Nú 134.900 kr.

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is
Laugardaga og sunnudaga 12-18, mánudaga - föstudaga 11-18:30

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM .COM/ILVAISLAND



LISSABON sófi. 3ja sæta. Ljósgrátt áklæði. L242 cm. 149.900 kr. Nú 112.425 kr.

CHRYSTAL legubekkur með 2 bakpúðum, dökkblátt eða grátt áklæði. L200 x D100 cm. 129.900 kr. Nú 97.425 kr.

LISSABON sófi. 2ja sæta með legubekk. Ljósgrátt áklæði. L258 x D138 cm. 169.900 kr. Nú 127.425 kr.

TOLUCA svefnsófi. L157 cm. Svefnflötur 140 x 197 cm. 59.900 kr. Nú 44.925 kr.

MONACO hægindastóll. Ljós- eða dökkgrátt áklæði. 89.900 kr. Nú 44.950 kr. Skemill. 19.900 kr. Nú 9.950 kr. Hægindastóll, svart leður. 99.900 kr. Nú 49.950 kr. Skemill. 24.900 kr. Nú 12.450 kr.

ANDORRA hornsófi með legubekk. Svart textílleður. L308 x D203 cm. 249.900 kr. Nú 187.425 kr.

12 MÁNAÐA GREIÐSLUDREIFING
Þegar verslað er með VISA eða MasterCard fær kaupandi að sjá yfirlit yfir greiðsluáætlun sem sýnir áætlaðar mánaðarlegar greiðslur, ásamt lántökukostnaði og færslugjaldi.

3 MÁNAÐA GREIÐSLUDREIFING MEÐ netgíró

FRÉTTABLAÐIÐ
SPORT

Jólasteikin fór illa í Stólana

Tindastóll fær heitasta lið Domino's-deildar karla, Stjörnuna, í heimsókn í kvöld. Stólarnir hafa gefið hressilega eftir á árinu 2019 og tapað fjórum af sex deildarleikjum sínum.

KÖRFUBOLTI Þegar árið 2019 gekk í garð var Tindastóll á toppi Domino's-deildar karla eftir að hafa unnið tíu af ellefu leikjum sínum í fyrri umferðinni. Á þessu ári hefur hins vegar allt gengið á afturfótunum hjá Stólunum. Þeir hafa tapað fjórum af sex leikjum sínum í Domino's-deildinni og eru komnir niður í 3. sæti hennar. Þá féll Tindastóll, sem er ríkjandi bikarmeistari, úr leik fyrir Stjörnunni í 8-liða úrslitum Geysisbikarsins.

Stólarnir eiga á hættu að tapa sínum þriðja leik í röð þegar þeir fá Stjörnumenn, sem hafa unnið níu leiki í röð, í heimsókn. Tindastóll missti niður gott forskot og tapaði í framlengingu fyrir KR á fimmtudaginn í síðustu viku, 88-91, og á sunnudaginn beið liðið lægri hlut fyrir Grindavík, 100-96. Það dugði Tindastóli ekki að vera með 50% þriggja stiga nýtingu í leiknum í Röstinni.

Ef litið er á tölfræðina hefur sóknarleikur Tindastóls verið svipaður og hann var fyrir áramót. Skotnýtingin, bæði inni í teig og utan hans, er meira að segja betri eftir áramót. Í leikjunum sex eftir áramót hafa Stólarnir skorað 85,5 stig að meðaltali. Fyrir áramót voru stigin 88,7 að meðaltali í leik. Fjöldi stoðsendinga og tapaðra bolta er svipaður.

Öðru máli gegnir um varnarleikinn. Á þeim enda vallarins hafa Stólarnir gefið mikið eftir. Fyrir áramót fengu þeir aðeins 71,8 stig á sig að meðaltali í leik. Eftir áramót hafa þeir hins vegar fengið á sig 88,5 stig að meðaltali í leik. Þetta er breyting upp á 16,7 stig. Skotnýting andstæðinga Tindastóls var 39% fyrir áramót en er 44% eftir áramót. Vörnin hefur látið mikið á sjá og andstæðingar Tindastóls fá auðveldari skot en þeir gerðu áður.

Svo eru Stólarnir hættir að fráкasta eins vel og þeir gerðu fyrir áramót. Í ellefu leikjum fyrir áramót tók Tindastóll 44,6 fráköst að meðaltali í leik. Þau eru 39,7 eftir áramót. Stólarnir unnu frákastabaráttuna í átta af ellefu leikjum fyrir áramót en hafa tapað henni í fjórum af sex leikjum eftir áramót. Stólarnir töpuðu líka frákastabaráttunni í bikarleiknum gegn Stjörnumönnum.

Stólarnir geta þó huggað sig við að það er skárra að taka dýfu meðan á deildarkeppninni stendur en þegar komið er í úrslitakeppnina. Stólarnir verða þó að gefa í ef þeir ætla ekki að missa heimavallarrétt í úrslitakeppninni. Á því er raunveruleg hætta. ingvithor@frettabladid.is

Gengi Tindastóls í deild

Fyrir áramót	Eftir áramót
10 sigrar	2 sigrar
1 tap	4 töp

Fyrir áramót		Eftir áramót
88,7	Stig skoruð	85,5
71,8	Stig á sig	88,5
44,6	Fráköst	39,7
20,6	Stoðsendingar	19,5
47%	2ja stiga nýting	**48%**
33%	3ja stiga nýting	**36%**
39%	Skotnýting andst.	44%
13,5	Tapaðir boltar	13,7
106,4	Framlag	95,7

Nýjast

Domino's-deild karla

Njarðvík - Grindavík 94-65
Stigahæstir: Maciek Stanislav Baginski 23, Eric Katenda 17/15 fráköst, Elvar Már Friðriksson 15 - Lewis Clinch 15, Jordy Kuiper 14, Ólafur Ólafsson 10.

Þór Þ. - Breiðablik 132-93
Stigahæstir: Nikolas Tomsick 25, Halldór Garðar Hermannsson 22, Jaka Brodnik 20 - Kofi Josephs 17, Hilmar Pétursson 11, Snorri Vignsson 10, Árni Elmar Hrafnsson 10.

Keflavík - Skallagr. 104-82
Stigahæstir: Michael Craion 23/14 fráköst, Gunnar Ólafsson 22, Hörður Axel Vilhjálmsson 16 -Matej Buovac 20/10 fráköst, Bjarni Guðmann Jónsson 17, Domogoj Samac 16.

Haukar - KR 83-74
Stigahæstir: Russell Woods 27, Haukur Óskarsson 20, Hjálmar Stefánsson 14/10 fráköst - Julian Boyd 18/10 fráköst, Kristófer Acox 16, Jón Arnór Stefánsson 13.

Ólafur í þriggja leikja bann

HANDBOLTI Landsliðsmaðurinn Ólafur Gústafsson var í gær dæmdur í þriggja leikja bann af aganefnd danska handknattleikssambandsins. Ólafur kýldi Nicolas Lundbye Kristiansen í magann í leik á dögunum en það fór fram hjá dómurum leiksins sem misstu af atvikinu.

Aganefnd danska handboltasambandsins komst að niðurstöðu um að hann skyldi sæta þriggja leikja banni. Það þýðir að hann missir af leikjum gegn Ribe-Esbjerg, Skjern og GOG og verður ekki með liði sínu fyrr en eftir tæpan mánuð.

Síðustu dagar hafa ekki verið góðir fyrir Kolding. Á mánudaginn tapaði liðið fyrir Nordsjælland, á þriðjudaginn var þjálfarinn Lars Frederiksen rekinn og í dag var Ólafur úrskurðaður í þriggja leikja bann.

Kolding er í 10. sæti úrvalsdeildarinnar með tólf stig, sex stigum frá sæti í úrslitakeppninni. – iþs

Fólk
Lífsstíll

FÖSTUDAGUR 8. FEBRÚAR 2019

Að venju býður Árbæjarsafn upp á hrollvekjandi draugagöngur á Safnanótt. Í kvöld verða farnar sex göngur sem fá hárin til að rísa en sumar eru aðeins fyrir fullorðna og þá sem eru sterkir á taugum. →4

Brúðargjafirnar tvöfölduðust

Eyrún Telma Jónsdóttir og Rúnar Geirmundsson kraftlyftingamaður gengu í hjónaband í ágúst í fyrra. Þau óskuðu eftir sérstökum brúðargjöfum sem áttu að hafa ákveðinn tilgang. Þeim tilgangi hafa þau náð í tvöföldum skilningi. →2

Rúnar og Eyrúnu Telmu hlakkar mikið til vorsins þegar fjölskyldan stækkar. MYND/RÚNAR GEIRMUNDSSON

Eins og sjá má á þessari mynd er Rúnar með allt höfuðið húðflúrað. Hann segir að það hafi verið hrikalega vont að fá tattúið þar. Annars hefur Rúnar orðið fyrir miklum fordómum vegna húðflúrsins. Þessi mynd var tekin á brúðkaupsdaginn í ágúst 2018.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Framhald af forsíðu ➪

Rúnar starfar hjá Thor's Power Gym í Kópavogi sem er í eigu Hafþórs Júlíusar Björnssonar eða „Fjallsins“ eins og hann er oft kallaður. Rúnar er ekkert venjulegur kraftlyftingamaður því hann er margfaldur meistari, hefur unnið jafnt Íslandsmót, Evrópumót sem heimsmeistaramót. Rúnar hefur tekið þátt í keppnum um allan heim og hefur náð gríðarlega góðum árangri. Hann hefur stundað kraftlyftingar nær daglega í ellefu ár og varð heimsmeistari í Las Vegas á síðasta ári.

Rúnar hafði verið að sýna nokkrum frægum útlendum kraftlyftingamönnum stöðina þegar hann gaf sér tíma til að ræða við okkur ásamt eiginkonu sinni, Eyrúnu. Hún hefur stundað kraftlyftingar líka en hefur lagt þær á hilluna í bili.

Tveir fyrir einn

Eyrún Telma og Rúnar gengu í hjónaband í fyrra. Það var Dóri DNA sem gaf þau saman þannig að ekki var um hefðbundið kirkjubrúðkaup að ræða. „Íslendingar hafa það mjög gott og hafa allt til alls. Þegar við hugsuðum um þetta fyrir brúðkaupið og hvað okkur langaði helst í í brúðargjöf var svarið einfalt, efst á listanum hjá okkur var barn. Við vorum búin að reyna í fjögur ár án árangurs. Glasafrjóvgun er dýr meðferð og þess vegna báðum við gestina að gefa okkur pening sem við gætum notað í hana. Það kostar næstum sex hundruð þúsund að fara í glasafrjóvgun á Íslandi,“ segir Rúnar og bætir við að það sé ekki á allra færi að útvega þá upphæð. „Nýlega var lögum breytt sem gerir fólki algjörlega ómögulegt að fara í þessa meðferð því hún er ekkert niðurgreidd lengur. Okkur finnst ömurlegt að sumir fái borgaða læknisþjónustu en aðrir ekki. Á öðrum Norðurlöndunum er þessi meðferð niðurgreidd enda vilja öll þjóðfélög hafa fólksfjölgun,“ segir Rúnar. „Við finnum fyrir reiði og sorg hjá mörgu fólki sem hafði ætlað sér í þessa meðferð en getur það ekki núna,“ segja þau.

„Stærsta óskin okkar var að stofna fjölskyldu og þess vegna ákváðum við að biðja fólk frekar um peninga en hluti. Draumur okkar rættist með hjálp gestanna og nú eigum við von á tveimur drengjum í maí. Brúðargjöfin virkaði því tvöfalt,“ segir Rúnar og Eyrún bætir við að þetta hafi verið svona tveir fyrir einn gjöf. Sem von er eru þau ákaflega hamingjusöm og hlakka mikið til að fá drengina í heiminn. „Það kom skemmtilega á óvart að þetta væru tvíburar,“ segir hún. „Það eru spennandi tímar fram undan og það verður nóg að gera. Þetta verður góð breyting á lífi okkar.“

Í jarðskjálfta á Balí

Rúnar og Eyrún Telma hafa verið saman í fimm ár. „Ég lagðist á hnén og bað hennar fyrir tveimur árum. Hún hefur alltaf stutt mig í því sem ég er að gera, bæði kraftlyftingum og tónlistinni, jafnvel þótt þetta tvennt taki mikinn tíma. Maður lætur slíka konu ekki sleppa frá sér,“ segir Rúnar glettinn en hann hefur sungið með hljómsveitinni Endless Dark sem flytur þungarokk.

„Brúðkaupið var í okkar anda, engin kirkja, enginn prestur heldur bara góður matur og skemmtilegt partí. Gestir voru um 150 en við þurftum að skera þá niður um helming. Við vorum komin með yfir þrjú hundruð manns á gestalistann þegar við sáum að við yrðum að skera niður,“ segja þau. „Við eigum marga góða að og stórar fjölskyldur. Brúðkaupsveislan tókst einstaklega vel en síðan héldum við til Katar og þaðan til Balí þar sem við áttum yndislega daga fyrir utan jarðskjálftann sem við lentum í. Það kom risaskjálfti upp á rúm 7 stig og það var

> **„Ég lagðist á hnén og bað hennar fyrir tveimur árum. Hún hefur alltaf stutt mig í því sem ég er að gera, bæði kraftlyftingum og tónlistinni, jafnvel þótt þetta tvennt taki mikinn tíma. Maður lætur slíka konu ekki sleppa frá sér.**

skelfileg upplifun. Við ætluðum að eiga rólega daga og undirbúa okkur fyrir væntanlega meðferð. Jarðskjálftinn var sannarlega ekki hluti af því,“ segir Eyrún enda kom flóðviðvörun í framhaldi skjálftans. „Þetta var í fyrsta skipti sem maður óttaðist um líf sitt,“ segir kraftlyftingamaðurinn sem kallar nú ekki allt ömmu sína. „Um fimm hundruð manns létust í skjálftanum ekki langt frá þeim stað þar sem við vorum. Þetta var hræðileg upplifun,“ segja þau bæði. „Balí er paradís og það breytti okkur andlega að upplifa þennan stað. Það hefðu allir Íslendingar gott af því að kynnast lífinu þarna. Fólkið er nægjusamt og kvartar ekki.“

Húðflúr er list

Þau hjón eru skreytt með miklu húðflúri. Rúnar fékk sitt fyrsta þegar hann var átján ára og síðan hefur hann ekki stoppað. „Mamma leyfði mér ekki að fá húðflúr fyrr en ég var orðinn átján. Nú er allur líkaminn þakinn,“ segir hann. „Ég byrjaði á því að þekja annan handlegginn hjá Bleksmiðjunni. Síðan rak ég þá stofu í nokkur ár og þá voru hæg heimatökin.“

Þegar Rúnar er spurður hvort ekki hafi verið sárt að húðflúra höfuðið, svarar hann: „Það var eitt af því versta sem ég hef upplifað,“ og viðurkennir að útlit hans sé oft misskilið meðal fólks. „Ég hef aldrei á ævinni prófað vímuefni, áfengi eða tóbak en fólk heldur oft að ég sé einhver krimmi og er skíthrætt við mig. Ég þarf því að upplifa mikla fordóma,“ segir hann. „Það eru margir hræðilegir hlutir sem fólk hefur sagt við mig,“ bætir hann við. „Einn sagði til dæmis að ég ætti allt illt skilið fyrir að eyðileggja sköpunarverk Guðs og ætti skilið að fá húðkrabba og drepast.“

Eyrún Telma sem er stuðningsfulltrúi fékk líka sitt fyrsta tattú þegar hún var átján ára. Þau þekktust ekki þá. „Þegar Rúnar var með Bleksmiðjuna var auðvelt aðgengi að fá sér meira en ég er í hléi núna á meðgöngunni þótt mig langi í meira. Ég á svoldið langt í Rúnar en er talsvert þakin líka,“ segir hún. „Húðflúrið er list, rétt eins og sumir kaupa málverk,“ segir Rúnar. „Mér finnst þetta ákaflega falleg list.“

Litlir heimsborgarar

Rúnar er alinn upp í Grundarfirði. „Ég hefði ekki viljað alast upp annars staðar. Það var mjög gott að vera í litlu sveitarfélagi. Maður prófaði allt mögulegt, ég vann í fiski, fór á sjó og vann við smíðar.“ Eyrún er alin upp í borginni. Núna hlakka þau mikið til að verða foreldrar. Þau eru byrjuð að undirbúa komu drengjanna enda er það dýrt að eignast tvö í einu. „Það er spenna og tilhlökkun í fjölskyldunni,“ segja þau.

Ferðalög eru áhugamál þeirra og Eyrún segir að þau ætli ekki að láta börnin stoppa sig. „Við munum gera þá að heimsborgurum. Við gætum til dæmis vel hugsað okkur að fara aftur til Asíu.“ Rúnar hefur keppt víða um heim í kraftlyftingum en hann hefur einnig ferðast með hljómsveitinni sinni. Hún hefur spilað víða. Hljómsveitin er hins vegar að hætta og verður með lokatónleika í apríl.

Ræða þarf ófrjósemi

Ófrjósemi er þeim ofarlega í huga og Rúnar segist vonast til að umræðan eigi eftir að opnast meira um hana. „Við vorum opin með okkar ferli. Ég ræddi meðferðina á Facebook og fékk gríðarlega sterk og góð viðbrögð. Margir hafa leitað til mín um upplýsingar og ráðgjöf sem mér þykir óendanlega vænt um,“ segir Eyrún og Rúnar bætir við að ófrjósemi ætti að ræða miklu meira á opinberum vettvangi. „Þetta er ekkert til að skammast sín fyrir. Ófrjósemi er algengt vandamál.“

Rúnar er margfaldur meistari í kraftlyftingum. Nú eiga þau hjónin von á tvíburum í maí.

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: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir

Umsjónarmenn efnis: Benedikt Bóas Hinriksson, benediktboas@frettabladid.is s. 550 5725 | Sólveig Gísladóttir, solveig@frettabladid.is s. 550 5762 | Elín Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Brynhildur Björnsdóttir, brynhildur@frettabladid.is, s. 550 5765 | Starri Freyr Jónsson, starri@frettabladid.is, s. 550 5763 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is s. 550 5768

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653,

Elizabeth Arden
NEW YORK
RETINOL
Ceramide Capsules
Line Erasing Night Serum
Sérum de Nuit
Effaceur de Ridules
NÝTT
RETINOL
CERAMIDE
CAPSULES
NÆTURSERUM
GEGN LÍNUM
76%
áhrifaríkara en
retinol sem ekki
er í hylkjum*
*Byggt á prófunum á retinol sem ekki er í hylkjum við aðstæður sem jafngilda geymslu í 10 mánuði.
©2018 Elizabeth Arden, Inc.

Draugagangur í Árbæjarsafni

Að venju býður Árbæjarsafn upp á hrollvekjandi draugagöngur á Safnanótt. Í kvöld verða farnar sex göngur sem fá hárin til að rísa en sumar eru aðeins fyrir fullorðna og þá sem eru sterkir á taugum.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Árbæjarsafn er yndislegur staður og þar líður öllum vel enda er leitun að friðsælli stað," segir Guðrún Helga Stefánsdóttir, kynningar- og markaðsstjóri Borgarsögusafns.

Ekki er víst að almennur friður ríki þar í kvöld og dauðir gætu risið.

„Á dimmum vetrarkvöldum er mjög draugalegt um að litast á safninu og heyrst hefur að sumir framliðnir íbúar húsanna fari þá á stjá," upplýsir Guðrún en á safninu er hátt á þriðja tug gamalla húsa og í þeim bjuggu margar kynslóðir.

„Flestir íbúanna voru indælis fólk en á því voru þó undantekningar. Árið 1704 bjuggu til að mynda hjónin Steinunn Guðmundsdóttir og Sæmundur Þórarinsson í Árbæ en þau voru á miðjum aldri. Á móti þeim bjó ungur maður að nafni Sigurður Arason ásamt móður sinni. Kærleikar munu hafa verið með þeim Sigurði og Steinunni og sagt er að hún hafi eggjað hann til að koma manni sínum fyrir kattarnef. Fór svo að Sigurður banaði Sæmundi kvöld eitt í september við Skötufoss í Elliðaánum," upplýsir Guðrún Helga um ástarglæp sem lifir í minningunni.

Upp komust svik um síðir og voru Steinunn og Sigurður fundin sek og dæmd til dauða en dómnum var fullnægt í Kópavogi.

„Sigurður var höggvinn en Steinunni drekkt. Fengu þau bæði góða iðran og skildu vel við, segir í Vallaannál. Hvort það sé svo reimt eða ekki í Árbæjarsafni vil ég ekki fullyrða en því er ekki að leyna að starfsmenn þar hafa orðið varir við eitt og annað sem erfitt er að finna haldbærar skýringar á. Ég held því að best væri fyrir fólk að koma sjálft á safnið í kvöld til að komast að hinu sanna," segir Guðrún.

Guðrún Helga Stefánsdóttir er kynningar- og markaðsstjóri Borgarsögusafns. Hún segir draugagöngurnar í kvöld taka á taugarnar. MYND/ERNIR

> **Hvort reimt sé í Árbæjarsafni vil ég ekki fullyrða en því er ekki að leyna að starfsmenn þar hafa orðið varir við eitt og annað sem erfitt er að finna haldbærar skýringar á.**

Spákonur í Kornhúsinu

Tvær spákonur verða einnig á kreiki í Árbæjarsafni í kvöld, frá klukkan 19 til 22.

„Spákonur þessar sjá lengra en nef þeirra nær og munu spá í spil fyrir gesti í Kornhúsinu. Viðburðurinn er vinsæll og því gætu gestir þurft að bíða í röð eftir að komast að," upplýsir Guðrún, en á neðri hæð Kornhússins gefst gestum kostur á að kanna sýninguna Hjáverkin sem fjallar um fjölbreytt störf kvenna á árunum 1900 til 1970.

Árbæjarsafn tekur á sig kynjamyndir í myrkrinu.

Sagt er að liðnir íbúar gangi aftur um nætur í safninu.

„Bábiljur og bögur er yfirskrift viðburðar sem boðið verður upp á í safnhúsinu Lækjargötu. Þar getur fólk unnið við eigið handverk, hlustað á sögur, langspil og kveðskap, og tekið þátt í samsöng; allt eftir því hvað hentar hverjum og einum í sannkallaðri baðstofustemningu," segir Guðrún og að sjálfsögðu verður boðið upp á kaffi og með því.

Í safnhúsinu Líkn í Árbæjarsafni er sýningin Veisla í farangrinum sem gestir Safnanætur eru hvattir til að kynna sér.

„Sýningin er innlit í ferðasögur sex nemenda á þriðja ári myndlistardeildar LHÍ en ferðast var um þorp í borg, í gegnum tíma, eld, frost, skin, frásagnir og ryk," upplýsir Guðrún.

Í kvöld verður tilboð á kaffi og kleinu í Dillonshúsi. Allir eru velkomnir og ókeypis aðgangur en fyrstir koma, fyrstir fá. Vegna vinsælda er nauðsynlegt að skrá sig í draugagöngurnar en þegar hafa borist margar umsóknir. Skráningu skal senda á leidsogumenn@reykjavik.is. Fyrstu tvær göngurnar verða kl. 19 og 19.30 og henta líka börnum, en fullorðins draugagöngur verða kl. 20, 20.30, 21.30 og 22.

FERMINGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Veglegt sérblað Fréttablaðsins um ferminguna kemur út þriðjudaginn 26. febrúar.
Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Áhugasamir auglýsendur hafi samband við sérblaðadeild Fréttablaðsins
Sími 550 5078/ serblod@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Fyrstu skrefin

FÖSTUDAGUR 8. FEBRÚAR 2019

Kynningar: Nine Kids CU2

Helga Sigurðardóttir og Sigríður Rún Siggeirsdóttir létu draum sinn rætast og opnuðu Nine Kids, ævintýralega verslun með barnaföt og barnavarning, í gamla Hreyfilshúsinu. MYND/ERNIR

Níu barna búð

Tvenn hjón, þau Helga og Theodór og Sigga og Hlynur, eiga samtals níu börn. Með tilvísun í blessað barnalánið hafa þau opnað barnafataverslunina Nine Kids í Hreyfilshúsinu. Strax í upphafi var ákveðið að Nine Kids yrði „one stop shop“ – verslun þar sem hægt er að fá allt fyrir barnið á einum stað. →2

Framhald af forsíðu ➪

Við erum áhyggjulaus þegar við vitum að ástvinir okkar eru öruggir – að börnunum okkar líður vel og eru vernduð og örugg," segja þær Helga Sigurðardóttir og Sigríður Rún Siggeirsdóttir sem opnuðu Nine Kids ásamt eiginmönnum sínum, Theodóri og Hlyni, þann 1. nóvember síðastliðinn.

„Við erum stolt af því að bjóða framúrskarandi aðstöðu fyrir foreldra," segir Helga. „Í búðinni er gjafa- og skiptiaðstaða ásamt notalegu kaffihorni sem við bjóðum mömmuhópum að nota á morgnana fyrir hittinga. Það hefur verið mjög vinsælt."

Loks fæst Cybex á Íslandi

Stuttu fyrir opnun náði Nine Kids samningum við þýska bílstóla- og kerruframleiðandann Cybex og er verslunin sú fyrsta á Íslandi til að bjóða Cybex-bílstóla og barnakerrur.

„Frá og með gærdeginum, 7. febrúar, erum við líka eina verslunin sem býður Platinumlínu Cybex í netverslun á Íslandi. Það er stórt skref því við teljum mjög mikilvægt að þjónusta landið í heild sinni. Þá erum við einnig í samstarfi við tryggingafélagið Sjóvá og bjóðum viðskiptavinum í Stofni 20 prósenta afslátt af bílstólum," upplýsir Sigga.

Cybex hefur hlotið fleiri en 250 verðlaun fyrir hönnun sína, öryggi og nýsköpun.

„Á hverju ári gangast vörur Cybex undir hundruð árekstraprófana, í þeim tilgangi að geta betrumbætt vörurnar enn frekar. Cybex-bílstólarnir eru einnig reglulega prófaðir og metnir af sjálfstæðum prófunarstofnunum og er fyrirtækið stolt af því að bílstólar þess fá framúrskarandi einkunn í stærstu evrópsku öryggis- og neytendaprófum, eins og ADAC og Stiftung Warentest," útskýrir Sigga.

Ferð í Nine Kids er ævintýri. Í búðinni er gjafa- og skiptiaðstaða ásamt notalegu kaffihorni sem er vinsælt fyrir mömmuhittinga.

Í Nine Kids fæst allt fyrir barnið á einum stað, hvort sem það er fatnaður, búsáhöld, bílstólar, kerrur, leikföng eða hvað sem hugurinn girnist.

Besti matarstóll í heimi

Nine Kids er eina barnavöruverslunin á landinu sem selur Nomi-matarstólinn.

„Matarstóllinn er sá vinsælasti í Danmörku og þar í landi er Nomi sjö af hverjum tíu seldum stólum. Hann fékk verðlaun fyrir bestu hönnunina í Danmörku árið 2016 og var valinn besti matarstóllinn í Noregi 2019. Hann var einnig efstur matarstóla í Vores Børn, stærsta fjölskyldutímariti Skandinavíu, á dögunum og það fimmta árið í röð!" upplýsir Helga, stolt af því að bjóða íslenskum börnum loks til sætis í Nomi.

„Hönnuður Nomi hefur rannsakað setu fólks í fjörutíu ár og má með sanni segja að Nomi sé háþróaðasti og besti matarstóllinn á markaðinum í dag," segir Helga og býður viðskiptavini hjartanlega velkomna í Nine Kids til að skoða, máta og gera góð kaup.

„Við leggjum okkur fram við að veita framúrskarandi þjónustu og sanngjörn verð."

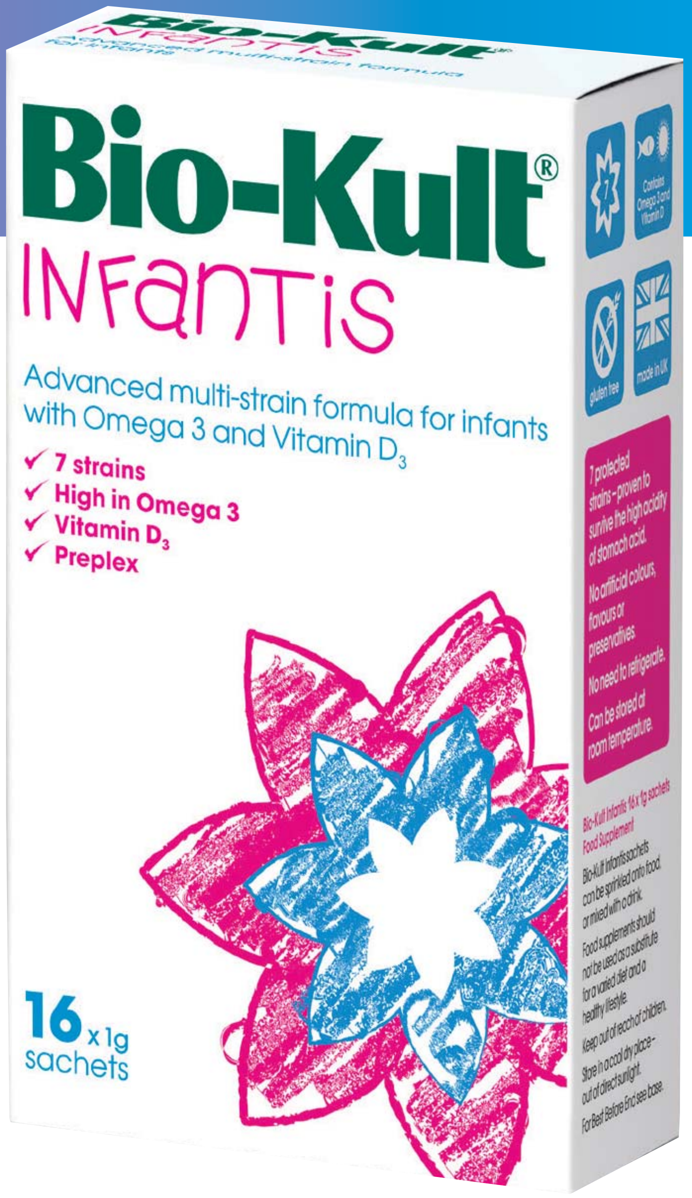
Nine Kids er í Hreyfilshúsinu, Fellsmúla 24. Opið alla virka daga frá klukkan 11 til 18 og á laugardögum frá klukkan 11 til 16. Skoðið heimasíðuna ninekids.is.

Nine Kids er sneisafull af undurfallegum fatnaði og skótaui fyrir barnið, ásamt heillandi varningi sem mætir öllum þörfum barnsins. MYNDIR/ERNIR

Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir | Sölumaður auglýsinga: Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, | Veffang: frettabladid.is

Bio-Kult®

INFANTIS



Góð og öflug vörn fyrir meltingarveginn

- Bio-Kult Infantis er **vísindalega þróuð blanda af vinveittum gerlum** fyrir ungabörn og börn á öllum aldri.
- Inniheldur gæða **mjólkursýrugerla** sem styrkja og bæta meltinguna, eru með hátt hlutfall af **Omega 3** og **D3 vítamín.**
- Varan inniheldur **ekki** viðbættur sykur, litar-, bragð eða önnur aukaefni.

„Minni magaónot hjá syninum"

Ég er búin að gefa stráknum mínum Bio Kult infantis frá því að hann var 3 mánaða við bakflæði. Núna er hann orðin 18 mánaða og bakflæðið eldst af honum. Ég finn að ef ég gef honum ekki Bio Kult er meira lo í maga hans og meltinginn ekki jafn góð. Hann fær því Bio Kult alla daga núnaog honum líður betur og er hressari

Tanja Karen Salmon

Útsölustaðir: Öll apótek, heilsuverslanir og heilsuhillur stórmarkaðanna.

Gaman og gott í baði

Það gekk illa hjá bresku bóndakonunni Joönnu Jensen að koma dætrunum í bað. Báðar eru með fíngert hár og viðkvæma húð og harðneituðu að fara í bað vegna ertingar og óþæginda.

Hvað var til ráða? Joanna hafði lengi leitað logandi ljósi að vönduðum og hreinum barnavörum fyrir dæturnar en aldrei fundið það rétta. Hún brá því á það ráð að búa til sína eigin hársápu með náttúrulegum efnum og eftirlætis olíum. Árangurinn lét ekki á sér standa því hár dætranna varð bæði ræktarlegt og fagurt og húðin heil og mjúk. Í kjölfarið hóf Joanna þróun á sérhæfðum húð- og hárvörum fyrir börn og útkoman varð dásamleg Childs Farm-línan sem er 98 prósent náttúruleg og fæst nú í hillum íslenskra verslana. Childs Farm-hreinlætisvörurnar veita börnum vellíðan og tryggja skemmtilegar baðferðir. Þær innihalda eingöngu náttúruleg og skaðlaus hráefni sem valda hvorki ertingu né ofnæmisviðbrögðum. Mikilvægar olíur viðhalda heilbrigði húðar og gefa frá sér milda og yndislega angan.

Joanna er margverðlaunuð fyrir Childs Farm. Barnalínan hefur reynst íslenskum börnum vel en nýleg rannsókn bendir til þess að um þriðjungur íslenskra barna þjáist af exemi. Hægt er að draga mjög úr einkennum exems með því að velja réttar húð- og hárvörur fyrir börnin og hafa Childs Farm gefið einstakan árangur. Childs Farm-vörurnar eru prófaðar af húðlæknum og samþykktar af barnalæknum. Í þeim eru engin paraben, ekkert SLES, engar steinefnaolíur eða tilbúin litarefni. Vörulínan samanstendur af sérhæfðri ungbarnalínu, krakkalínu og sólarlínu sem innihalda hársápu, baðsápu, krem og freyðibað. Sérhæfð ungbarnalínan inniheldur allt sem þarf til að hreinsa og næra húð ungbarna, jafnvel þótt húðin sé viðkvæm eða gjörn á að fá exem.

Ungbarnalína Childs Farm mætir þörfum ungbarnsins, er náttúruleg og laus við aukefni.

» Childs Farm hefur reynst íslenskum börnum vel.

Og maður þarf ekki að vera barn til að njóta fjörugra baðferða og vellíðunar með Childs Farm því vörurnar henta fólki á öllum aldri og hafa gefið góða raun þeim sem hafa exem eða eru með viðkvæmt hörund.

Childs Farm fæst í Hagkaup, Krónunni, Fjarðarkaupum, Heimkaup.is og apótekum um land allt.

Þurfum að skoða eigin notkun

Foreldrar þurfa að vera góðar fyrirmyndir barna sinna þegar kemur að notkun snjalltækja. Góðar netvenjur lærast best þegar gengið er á undan með góðu fordæmi. Samvera er einnig mikilvæg.

Eftir að hafa haldið fjölda fyrirlestra um netnotkun barna og unglinga og rætt við foreldra finnst mér standa upp úr að við fullorðna fólkið þurfum sjálf að skoða okkar notkun á snjalltækjum. Skoða hvernig fyrirmyndir við erum og hvort við látum tæknina stjórna okkur frekar en að þjóna okkur. Spyrja okkur síðan hvort við séum kannski að sýna börnum okkar minni athygli af því við erum svo föst í símanum. Það kemur ekki vel út að predika yfir börnum okkar að leika sér og eiga samskipti við aðra augliti til auglitis ef við erum sjálf alltaf með nefið límt ofan í símanum,“ segir Bryndís Jónsdóttir, verkefnastjóri hjá Heimili og skóla.

Samtökin standa reglulega fyrir fræðslu fyrir ólíka hópa. Til að mynda var haldinn fyrirlestur í Gerðubergi í vikunni fyrir foreldra barna í leikskólum og yngstu bekkjum grunnskóla í tilefni af alþjóðlega netöryggisdeginum. Þá komu samtökin nýverið að útgáfu bæklings um ung börn og snjalltæki sem dreift hefur verið víða.

Bryndís Jónsdóttir verkefnastjóri hjá Heimili og skóla.

> **„Það kemur ekki vel út að predika yfir börnum okkar að leika sér og eiga samskipti við aðra augliti til auglitis ef við erum sjálf alltaf með nefið límt ofan í símanum.**

Foreldrar þurfa að tala saman

„Í síðustu viku var ég í Hofsstaðaskóla þar sem ég ræddi við börn í fjórða bekk og foreldra þeirra. Við ræddum til dæmis um stafræn fótspor og það að virða rétt barna þegar kemur að umfjöllun um þau á netinu, það er að foreldrar íhugi vel hvaða upplýsingar og myndir þeir setja á netið áður en börn eru nógu gömul til að segja sjálf hvað þau vilja,“ segir Bryndís en oft verða til góðar umræður á slíkum fræðslufundum. „Það er greinilegt að foreldrum finnst stundum erfitt að setja skorður, sérstaklega varðandi aldurstakmörk á samfélagsmiðlum og tölvuleikjum. Þau halda jafnvel að öll börn megi vera í þessu og vilja ekki að sitt barn verði út undan. Þetta kallar á að foreldrar í árgöngum tali saman og ræði þessi mál og komi sér saman um að virða til dæmis aldurstakmörk.“ Bryndís segir til fullt af efni sem hentar fólki á öllum aldri, því að setja börn í þá stöðu að nota efni og miðla sem þau hafi ekki aldur eða þroska til.

Margar fjölskyldur setja sér umgengnisreglur í kringum snjalltækin. Ein algengasta reglan er að leggja niður símana í kringum matmálstíma. NORDICPHOTOS/GETTY

Gott úrval eftirlitsbúnaðar

Bryndís segir að efni sem tengist ofbeldi og klámi sé allt of aðgengilegt á netinu. Hún bendir fólki á að kynna sér alla öryggismöguleika bæði í tækjunum sjálfum og hjá netþjónustuaðilum. „Síðan eru til alls konar öpp sem hægt er að nota til að stýra og fylgjast með notkun hjá börnum. Við höfum hins vegar lagt áherslu á að svona eftirlitsbúnaður komi ekki í staðinn fyrir samræður við barnið og uppeldi. Foreldrar verða að ræða notkunina við barnið, kenna því og tala við það um hætturnar.“

Skipti út síma fyrir vekjaraklukku

Algengt er að fjölskyldur setji sér einhvers konar reglur um snjalltækjanotkun á heimilinu. „Algengustu reglurnar sem við heyrum um eru að vera ekki með símann við matarborðið. Að settur sé tiltekinn skjátími fyrir barnið og síðan eru margir sem vilja ekki hafa nettengd tæki inni í svefnherbergjum,“ telur Bryndís upp og áréttar að snjalltækin geti haft truflandi áhrif á svefn bæði barna og fullorðinna.

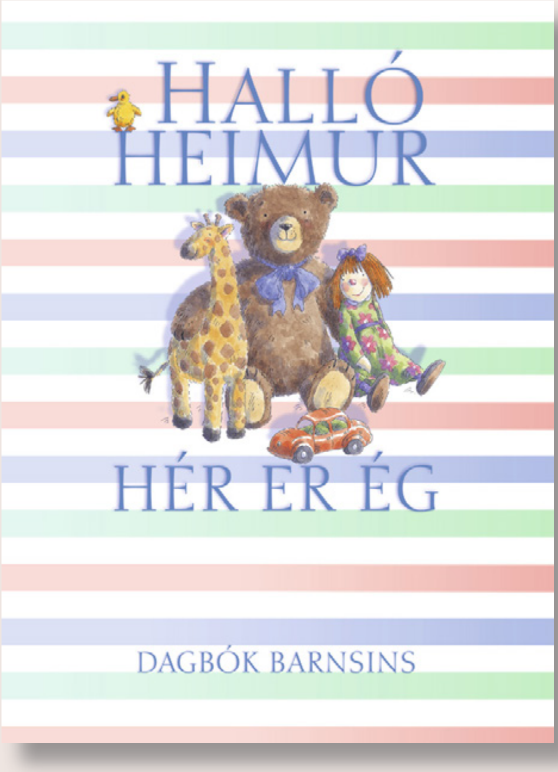
„Þar sem ég er ekkert öðruvísi en annað fólk, er of mikið í símanum á kvöldin og gríp hann svo strax og ég vakna, ákvað ég að taka mig á í Meistaramánuði. „Ég ákvað að sofa ekki með símann inni hjá mér á nóttunni og hef fengið mér vekjaraklukku,“ segir Bryndís og bendir á að svona sé hægt að ganga á undan með góðu fordæmi. „Þegar maður er með unglinga á heimilinu sem sætta sig illa við að aðrar reglur gildi um þá en hina fullorðnu getur maður gengið á undan með góðu fordæmi og tekið þátt í því að fara eftir þeim reglum sem fjölskyldan setur sér þótt auðvitað gildi ekki alltaf sömu reglur um börn og fullorðna í þessu frekar en í öðru.“

Hvað er mikilvægast?

- Að vera með barninu þegar það lærir á miðlana.
- Að huga að notkunarreglum á heimilinu.
- Að vera upplýst um þjónustu, innihald, tækni og aldurstakmörk.
- Að kenna barninu góðar netvenjur – þú ert þeirra helsta fyrirmynd.

Nánari upplýsingar og góð ráð sem tengjast börnum og snjalltækjum má finna á www.heimiliogskoli.is undir útgefið efni.

ÚRVAL BÓKA FYRIR VERÐANDI FORELDRA



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10–18 | laugardaga 11–16 | **www.forlagid.is**

Tengsl máls og læsis sterk

Þegar barn fer að segja sín fyrstu orð er mikilvægt hvernig talað er við það. Foreldrar ættu að tala skýrt og gott mál við börn sín. Rannsóknir sýna að því meira sem talað er við og lesið fyrir börn því meiri orðaforða hafa þau.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Tinna Sigurðardóttir, talmeinafræðingur og framkvæmdastjóri Tröppu, er framkvæmdastjóri Félags talmeinafræðinga á Íslandi. Hún er auk þess stofnandi málþroskahópsins Babbl og spjall á FB og fjögurra barna móðir og stjúpa. Hún segir að það skipti miklu máli að tala skýrt og greinilega við börn frá fæðingu.

„Foreldrum er eðlislægt að tala við ungbörn á svokölluðu „motherese“ eða „fatherese“ þar sem við tjúnum röddina svolítið upp og kjáum nánast syngjandi röddu framan í barnið. Það er mikilvægt að byrja strax að hafa samskipti, nota röddina blíðlega og tala til barnsins, mynda gott augnsamband og gefa barninu til kynna að þú sért hjá því. Margir vita kannski ekki hvað þeir ættu að segja við ómálga barn, en það má bara spjalla við það og ímynda sér hvað barnið myndi segja ef það kynni að tala. Lýsa því sem maður er að gera, segja barninu hverjir séu hjá því, syngja vísur og svo framvegis,“ útskýrir Tinna.

Barnamál á stundum við

Hún segir það ekki alslæmt að tala barnamál. „Það er eðlilegt að tala um dýrin til dæmis með því að nefna hvað þau segja (bíbí, mumu o.s.frv). Þetta gerum við til einföldunar þegar barnið er að byrja að tala, meðal annars vegna þess að dýrahljóðin innibera hljóð sem koma snemma hjá börnum. Ung börn eru líklegri til að geta myndað „bíbí“ heldur en t.d. „fugl“ á 1. og 2. ári. Það er svo gott að kenna barninu samhliða „alvöru“ orðin fyrir þá hluti sem það er að ræða, þótt við styðjumst líka við barnamál barnsins. Dæmi: Barn segir bíbí og skoðar mynd af fugli. Já, þetta er bíbí, svörum við, þetta er fuglinn sem segir bíbí.“

Þegar Tinna er spurð hvort það geti haft áhrif á orðaforða barnsins og góða tilfinningu fyrir málinu hvernig talað er við það, svarar hún því játandi. „Rannsóknir sýna að því meira sem talað er við og lesið fyrir börn því meiri orðaforða hafa þau. Það segir sig kannski svolítið sjálft að börn sem lítið er talað við heyra minna mál og þar af leiðandi færri orð og það getur haft afleiðingar. Rannsóknir sýna einnig að raddblær hefur áhrif á það hvernig mjög ungum börnum gengur að læra orð. Það má segja að við séum með meðfæddan hæfileika til að læra að tala og sýnt hefur verið fram á að börn tengja mannsröddina frekar við andlit heldur en dýr aðeins nokkurra daga gömul! Löngu áður en barnið byrjar að tala sjálft er það farið að safna orðum í minnið sitt og búa sér til orðasafn sem það tengir smátt og smátt þekkingu sinni á heiminum. Auðvitað gengur þessi þroski betur ef örvun og ílag er mikið og í góðum gæðum. Þar koma samskipti foreldra/fullorðinna og barna sterk inn. Að lesa fyrir börn, syngja og kenna þeim og fara með vísur hefur jákvæð áhrif á allan málþroska og sérstaklega hljóðkerfisvitundina. Orðaforðinn hefur svo áhrif á lesskilninginn seinna meir. Aðferð sem hefur sýnt sig að hefur góð áhrif á málþroska er að endurtaka rétt það sem barnið segir og bæta við og lengja setningar barnsins. Dæmi: Þegar barn segir: Kubba turn – þá er gott að svara: Já, ertu að kubba svona fínan turn? Þetta er stór og flottur turn hjá þér. Og þannig er viðkomandi bæði búinn að endurtaka það sem barnið segir og útvíkka mál barnsins með því að bæta við setninguna.

Tinna Sigurðardóttir, talmeinafræðingur hjá Tröppu.

> **Það er gríðarlega mikilvægt að lesa fyrir börn. Það að hafa bækur sýnilegar í umhverfinu, umgangast sjálfur bækur og lesa sjálfur svo barnið sjái eru líka mikilvægir þættir fyrir farsælt lestrarnám.**

Ekki spyrja of mikið

Mér finnst of mikið um það að fólk sé að spyrja börn mikið og biðja þau um að segja hitt og þetta. Lítil börn sem eru rétt að byrja að tala, tala ekki strax eins og fullorðnar manneskjur. Þau hafa ekki enn náð tökum á öllum hljóðunum, vantar orð inn í setningar og eru heldur ekki búin að ná tökum á málfræðinni. Þá eru þau heldur alls ekki með félagsleg samskipti á hreinu, hvenær á t.d. að heilsa eða kveðja. Það er mikilvægt að við setjum ekki of mikla pressu á börn að tala, sérstaklega ekki ef þau eru sein til máls, en búum til tækifæri þar sem þau geta æft sig að tala án þess að upplifa pressu. Við ættum frekar að vera góðar fyrirmyndir, sýna börnunum og gera með þeim, fremur en að stilla þeim upp þar sem þau eiga að gera. Börn eru viðkvæm og það þarf að vera nærgætinn í samskiptum við þau.“

Fyrsta málkennsla hefur áhrif á læsi

Getur málkennsla á fyrstu árum haft áhrif á lestrarnám barnsins síðar?

„Tengsl máls og læsis eru sterk og margvísleg. Orðaforði hefur áhrif á lesskilning og þannig kemur sér vel að hafa góðan orðaforða. Þá er hljóðkerfisvitundin grundvallarþáttur í lestrarnámi en það er hæfileikinn til að t.d. klappa orð í atkvæði, finna fyrsta og síðasta hljóð í orði, setja saman orð og taka þau í sundur (t.d. Skóla-taska, skrif-borð), átta sig á því að setningar eru byggðar upp af orðum og orð af stöfum og síðast en ekki síst að stafirnir eiga sér mismunandi hljóð. Taktur hefur líka sitt að segja og það að syngja, ríma og æfa sig að bulla eru líka góðir undirstöðuþættir máls og læsis. Það er gríðarlega mikilvægt að lesa fyrir börn. Það að hafa bækur sýnilegar í umhverfinu, umgangast sjálfur bækur og lesa sjálfur svo barnið sjái eru líka mikilvægir þættir fyrir farsælt lestrarnám. Það má lesa fyrir börn niður í 3-4ra mánaða aldur, bækur með skýrum myndum og e.t.v. stuttum texta. Benda á myndirnar og segja hvað er á þeim og sýna barninu.

Lesið fyrir börnin

Flest börn eru mjög spennt fyrir bókum frá unga aldri, finnst gaman að skoða og fletta. Seinna fá börn oft sjálfsprottinn áhuga á stöfunum og þá á að nýta tækifærið þegar lesið er og íhuga hvernig stafirnir líta út og ekki síst hvaða hljóð þeir mynda. Hver á hvaða staf í fjölskyldunni og svo framvegis. Það er ákjósanlegast að hafa lestrarstundina að föstum lið, og hún þarf ekkert endilega alltaf að vera rétt fyrir svefninn. Mikilvægt er að hún sé notaleg stund og það þarf ekki alltaf að lesa einfaldar bækur frá orði til orðs heldur nýta bókina til að eiga samskipti við barnið, spjalla um það sem er á myndunum og fá barnið til að tjá sig. Þegar sama bókin hefur verið lesin margoft má svo bjóða barninu að „lesa“ hana fyrir sig líka til tilbreytingar.

Bókasöfn er góður kostur

Stundum er barn seint til máls af meðfæddum orsökum, t.d. vegna þroskaraskana eða slíks eða þá að barnið hefur orðið mikið veikt eða upplifað mikið álag í frumbernsku. Þá er hægt að vera með málþroskaröskun sem lýsir sér þannig að barnið er seint að tala og á erfitt með að tileinka sér mál á dæmigerðan hátt. Rannsóknir hafa sýnt fram á að börn sem búa við bágar félagslegar aðstæður eru í áhættu hvað varðar málþroskann og eru líklegri til að mælast með slakan málþroska. Því ættu allir foreldrar að fá stuðning við að sinna málþroskanum vel óháð stétt og stöðu því þetta er gríðarlega mikilvægt og getur skipt miklu upp á alla námsframvindu seinna meir og hefur eins og fyrr segir sterk tengsl við læsi. Að örva málþroska getur verið verndandi þáttur og því ættu foreldrar að kappkosta að eiga jákvæð samskipti við börnin, tala mikið við þau, hlusta á þau líka, útskýra og skoða bækur saman. Bókasöfnin eru frábær kostur, börn geta fengið ókeypis bókasafnskort til 18 ára og aðstaða fyrir börn er víðast mjög skemmtileg á bókasöfnum,“ upplýsir Tinna.

Það er ágætis þumalputtaregla að ef barn er ekki farið að segja fleiri en 50 orð við 2ja ára aldur væri lag að skoða málið.

Hún segir að málþroskinn geti farið af stað milli 12 og 24 mánaða, stundum fyrr eða seinna. „Það er ágætis þumalputtaregla að ef barn er ekki farið að segja fleiri en 50 orð við 2ja ára aldur væri lag að skoða málið. Eins eru framkvæmdar þroskaskimanir við 2,6 ára og 4ra ára aldur á heilsugæslunum og málþroskinn athugaður stuttlega þar líka. Um að gera að fá ráðleggingar hjá talmeinafræðingi ef áhyggjur vakna. Rannsóknir hafa sýnt að áhyggjur móður eru oft áreiðanlegar og ef foreldrar hafa á tilfinningunni að ekki sé allt eins og eigi að vera er um að gera að leita aðstoðar. Seinkaður málþroski getur lýst sér þannig að barnið talar lítið, verður pirrað og fær skapofsaköst eða heldur sig mikið til hlés og gerir litlar kröfur. Að benda á hluti, mynda augnsamband og vilja vera í samskiptum eru líka mikilvægir þættir málþroskans og því ættu foreldrar líka að fylgjast með því atferli," greinir Tinna frá.

Um að gera að fá ráðleggingar hjá talmeinafræðingi ef áhyggjur vakna. Rannsóknir hafa sýnt að áhyggjur móður eru oft áreiðanlegar og ef foreldrar hafa á tilfinningunni að ekki sé allt eins og eigi að vera er um að gera að leita aðstoðar.

Gæði og frábært verð!

Mikið úrval af barnabílstólum

Osann er þýskt fjölskyldufyrirtæki sem hefur framleitt öryggisvörur frá 1980. 25 milljón börn hafa þegar notið góðs af vörum þeirra.

www.osann.de

Pössum upp á það allra mikilvægasta

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

Hollur skyndibiti

Fyrstu mánuðum í lífi barns fylgir gjarnan lítill svefn og óreglulegar og misholllar máltíðir. Hér er bráðholl og góð uppskrift sem geymist vel í ísskápnum og hægt er að grípa í milla anna.

1 bolli kínóa
2 bollar vatn
1 dós kjúklingabaunir, skolið vel
1 miðlungsstór agúrka. Fræhreinsið og skerið í litla teninga
1 rauð paprika, skorin í litla munnbita
¾ bolli saxaður rauðlaukur
1 bolli steinselja, smátt söxuð
¼ bolli ólífuolía
¼ bolli sítrónusafi (safi úr 2-3 sítrónum)
1 msk. rauðvínsedik
2 hvítlauksgeirar, pressaðir
½ tsk. salt
Svartur pipar

Sjóðið kínóa samkvæmt leiðbeiningum. Blandið saman í stórri skál kjúklingabaunum, gúrku, papriku, lauk og steinselju. Takið aðra minni skál og blandið saman olíu, ediki, sítrónusafa, hvítlauk og salti. Hrærið vel saman. Þegar kínóa hefur kólnað skal því blandað saman við innihaldið í stóru skálinni og næst er olíublöndunni hellt yfir. Blandið vel saman og kryddið með svörtum pipar og salti ef þarf. Látið standa í 5-10 mín. áður en borið fram. Salatið geymist í lokuðu íláti í kæli í 4 daga.

Snjalltæki geta verið gagnleg en ýmislegt hættulegt leynist ef ekki er varlega farið. NORDICPHOTOS/GETTY

Engin snjalltæki með í háttinn

Breskir fjölmiðlar fjölluðu í vikunni nánast allir sem einn um nýjar tillögur lækna þar í landi varðandi snjalltæki og notkun barna á þeim. „Tíminn sem fer í að vera á netinu getur opnað augu ungmenna og þau læra margt á því að skoða það sem er í boði á veraldarvefnum. Þar geta þau fundið stuðning og upplýsingar," segir Dame Sally Davies sem titluð er Chief Medical Officer of England, eins konar landlæknir þeirra Breta.

Hún bætti þó við að margt væri að varast. Læknaliðið sem samdi viðmiðunarreglurnar segir að svefninn sé svo mikilvægur að snjalltækin eigi að verða eftir fyrir utan herbergið þegar barnið fari að sofa.

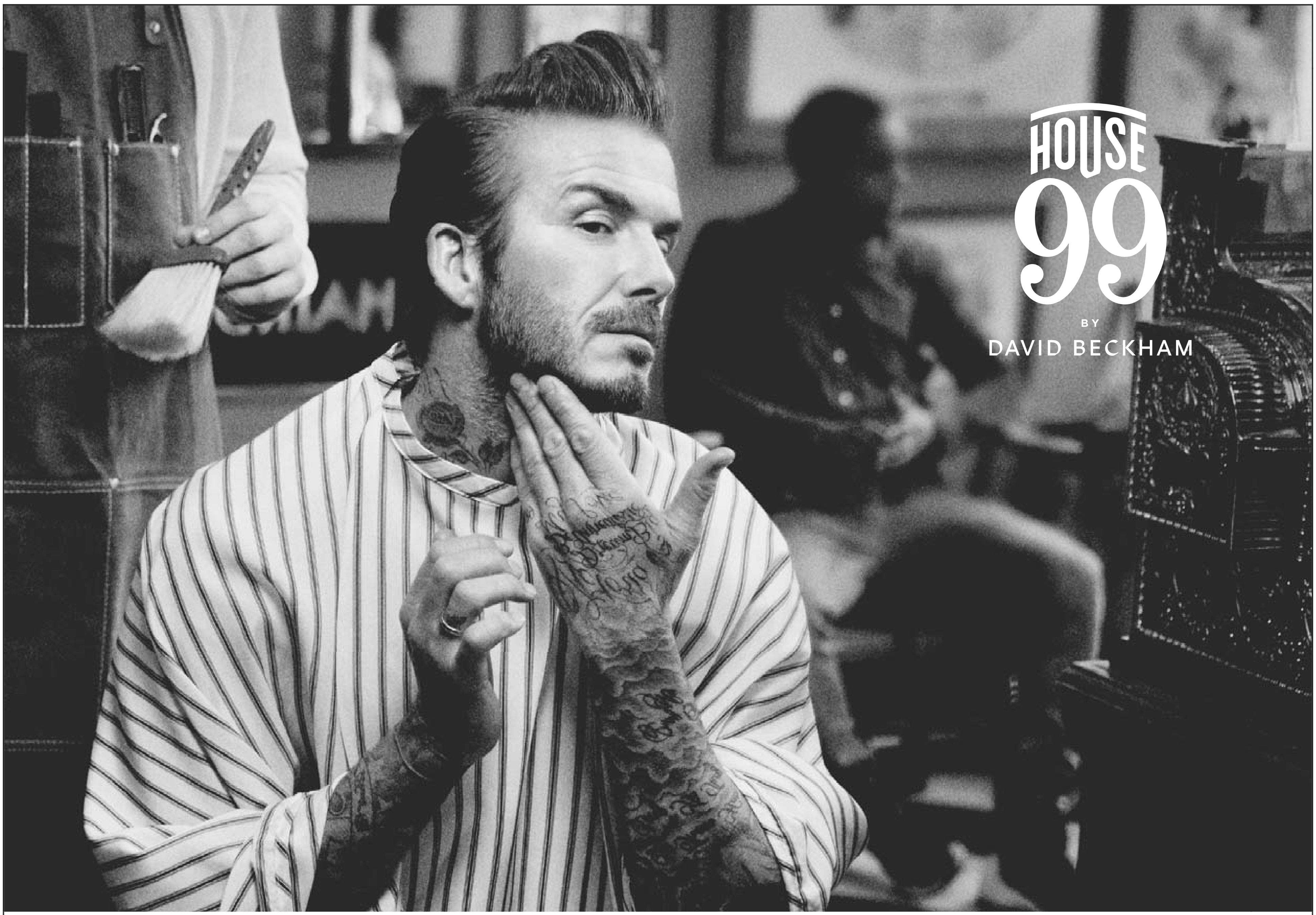
Viðmiðin eru meðal annars að skilja símana eftir fyrir utan herbergið þegar það er komið að háttatíma. Að ræða um að deila myndum og upplýsingum því það sé stundum misnotað. Ef það þarf að fara yfir götu þá á snjalltækið að vera í vasanum. Sumir hafa áhuga á öðru og það þarf ekki að horfa á hvað sem er á skjánum. Það má segja nei. Snjalltækin eiga ekki að vera við matarborðið. Matartíminn er þar sem fjölskyldur ræða saman. Settu upp forrit sem getur fylgst með skjánotkun barnanna.

Milljón fyrir barnafólk flytji það til Locana

Bæjarstjórinn í Locana, sem er lítið þorp á Ítalíu, Giovanni Bruno Mattiet, hefur lofað hverri fjölskyldu sem flytur í bæinn um níu þúsund evrum eða 1,2 milljónum króna. Það eina sem fjölskyldan þarf að gera er að hafa að minnsta kosti eitt barn á sínum snærum og árleg laun upp á 6.000 evrur, sem gera um 823 þúsund. Fjölmörg lítil þorp á Ítalíu eru nánast orðin að draugabæjum því unga fólkið flykkist í stórborgirnar til að freista gæfunnar. Það á líka við þorpið Locana.

Bæjarstjórinn vill endilega snúa þessari þróun við. „Það bjuggu hérna um sjö þúsund íbúar um 1900 en við rétt náum 1.500 í dag. Unga fólkið okkar fer til borganna og skólarnir okkar eiga á hættu að verða lokað vegna fækkunar nemenda. Ég get ekki látið það gerast," sagði Mattiet í samtali við CNN.

Það má ýmislegt gera í Locana sem er skammt frá Tórínó. NORDICPHOTOS/GETTY



HOUSE99 er ný vörulína frá David Beckham. Línan heitir House99 því árið 1999 einkenndist af merkisatburðum í lífi Davids. Hann vann meistaradeildartitil, gifti sig og eignaðist sitt fyrsta barn. Línan inniheldur allt sem karlmaður þarf, hvort sem það er fyrir hár, skegg, líkama eða andlit.

ÚTSÖLUSTAÐIR: Akranes: Bjarg, Akureyri: Hagkaup, höfuðborgarsvæðið: Hagkaup Kringlu, Smáralind, Garðabæ og Skeifu, Lyf og heilsa Kringlu.

SMOOTH BACK SHAPING POMADE

Þú gerir aldrei mistök með Smooth Back þegar þú vilt ná frjálslegu og eðlilegu looki með miðlungs haldi og geta endurmótað hárið yfir daginn. Það er fullkomið til að móta stutt til miðlungssítt hár, er matt og veitir viðnám gegn raka, hita og svita og auðvelt að þvo úr.

CHANGE IT UP TEXTURING CLAY

Taktu stjórn á hárinu með Change it up Clay til að ná lookinu þínu. Change it up mótar, gefur fyllingu og veitir stíft hald sem þú getur endurmótað hvenær sem er. Auðvelt að þvo úr, mattar og veitir viðnám gegn raka, hita og svita.

SOFTER TOUCH SKEGG OLÍA

Það er ótrúlega góð tilfinning að koma með nýsnyrt, mjúkt og mótað skegg frá rakaranum. Beard oil skeggolían gefur þér einmitt þá mýkt og þægindi, jafnvel þegar þú hefur lítinn tíma. Olían nærir, dregur úr pirringi, er létt og ófitug og skeggið verður mjúkt og meðfærilegt hvort sem það er stutt eða sítt.

BOLD STATEMENT TATTOO RAKASPREY

Ertu með húðflúr? Sprey fyrir húðflúrið sem gefur raka og ljóma í allt að 24 klst, hjálpar við að lífga upp á litinn og verndar gegn skaðlegum UV geislum. Inniheldur vörn SPF 30, hverfur fljótt inn í húðina og hentar fyrir allar húðgerðir.

SERIOUSLY GROOMED SKEGG OG HÁR BALM

Það er sama hvaða stíl eða lengd þú velur fyrir skeggið, það þarf að líta vel út og vera vel snyrt. Beard & Hair Balm er mýkjandi 2-í-1 skegg og hár mótandi balm. Það gefur skegginu og hárinu fyllingu, þéttleika og létt hald. Með náttúrulega og glansandi áferð.

GREATER LOOK RAKAKREM

Gott ástand húðar er grundvöllur hvaða hár, skegg eða tattoo stíls sem þú velur. Þetta rakakrem hentar öllum húðgerðum, jafnvel viðkværi húð. Það gefur raka, jafnar lit og áferð húðar. Húðin verður heilbrigðari og orkufyllt allan daginn. Einnig til með SPF 20.

GÓÐ ÞJÓNUS

SVO ALLT GANGI SMURT

KÍKTU Í KEMI OG SKOÐAÐU ÚRVALIÐ!

STA Í 20 ÁR

kemi

Tunguhálsi 10 • www.kemi.is

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Þjónusta

Pípulagnir

Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum á viðhaldi og viðgerðum. Uppl. í s. 778 1604.

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 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

MÁLARAR.
Faglærðir Málarar. Tökum að okkur alla almenna málningarvinnu. Sanngjarnt verð. S. 696 2748 / loggildurmalari@gmail.com

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

JD FLUTNINGAR.
Flutningaþjónusta fyrir einstaklinga og fyrirtæki: vörufl.,búslóðafl.,sorpuf. og fl. S: 7868899 jdflutningar@jdflutningar.is

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

Keypt & Selt

Til sölu

HUMARSALAN

Humar, Ferskur Lax, Risarækjur og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW.HUMARSALAN:IS S. 867 6677

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM
165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.
Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Geymsluhúsnæði

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

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

INHOPE insafe SAFT

TILKYNNA ÓVIÐEIGANDI EÐA ÓLÖGLEGT EFNI Á NETINU

Atvinna

Atvinna í boði

BÍLSTJÓRI ÓSKAST Í SENDIBÍLAAKSTUR.
Hraustur, þjónustulundaður og íslenskumælandi með hreint sakavottorð. Fjölbreytt vinna,góður félagsskapur, nóg að gera.
Meirapróf ekki nauðsynlegt.

Frekari uppl. í s. 892 6363 og skutlari@gmail.com

Heimaás

VERKAMAÐUR / BYGGINGARVINNA
Heimaás óskar eftir að ráða verkamann í byggingarvinnu.

Nánari uppl. í s. 8636399 Styrmir

styrmir@heimaas.is merkt “atvinna”

Ýmislegt

www.yaakovswell.net

Here you will find a series of studies of the Blessed Torah.

All the material is completely free. You may download it, copy it and give it away.

www.yaakovswell.net

Til sölu

GRAL KYNNIR
SVARTLYNG
★★★★
ÞT. Mbl.
★★★½
SJ. Frbl.
„Við viljum ekki anarkí – manstu?“
–Elsa Bjarnadóttir Schött, ráðuneytisstjóri
ALLRA SÍÐUSTU SÝNINGAR
2. febrúar kl. 20:00
9. febrúar kl. 20:00
15. febrúar kl. 20:00
TJARNARBÍÓ
Miðasala á tix.is

Merkisatburðir

421 Konstantínus þriðji verður keisari Vestrómverska keisaradæmisins.

1587 María Stúart Skotadrottning er hálshöggvin.

1622 Jakob fyrsti leysir breska þingið upp

1696 Fimmtán verða úti í óveðri á Norður- og Vesturlandi.

1826 Bernardino Rivadavia verður fyrsti forseti Argentínu.

1925 Tveir togarar farast á Halamiðum í Halaveðrinu svokallaða.

1943 Her Sovétríkjanna nær borginni Kúrsk.

1950 Stasi stofnað.

1959 Togarinn Júlí ferst á Nýfundnalandsmiðum.

1971 NASDAQ-hlutabréfamarkaðurinn hefur starfsemi.

1980 Ríkisstjórn Gunnars Thoroddsen tekur við völdum.

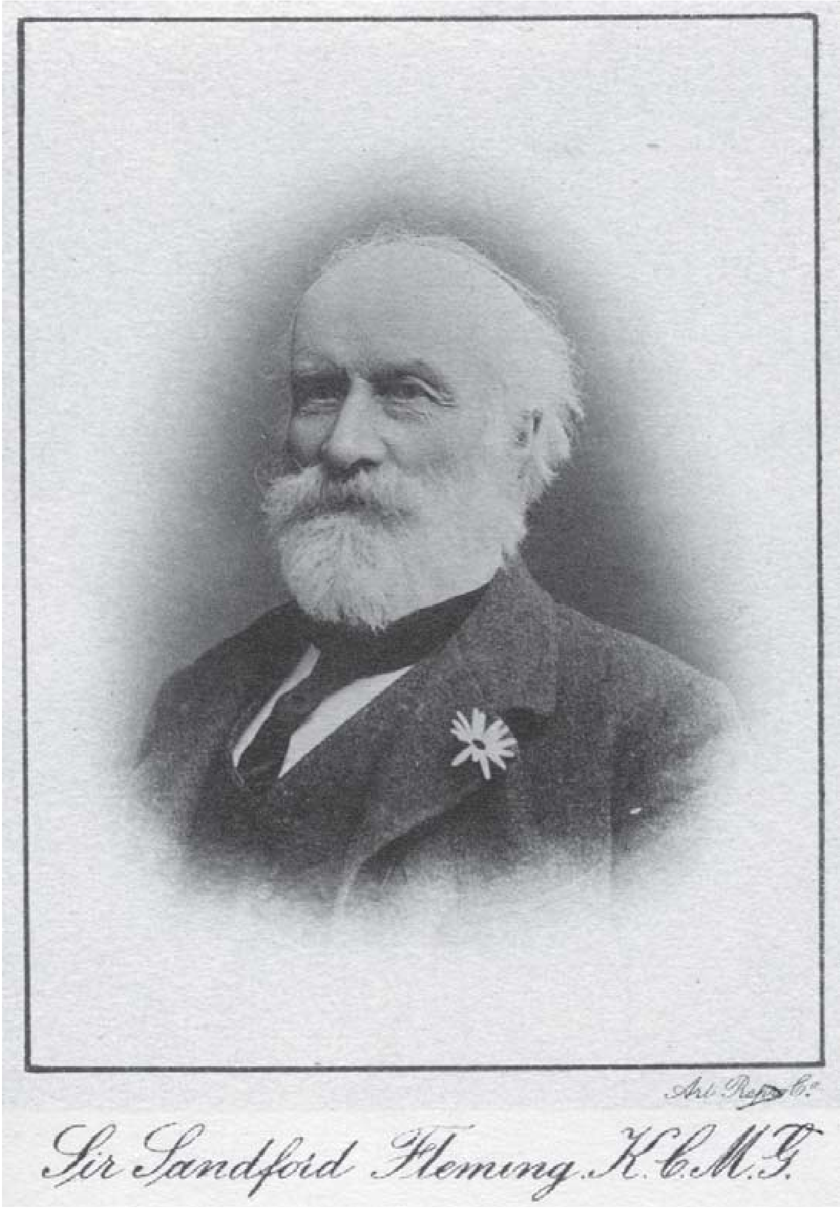
1995 Blaðamaðurinn Þórgnýr Einar Albertsson fæðist.

1998 Halldór Kiljan Laxness deyr.

2005 Google Maps fer í loftið.

Alþjóðlegur tími 140 ára

Skosk-kanadíski verkfræðingurinn Sandford Fleming stakk upp á alþjóðlegum tíma, tímabeltum og samræmdri 24 stunda klukku fyrir 140 árum. Hugmynd hans var vel tekið enda búum við nú við þetta fyrirkomulag.



Sandford Fleming kom víða. Lagði teina og hannaði frímerki. NORDICPHOTOS/GETTY

Það má svo sannarlega segja að í dag séu tímamót enda eru 140 ár liðin í dag frá því skosk-kanadíski verkfræðingurinn og uppfinningamaðurinn Sandford Fleming gekk inn á fund konunglegu vísindastofnunarinnar í Toronto árið 1879 og stakk upp á því að alþjóðlegur tími yrði tekinn upp. Fleming vildi að hnettinum yrði skipt upp í 24 tímabelti sem hvert um sig næði yfir fimmtán lengdargráður. Allar klukkur innan hvers beltis skyldu samstilltar en munurinn á milli hvers tímabeltis væri ein klukkustund. Þessi uppástunga Flemings fékk góðar undirtektir enda styðjumst við nú við breytta og bætta mynd af upprunalegu hugmyndinni, sem Fleming kallaði alþjóðatíma (e. Universal Time).

Sagan á bak við hugmynd Flemings er nokkuð fyndin. Árið 1876 var hann á leið til Írlands. Hann missti hins vegar af lest sinni. Á útprentaðri áætlun lestarinnar stóð að hún ætti að fara eftir hádegi (p.m.) en hún fór í raun af stað fyrir hádegi (a.m.). Þetta tólf klukkustunda kerfi, og tvískipting sólarhringsins, varð ferðalangnum að falli og fékk hann því hugmyndina um að allur heimurinn skyldi taka upp sameiginlega 24 klukkustunda klukku. Heiminum yrði síðan skipt niður í tímabelti og Greenwich yrði í miðjunni. Staðartími Greenwich hafði verið í notkun í nokkra áratugi áður en Fleming fékk hugmyndina.

Fleming hannaði þetta fyrsta frímerki Kanada.

Með hugmyndina að vopni sótti Fleming fleiri ráðstefnur og talaði sínu máli. Stórt skref var stigið á Alþjóðlegu lengdarbaugaráðstefnunni sem haldin var í bandarísku höfuðborginni Washington í október 1884. Þar var ákveðið að Greenwich-baugurinn skyldi verða núllbaugur en ekki var tekið vel í hugmyndir Flemings að öllu leyti. Ráðstefnan samþykkti hugmynd hans um einn ákveðinn alþjóðlegan tíma til viðmiðunar en hafnaði hugmyndinni um tímabelti.

Ekki leið þó á löngu þar til heimsbyggðin hafði innleitt hugmynd Flemings um tímabelti. Enn þann dag í dag eru tímabelti þó umdeild, þá sérstaklega frávik frá stöðluðum tímabeltum. Til að mynda hefur verið lífleg umræða um það á Íslandi að undanförnu að landið sé í raun í röngu tímabelti.

Þótt tímahugmyndir Flemings séu hans helsta arfleifð er vert að taka fram að maðurinn gerði ýmislegt annað bæði merkilegt og áhugavert á meðan hann lifði. Fleming var yfirverkfræðingur þegar Kanadamenn lögðu járnbrautakerfi sitt á milli Atlantshafs og Kyrrahafs. Þá hannaði hann einnig fyrsta kanadíska frímerkið. Það var rautt með mynd af bjór.

thorgnyr@frettabladid.is

†

Hjartkær bróðir okkar,

Pétur Pétursson
Hátúni 12, Reykjavík,

lést á Gran Canaria 16. janúar sl.
Útförin fer fram frá Áskirkju
þriðjudaginn 12. febrúar kl. 13.00.
Blóm og kransar afþakkaðir. Þeim sem
vildu minnast hans er bent á líknarfélög.

**Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Ármann Pétursson
Helga Sigríður Pétursdóttir**

†

Ástkær móðir okkar,

Elín S. Sigurðardóttir
ljósmóðir,
Dalvík,

sem lést 28. janúar verður jarðsungin
frá Dalvíkurkirkju laugardaginn
9. febrúar kl. 11.00.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á
minningarsjóð Dalbæjar, sími: 466-1378.

**Sigrún Jón Viðar
Petrína Jóhanna
Óskar
og fjölskyldur þeirra.**

†

Móðir okkar,

Sigríður Guðmundsdóttir
frá Sæbóli í Aðalvík, síðast búsett
á Kópavogsbraut 1b,

lést sunnudaginn 3. febrúar.
Útförin fer fram frá Kópavogskirkju
fimmtudaginn 14. febrúar kl. 15. Blóm og
kransar vinsamlegast afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast
hennar er bent á Minningarsjóð Jóns Stefánssonar,
reikningur 0133-15-10085
kennitala 610218-0750.

**Guðrún Hoyer Þorgilsdóttir og fjölskylda.
Völundur Þorgilsson og fjölskylda.**

†

Ástkær eiginmaður minn,
faðir okkar, sonur, tengdasonur,
bróðir og mágur,

Þórir Magnússon
málarameistari,
Stapasíðu 11b,

varð bráðkvaddur 30. janúar.
Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju þriðjudaginn
12. febrúar kl. 13.30. Þeim sem vilja minnast hans er bent á
Oddfellowregluna á Akureyri.

**Svava Svavarsdóttir
Magnús Þórisson
Anna Karen Þórisdóttir
Þórey Sif Þórisdóttir
Árdís Svanbergsdóttir
Ragnar Magnússon Kristín Steindórsdóttir
Einar Magnússon Guðný Sigurharðardóttir
Ottó Magnússon Guðrún Gísladóttir
Svavar Konráðsson Anna Friðriksdóttir
Anna Soffía Svavarsdóttir Halldór G. Halldórsson
Konráð Svavarsson Pálmey Sigtryggsdóttir
Sigurður Örn Svavarsson
fjölskylda og vinir.**

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

**Björn Blöndal
Kristmundsson**
Klapparhlíð 5, Mosfellsbæ,

lést á hjartadeild Landspítalans
30. janúar sl. Útför hans fer fram mánudaginn
11. febrúar kl. 13.00 frá Áskirkju. Blóm og kransar
vinsamlegast afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast hans
er bent á líknarstofnanir. Sérstakar þakkir til starfsfólks
hjartadeildar Landspítalans fyrir fagmennsku og hlýtt
viðmót til hans og aðstandenda hans, sem og til allra
þeirra sem reyndust honum vel.

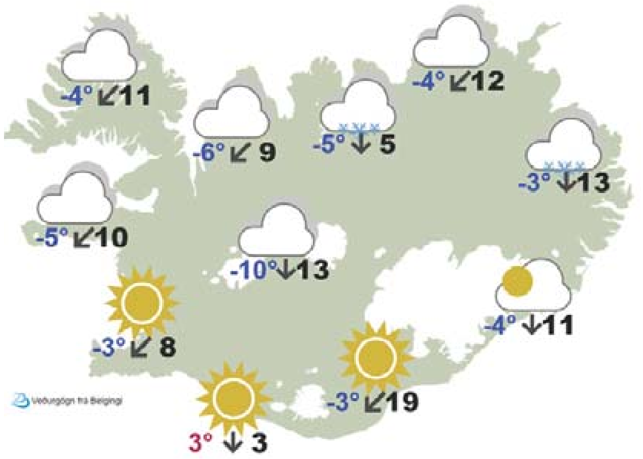
**Sigríður Jóna Kjartansdóttir
Halldóra N. Björnsdóttir Birgir Þór Baldvinsson
Kristín Björnsdóttir Ingvi Geir Ómarsson
Kjartan Þór Birgisson Hrefna Gunnarsdóttir
Sigríður Þóra Birgisdóttir Óli Hörður Þórðarson
Halldóra Þóra Birgisdóttir Jón Kristinn Helgason
Kristín Þóra Birgisdóttir Hjördís Birna Ingvadóttir
Kristmundur Ómar Ingvason Hrafnkell S. Ingvason
og langafabörn.**

Ketóvænir kostir
Fyrir þá fjölmörgu sem hafa tekið ketó opnum örmum, og auðvitað alla hina, bjóðum við nú úrval af góðgæti. Við kynnum enn fleiri ketóvæna kosti til sögunnar á næstunni!
Ketó
Réttur mánaðarins
VEITINGASTAÐUR:
Lambaskanki og meðlæti
1.095,-
Án sósu er rétturinn ketó
Ketó
Réttur mánaðarins
VEITINGASTAÐUR:
Lamba-sirloin og meðlæti
1.295,-
Án sósu er rétturinn ketó
Ketó
VEITINGASTAÐUR:
Blómkálsmús með beikoni
200,-
Ketó
Kynningarverð
KAFFIHÚS:
Tvær eggjakökur með rækjusalati 795,-
695,-
Ketó
Kynningarverð
KAFFIHÚS:
Tvær eggjakökur hlaðnar góðgæti 995,-
895,-
Ketó
Kynningarverð
KAFFIHÚS:
Ekta ketókaffi
með MCT olíu og smjöri 595,-
495,-
Ketó
BAKARÍ:
Ketóbrauðsneiðar. Frosnar
895,-/8 í pk.
© Inter IKEA Systems B.V. 2019
Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingasvið opið 9:00-20:30 - IKEA.is
IKEA

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Föstudagur

Norðaustan 13-23, hvassast SA-lands. Snjókoma eða él, en þurrt og bjart veður á S- og SV-landi. Búast má við norðanhríð á A-verðu landinu með takmörkuðu eða lélegu skyggni og versnandi akstursskilyrðum. Frost 0 til 8 stig.



Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-4° ↙ 8	-5° ↙ 7	-5° ↓ 4
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
-3° ↓ 10	-3° ↙ 11	-12° ↓ 9

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-6° ↑ 2	-7° → 5	-10° ↖ 2
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
-9° → 6	-7° ↘ 3	-15° ↙ 1

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						

Krossgáta

LÁRÉTT
1. hagnýta
5. óhreinka
6. tveir eins
8. spýta
10. átt
11. skrá
12. ekkert
13. órór
15. losun
17. hætta

LÓÐRÉTT
1. titill
2. að utan
3. efni
4. afhending
7. laglega
9. sorgbitin
12. viðkvæmni
14. kjökur
16. tveir eins

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

LÁRÉTT: 1. nytja, 5. ata, 6. ff, 8. frussa, 10. na, 11. tal, 12. núll, 13. óvær, 15. tæming, 17. linna.
LÓÐRÉTT: 1. nafnbót, 2. ytra, 3. tau, 4. afsal, 7. fallega, 9. stúrin, 12. næmi, 14. væl, 16. nn.

Skák Gunnar Björnsson

Ingvar Þór Jóhannesson (2.416) átti leik gegn Oliver Aroni Jóhannessyni (2.204) á Kynslóðamóti Skákskólans fyrir skemmstu.

23. … Rg3+! 24. hxg3 g5! 0-1. Hannes Hlífar Stefánsson hefur 5 vinninga eftir 6 umferðir á alþjóðlega mótinu í Lissabon. Þröstur Þórhallsson hefur 4½ vinning. Háteigsskóli og Laugarlækjaskóli sigruðu á Reykjavíkurmóti grunnskólasveita.

www.skak.is: Skákhátíð MótX.

Svartur á leik

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

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

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

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.

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Lætur verkin tala
„Ég er sögð strengjabrúða karla, sem taki ekki sjálfstæðar ákvarðanir," segir **Katrín Jakobsdóttir** forsætisráðherra um þá kvenfyrirlitningu sem hún hefur orðið fyrir á ferli sínum. Jafnréttismál heyra nú í fyrsta sinn undir forsætisráðuneytið og Katrín segist einbeitt í að koma á þörfum breytingum.

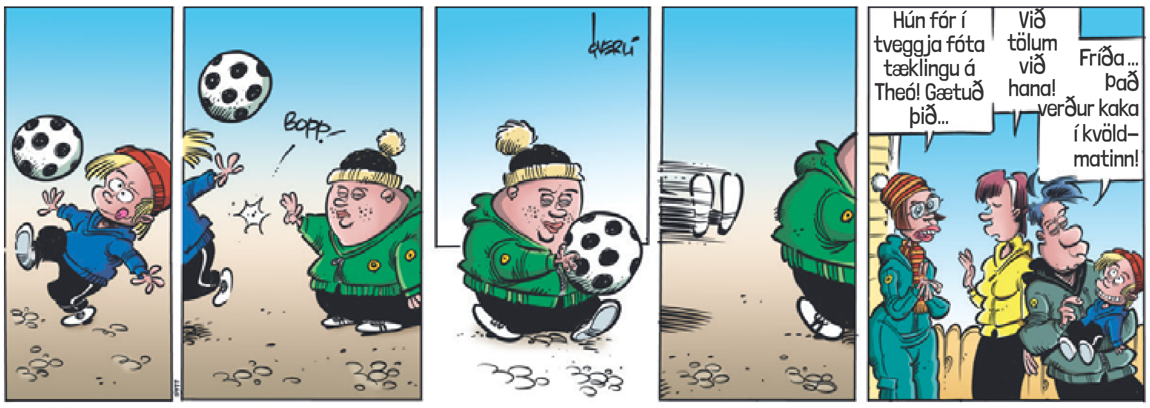
Guðni eða Geir?
Guðni Bergsson, núverandi formaður KSÍ, og **Geir Þorsteinsson**, sem sinnti formennsku um árabil, eru í framboði til formanns KSÍ á ársþingi sambandsins sem fram fer á laugardag. Geir og Guðni fara yfir áherslur sínar.

Aldraðar og valdamiklar
Nancy Pelosi, Maxine Waters og **Ruth Bader Ginsberg** eru með valdamestu konum í Bandaríkjunum og eru allar á áttræðis-og níræðisaldri.

Fréttablaðið – ómissandi hluti af góðri helgi

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Fortnite fyrir fullorðna í Molanum í kvöld milli klukkan 19.00 og 23.00.

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

hvar@frettabladid.is

8. FEBRÚAR 2019

Viðburðir

Hvað? Safnanótt á Vetrarhátíð
Hvenær? 18.00
Hvar? Höfuðborgarsvæðið
Safnanótt verður haldin í kvöld, föstudagskvöldið 8. febrúar, en þá opna fjölmörg söfn á höfuðborgarsvæðinu dyr sínar og bjóða upp á skemmtilega og fjölbreytta dagskrá frá klukkan 18.00-23.00. Söfnin munu leggja áherslu á að bjóða upp á óhefðbundna viðburði þetta kvöld og veita þannig fastagestum nýja sýn á söfnin og laða að sér nýja. Íbúar og gestir borgarinnar á öllum aldri geta notið hennar fram eftir kvöldi sér að kostnaðarlausu. Frítt er í sérstakan Safnanætur-strætó á milli allra safnanna. Nánar á www.vetrarhatid.is

Hvað? Stofnfundur Samtaka frjálslyndra háskólanema
Hvenær? 20.00
Hvar? Kringlukráin
Samtök frjálslyndra háskólanema boða til stofnfundar í kvöld, 8. febrúar, kl. 20.00. Eftir stofnfundinn verður léttur fögnuður þar sem Heiðar Guðjónsson fjárfestir heldur stutt erindi um Milton Friedman (Friedman Friday). Á fundinum getur fólk skráð sig sem stofnfélaga Samtaka frjálslyndra háskólanema.

Tónleikar

Hvað? Fræbbblarnir – nýr áratugur
Hvenær? 22.00
Hvað? Hard Rock Cafe
Við héldum upp á 40 ára afmæli í nóvember, einstaklega vel heppnað kvöld þar sem við rifjuðum upp lög sem við höfum ekki spilað lengi, afhentum okkur verðlaun og viðurkenningar og gestir rifjuðu upp sögur. Við ætlum að endurtaka dagskrána að hluta, fá nokkra gesti með okkur sem hugsanlega taka eitt Fræbbblalag, sleppa sögum og ræðuhöldum og verðlaunaveitingum.

Hvað? Safnanótt í Molanum: Fortnite fyrir fullorðna
Hvenær? 19.00
Hvar? Molinn, Hábraut 2
Upp á síðkastið hefur farið fram umræða um tölvunotkun ungmenna. Margir hafa áhyggjur af því hversu miklum tíma fólk ver í að stunda þetta áhugamál sitt og aðrir velta fyrir sér hvað það er sem fólk er að keppa að. Nú er tækifærið til að kynna sér málefnið í skemmtilegu umhverfi! Á Safnanótt ætla ungmenni í Molanum að bjóða gestum og gangandi að prófa hinn geysivinsæla tölvuleik Fortnite. Það eru allir velkomnir en þeir sem hafa aldrei spilað eru sérstaklega hvattir til að kíkja við og prófa.

Hvað? Á móti sól í Bæjarbíói – Miklu meira en spenntir í 20 ár
Hvenær? 20.30
Hvar? Bæjarbíó
Hljómsveitin Á móti sól hefur verið lengi að. Ef allt er talið er sveitin orðin 22 ára, en starfsárin í núverandi mynd – frá því að Magni Ásgeirsson tók við míkrafóninum í lok síðustu aldar – eru orðin 19 og það sér engan veginn fyrir endann á vinskapnum og spilagleðinni.

Frá Safnanótt árið 2017. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Borgarleikhúsið

568 8000 • borgarleikhus.is

Matthildur — Stóra sviðið

Fös 15.02	Kl 19:00 U	Fös 22.03	Kl. 19:00 U	Sun 31.03	Kl 19:00 U	Fös 12.04	Kl. 19:00 U
Lau 16.03	Kl. 19:00 U	Lau 23.03	Kl 19:00 U	Mið 03.04	Kl. 19:00 U	Lau 13.04	Kl 13:00 U
Sun 17.03	Kl 19:00 U	Sun 24.03	Kl. 19:00 U	Fös 05.04	Kl 19:00 U	Sun 14.04	Kl. 19:00 Ö
Mið 20.03	Kl. 19:00 U	Mið 27.03	Kl 19:00 U	Sun 07.04	Kl. 19:00 U	Þri 16.04	Kl 19:00 Ö
Fim 21.02	Kl 19:00 U	Fim 28.03	Kl. 19:00 U	Mið 10.04	Kl 19:00 U	Mið 24.04	Kl. 19:00 Ö

Elly — Stóra sviðið

Sun 09.02	Kl. 20:00 U	Fös 22.02	Kl. 20:00 Ö	Lau 02.03	Kl. 20:00 Ö
Fös 15.02	Kl. 20:00 U	Lau 23.02	Kl. 20:00 Ö	Fös 08.03	Kl. 20:00 Ö
Lau 16.02	Kl. 20:00 U	Fös 01.03	Kl. 20:00 Ö	Lau 09.03	Kl. 20:00 Ö

Ríkharður III — Stóra sviðið

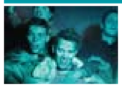
Sun 10.02	Kl. 20:00 U	Sun 17.02	Kl. 20:00 U	Fim 21.02	Kl. 20:00 Ö	Sun 03.03	Kl. 20:00 Ö

Fólk, staðir og hlutir — Litla sviðið

Mið 13.02	Kl. 20:00 U	Mið 20.02	Kl. 20:00 U	Mið 27.02	Kl. 20:00 U	Mið 06.03	Kl. 20:00 Ö
Fim 14.02	Kl. 20:00 U	Fös 22.02	Kl. 20:00 U	Fim 28.02	Kl. 20:00 U	Fim 07.03	Kl. 20:00 Ö
Fös 15.02	Kl. 20:00 U	Lau 23.02	Kl. 20:00 U	Fös 01.03	Kl. 20:00 U	Fös 08.03	Kl. 20:00 Ö
Lau 16.02	Kl. 20:00 U	Sun 24.02	Kl. 20:00 U	Lau 02.03	Kl. 20:00 U		

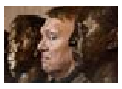
Kvenfólk — Nýja sviðið

Fös 08.02	Kl. 20:00 U	Sun 10.02	Kl. 20:00 U	Sun 17.02	Kl. 20:00 Ö	Sun 24.02	Kl. 20:00 Ö
Lau 09.02	Kl. 20:00 U	Fim 14.02	Kl. 20:00 U	Fös 22.02	Kl. 20:00 Ö		



Kæra Jelena — Litla sviðið

Fös 12.04	Kl. 20:00 U	Þri 16.04	Kl. 20:00 U	Sun 28.04	Kl. 20:00 U	Sun 05.05	Kl. 20:00 Ö
Lau 13.04	Kl. 20:00 U	Mið 25.04	Kl. 20:00 U	Fim 02.05	Kl. 20:00 U	Mið 08.05	Kl. 20:00 Ö
Sun 14.04	Kl. 20:00 U	Fim 26.04	Kl. 20:00 U	Fös 03.05	Kl. 20:00 U		



Kvöldvaka með Jóni Gnarr — Litla sviðið

Lau 13.04	Kl. 20:00 Ö

Ég dey — Nýja sviðið

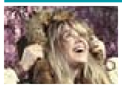
Fös 15.02	Kl. 20:00 Ö

Allt sem er frábært — Litla sviðið

Lau 04.05	Kl. 20:00 Ö	Fim 09.05	Kl. 20:00	Lau 11.05	Kl. 20:00

Þjóðleikhúsið

551 1200 • leikhusid.is



Ronja Ræningjadóttir — Stóra sviðið

Sun. 10.02	kl. 13:00 U	Sun 03.03	kl. 16:00 U	Sun 31.03	kl. 13:00 U	Sun 28.04	kl. 16:00 Ö
Sun.10.02	kl. 16:00 U	Sun 10.03	kl. 13:00 U	Sun 31.03	kl. 16:00 U	Sun 05.05	kl. 13:00 Au
Sun. 17.02	kl. 13:00 U	Sun 10.03	kl. 16:00 U	Sun 07.04	kl. 13:00 U	Sun 05.05	kl. 16:00 Ö
Sun. 17.02	kl. 16:00 U	Sun 17.03	kl. 13:00 U	Sun 07.04	kl. 16:00 U	Sun. 12.05	kl. 13.00
Sun 24.02	kl. 13:00 U	Sun 17.03	kl. 16:00 U	Sun 14.04	kl. 13:00 U	Sun. 12.05	kl. 16.00
Sun. 24.02	kl. 16:00 U	Sun 24.03	kl. 13:00 U	Sun 14.04	kl. 16:00 U		
Sun. 03.03	kl. 13:00 U	Sun 24.03	kl. 16:00 U	Sun 28.04	kl 13:00 Ö		

Einræðisherrann — Stóra sviðið

Fös. 08.02	kl. 19:30 U	Lau. 16.02	kl. 19:30 U	Lau. 02.03	kl. 19:30 U
Lau. 09.02	kl. 19:30 U	Fös. 22.02	kl 19:30 Ö	Fös. 08.03	kl 19:30 Ö
Fös. 15.02	kl. 19:30 Ö	Lau. 23.02	kl. 19:30 Ö	Lau. 09.03	kl 19:30

Jónsmessunæturdraumur — Stóra sviðið

Mið. 27.02	kl. 19:30 F	Fim. 07.03	kl. 19:30 U	Fös. 22.03	kl. 19:30 Ö	Fös. 12.04	kl 19:30
Fim. 28.02	kl. 19:30 F	Fös. 15.03	kl 19:30 Ö	Lau. 30.03	kl 19:30 Ö		
Fös. 01.03	kl. 19:30 U	Lau. 16.03	kl. 19:30 U	Lau. 06.04	kl. 19:30 Ö		

Þitt eigið leikrit — Kúlan

Fös 08.02	kl. 18:00 U	Fim 21.02.	kl. 18:00 U	Fös. 08.03	kl. 18:00 U	Lau 23.03	kl 15:00 U
Lau 09.02	kl. 15:00 U	Lau 23.02	kl. 15:00 U	Lau 09.03	kl. 15:00 U	Lau 23.03	Kl. 17:00 U
Fim 14.02	kl. 18:00 U	Fös 01.03	kl. 18:00 U	Lau 09.03	Kl. 17:00 U	Sun. 24.03	kl 15:00
Fös 15.02	kl. 18:00 U	Lau 02.03	kl. 15:00 U	Sun. 17.03	kl. 15:00 U	Sun. 24.03	kl 17:00
Lau 16.02	kl. 15:00 U	Lau 02.03	KL. 17:00 U	Sun. 17.03	kl. 17:00 U	Lau. 30.03	kl 15:00

Súper — Kassinn

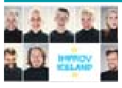
Lau. 16.03	kl. 19:30 U	Mið. 27.03	kl 19:30 U	Lau 06.04	kl. 19:30 U	Fös. 12.04	kl. 19:30
Mið. 20.03	kl. 19:30 U	Fim. 28.03	kl. 19:30 U	Fim 11.04	kl. 19:30 Ö		
Fim. 21.03	kl. 19:30 U	Lau. 30.03	kl. 19:30 U	Fös. 12.04	kl. 19:30 Ö		
Fös. 22.03	kl. 19:30 U	Mið. 03.04	kl. 19:30 U	Fim. 11.04	kl. 19:30		

Velkomin heim — Kassinn

Lau. 09.02	kl 19:30 U	Fös. 15.02	kl. 19:30 Ö	Sun. 17.02	kl. 19:30
sun. 10.02	kl. 19:30 U	Lau. 16.02	kl. 19:30		

Mið-Ísland — Leikhúskjallarinn

Fös 08.09	kl. 19:30 U	Lau 09.02	Kl. 22.00	Fös. 15.02	kl. 19:30 U	Lau. 16.02	kl. 19:30 U
Lau 09.02	kl. 19:30	Fim. 14.02	kl. 19:30 U	Fös. 15.02	Kl. 22.00 Ö	Lau. 16.02	Kl. 22.00 U

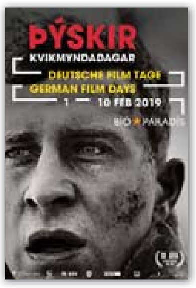


Improv — Leikhúskjallarinn

Mið 13.02	kl. 20:00	Mið. 27.02	kl. 20:00	Mið. 13.03	kl. 20:00
Mið. 20.02	kl. 20:00	Mið. 06.03	kl. 20:00		

Bara góðar — Leikhúskjallarinn

Sun. 17.02	kl. 20:00 Ö



GOTT KVÖLD Í BÍÓ PARADÍS

HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19 · NÁNAR Á BIOPARADIS.IS

Þýskir kvikmyndadagar-German Film Days

* In My Room (GERMAN W/ENG SUB) 17:40
* Hagazussa (GERMAN W/ENG SUB) 20:00
* Transit (GERMAN W/ENG SUB) 22:00
Sýndar á þýsku með enskum texta
Shoplifters//Búðaþjófar (ENG SUB) 17:40

Tryggð // The Deposit (ENG SUB) 18:00
FÖSTUDAGSPARTÍSÝNING
THELMA & LOUISE (NO SUB) 20:00
Heavy Trip // Hevi Reissu (ENG SUB) 20:00
Damsel (ENGLISH-NO SUB) 22:00
One Cut of the Dead (ICE SUB) 22:40

DAGSKRÁ

Föstudagur

RÚV SJÓNVARP

13.00 Úr Gullkistu RÚV. Útsvar 2012-2013 Ísafjarðarbær - Árborg
13.55 Úr Gullkistu RÚV. 91 á stöðinni
14.15 Úr Gullkistu RÚV. Toppstöðin
15.05 Landakort
15.20 Úr Gullkistu RÚV. Ísþjóðin með Ragnhildi Steinunni. Sigyn Blöndal
15.45 Úr Gullkistu RÚV. Hljómsveit kvöldsins. Nylon
16.10 Treystið lækninum
17.05 Myndavélar Kamera
17.15 Landinn
17.55 Táknmálsfréttir
18.05 Ósagða sagan Stórskemmtilegir þættir þar sem breskir grínistar sýna okkur þær hliðar á sögunni sem okkur eru ekki kenndar í skóla.
18.35 Krakkafréttir vikunnar Fréttaþáttur fyrir börn á aldrinum 8-12 ára þar sem litið er yfir það helsta í fréttum liðinnar viku.
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi.
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 #12stig Upphitun fyrir fyrri undankeppni Söngvakeppninnar. Við skyggnumst inn í líf keppenda sem hafa staðið í ströngu síðustu vikur við að fullbúa atriði sitt fyrir stóra sviðið.
20.05 Gettu betur MA - Versló
21.15 Vikan með Gísla Marteini Gísli Marteinn fær til sín góða gesti á föstudagskvöldum í vetur. Allir helstu atburðir vikunnar í stjórnmálum, menningu og mannlífi eru krufnir í beinni útsendingu. Persónur og leikendur koma í spjall og brakandi fersk tónlistaratriði koma landsmönnum í helgarstemninguna.
22.00 Síðbúið sólarlag Gamanþættir frá BBC með John Cleese í einu aðalhlutverkanna. Nágrannarnir Edith og Phil eru komin á eftirlaun og íhuga að hefja saman nýtt líf á erlendri grundu. Áform þeirra fara í vaskinn þegar Roger, ríflega fimmtugur sonur Edith, skilur við konuna sína og flytur aftur inn til móður sinnar.
22.35 Vera - Dauði fjölskyldumanns. Bresk sakamálamynd eftir sögu Ann Cleeves um Veru Stanhope, rannsóknarlögreglukonu á Norðymbralandi, sem rannsakar flókið líf viðskiptamanns sem finnst látinn í á. Leikstjórn: David Richards. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
00.05 The Usual Suspects Óskarsverðlaunamynd frá árinu 1995 sem byggir á frásögn hreyfihamlaða smákrimmans Verbal af ótrúlegri atburðarás sem hefst þegar lögreglan í New York tekur fimm ólíka menn fasta vegna glæps. Leikstjóri: Bryan Singer. Aðalhlutverk: Kevin Spacey, Gabriel Byrne, Chazz Palminteri, Benicio Del Toro og Stephen Baldwin. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.
01.45 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.20 AT&T Pebble Beach
11.20 Golfing World
12.10 Ryder Cup Official Film 2018
13.25 Inside the PGA Tour
13.50 AT&T Pebble Beach
16.50 Diamond Resorts Tournament of Champions
19.35 Inside the PGA Tour
20.00 AT&T Pebble Beach
23.00 Golfing World

SJÓNVARP SÍMANS

08.00 Dr. Phil
08.45 The Tonight Show
09.30 The Late Late Show
10.15 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.50 Family Guy
14.15 The Biggest Loser
15.05 Ally McBeal
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Dr. Phil
18.15 The Tonight Show
19.00 Younger.
19.30 The Biggest Loser
21.00 The Bachelor
22.30 Snowpiercer
00.40 The Tonight Show
01.25 NCIS
02.10 NCIS Los Angeles
02.55 The Walking Dead Stranglega bannað börnum.
03.40 The Messengers
04.25 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Í ljósi sögunnar
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Óskastundin
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Brot af eilífðinni Jo Stafford, fyrri hluti
15.00 Fréttir
15.03 Sögur af landi Kerrur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Grár köttur
17.00 Fréttir
17.03 Lestarklefinn
18.00 Spegillinn
18.30 Brot úr Morgunvaktinni
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Flugur Þuríður Sigurðardóttir, seinni þáttur
19.45 Hitaveitan Blásvartur blús frá Istanbúl til Barðastrandar
20.35 Mannlegi þátturinn
21.35 Kvöldsagan. Ör (3 af 16) Þriðji lestur
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestarklefinn
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

12.55 The Red Turtle
14.20 Manglehorn
15.55 Sundays at Tiffanys
17.25 The Red Turtle
18.50 Manglehorn
20.30 Sundays at Tiffanys
22.00 The Secret Life of Bees
23.50 Hancock
01.25 Money Monster
03.05 The Secret Life of Bees

STÖÐ 2

07.00 Blíða og Blær
07.25 Tommi og Jenni
07.45 Friends
08.05 The Middle
08.30 Brother vs. Brother
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Restaurant Startup
10.20 Famous in Love
11.05 Arrested Developement
11.30 Hið blómlega bú
12.05 Feðgar á ferð
12.35 Nágrannar
13.00 Diary of A Wimpy Kid
14.30 Swan Princess. A Royal Family Tale
15.55 Ég og 70 mínútur
16.30 First Dates
17.20 Fresh Off the Boat
17.45 Bold and the Beautiful
18.05 Nágrannar
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag
19.10 Sportpakkinn
19.20 Veður
19.25 Impractical Jokers
19.50 Ghostbusters
21.35 12 Strong
23.50 Unlocked
01.25 Jarhead
03.25 The Limehouse Golem
05.10 Friends Phoebe er hrædd um að missa nýjasta kærastann sinn og ótti hennar eykst eftir kjánalegar athugasemdir Ross.

STÖÐ 3

19.10 Modern Family
19.35 Mom
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 Angie Tribeca
21.20 The Simpsons
21.45 Bob's Burgers
22.10 American Dad
22.35 Game of Thrones
23.30 Eastbound & Down
00.00 Modern Family
00.25 Mom
00.50 Seinfeld
01.15 Friends

STÖÐ 2 SPORT

07.10 Barcelona - Valencia
08.50 Juventus - Parma
10.30 Njarðvík - Grindavík
12.10 Lazio - Empoli
13.50 Super Bowl LIII. LA Rams - New England Patriots
16.50 NFL Gameday
17.20 La Liga Report
17.50 Evrópudeildin - fréttaþáttur
18.20 Valur - ÍR
20.10 Tindastóll - Stjarnan Bein útsending frá leik Tindastóls og Stjörnunnar í Domino's-deild karla.
22.10 Domino's körfuboltakvöld
23.50 UFC Now
00.40 Real Valladolid - Villarreal

STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 Villarreal - Espanyol
08.40 Roma - AC Milan
10.20 Chelsea - Huddersfield
12.00 Leicester - Manchester United
13.40 Everton - Wolves
15.20 Premier League World
15.50 Njarðvík - Grindavík
17.30 Lazio - Empoli
19.10 PL Match Pack
19.40 Aston Villa - Sheffield United
21.45 Premier League Preview
22.15 Valur - ÍR
23.55 Chievo - Roma

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó	FM 90,9 Gullbylgjan	FM 96,3 FM Suðurland	FM 98,9 Bylgjan	FM 102,9 Lindin
FM 89,5 Retro	FM 93,5 Rás 1	FM 96,7 Létt Bylgjan	FM 99,4 Útvarp Saga	
FM 90,1 Rás 2	FM 95,7 FM957	FM 97,7 X-ið	FM 100,5 K100	

Fyrri undanúrslit annað kvöld - tryggðu þér miða á tix.is

9. febrúar kl. 19.30
Fyrri undanúrslit í Háskólabíói

16. febrúar kl. 19.30
Seinni undanúrslit í Háskólabíói

2. mars kl. 14.30
Fjörskyldurennsli - Aðalæfing í Laugardalshöll

2. mars kl. 19.30
Úrslit Söngvakeppninnar 2019 í Laugardalshöll

Gunni og Felix hita upp með áhorfendum í sal
Skemmtatriði á öllum viðburðum

Eleni Foureira syngur Fuego í Laugardalshöll
Frábær skemmtun fyrir alla fjölskylduna

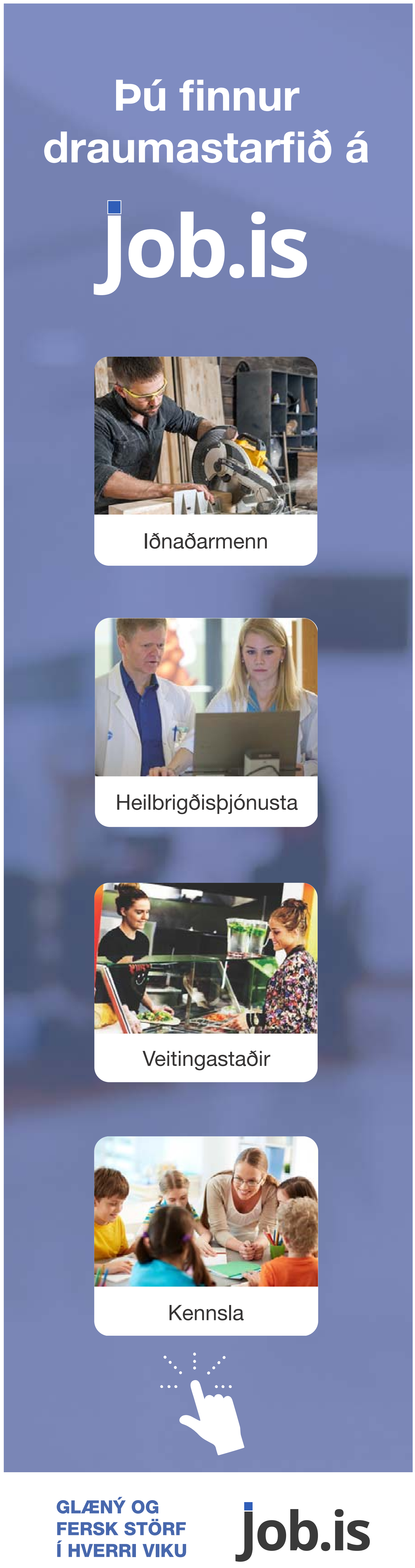
RÚV okkar allra

TIL HAMINGJU!

Venjulegt fólk, Líf kviknar og Jólagestir Björgvins úr **Sjónvarpi Símans** Premium eru tilnefnd til Edduverðlaunanna í ár. Við erum stolt af ykkur.

Horfðu þegar þér hentar
í Sjónvarpi Símans Premium.

EDDAN
ÍSLENSKU KVIKMYNDA- & SJÓNVARPSVERÐLAUNIN



Þakklát fyrir að hafa ratað úr sófanum

Kolbrún Björnsdóttir fékk óbilandi áhuga á útivist og hreyfingu fyrir nokkrum árum. Hún sagði þá einnig skilið við fjölmiðlastarfið og tók nýverið við sem framkvæmdastjóri Lífs, styrktarfélags.

Kolbrún Björnsdóttir sagði skilið við fjölmiðla árið 2014 og fór að starfa í hjólaversluninni Kríu. „Sumum brá mjög á meðan öðrum fannst það frábært. Ég hafði byrjað að hjóla nokkrum mánuðum áður og féll gjörsamlega fyrir sportinu, enda fyrsta hreyfingin sem mér þótti í alvörunni skemmtileg. Ég var svo sem búin að freista þess að hætta í fjölmiðlum áður eins og margir aðrir. Fjölmiðlastarf getur verið mjög skemmtilegt en það getur líka verið þreytandi, eins og öll önnur störf. Ætli það hafi ekki bara verið kominn tími á breytingar. Það kom þó ekki til af góðu að ég hætti í Kríu. Ég lenti í leiðinda hjólaslysi sem gerði mig óvinnufæra í nokkuð langan tíma og ég sá fram á að ég yrði að færa mig á önnur mið."

Kolla, eins og hún er oftast kölluð, lagði hjólið tilneydd á hilluna og ákvað að leggja meiri áherslu á fjallgöngur. „Þegar maður gengur á fjöll og nýtur þess að vera úti í náttúrunni þá er gaman að vita aðeins meira um landið. Ég skráði mig því í leiðsögunám hjá Endurmenntun HÍ og kláraði það nám árið 2017 og er nú leiðsögumaður í hjáverkum hjá Vilborgu Örnu í Tindum Travel. Það er skemmtilegt og gefandi að fylgja fólki á fjöll, bæði hér heima og í Nepal og ég held því vonandi áfram."

Kolla segir eina fjallgöngu jafnast á við nokkra sálfræðitíma. Hér er hún á leið upp í grunnbúðir Everest og á bak við hana má sjá glitta í sjálfan Everest-tind.

Botninn að fá harðsperrur við að hnoða deig

Kolla hefur þó ekki alltaf verið hlaupandi og hjólandi um fjöll og firnindi og hefði verið flokkuð sem kyrrsetumanneskja fyrir nokkrum árum. Útivistina segir hún hafa breytt öllu í lífi sínu. „Útivistin gefur mér mjög mikið andlega, ég segi til dæmis oft að góð fjallganga jafnist á við tvo til þrjá sálfræðitíma. Og ég hef aldrei verið hraustari líkamlega. Ég er týpan sem fékk eitt sinn grínlaust harðsperrur af því að hnoða deig. Það var ákveðinn botn í lífi mínu," segir hún og hlær. „En í alvöru, ég get ekki lýst því hversu þakklát ég er fyrir að hafa ratað úr sófanum."

Kolla ásamt vinkonum sínum Friðriku Hjördísi og Erlu Sylvíu á leið á Esjuna.

Kolla segir útivistina ganga fyrir og hún sé þakklát manninum sínum fyrir þolinmæðina þegar hún stingur af á kvöldin og um helgar. „Ég giska á að það gleðji hann að sjá mig svona glaða og hann kvarti því ekkert yfir fjarvistum mínum. Annars er ég mikið heima við og vinn þaðan. Vinkonusamböndin næ ég mest að rækta í útivistinni þar sem þær eru flestar líka haldnar sömu bakteríu og ég. Það einfaldar helling."

ÉG ER TÝPAN SEM FÉKK EITT SINN GRÍNLAUST HARÐSPERRUR AF ÞVÍ AÐ HNOÐA DEIG. ÞAÐ VAR ÁKVEÐINN BOTN Í LÍFI MÍNU.

Eins og fyrr segir tók Kolla á dögunum við sem framkvæmdastjóri Lífs, styrktarfélags kvennadeildar Landspítalans. „Ég þurfti varla að hugsa mig um þegar mér bauðst að starfa með þeim. Þetta er fallegt félag sem sinnir mikilvægum verkefnum og rímar mjög við það sem ég stend fyrir í lífinu. Ég lít á það sem heiður að vera treyst fyrir þessu verkefni. Líf skiptir miklu máli og ég vona svo sannarlega að ég fái enn fleiri með okkur í lið til að efla félagið og þar með kvennadeildina.

Kolla, Nima og Dendi á leið í Annapurna Base Camp í Nepal.

Líf fagnar tíu ára afmæli á árinu og því er tilvalið að nýta það til að gera okkur enn breiðari, láta aðeins meira fyrir okkur fara og fá fleiri landsmenn til að styðja við bakið á okkur og kvennadeildinni. Ég sé því fyrir mér að Lífsfélögum fjölgi á afmælisárinu og það væri gaman að hleypa landsmönnum örlítið inn fyrir dyr deildarinnar með ýmsum fróðleik sem fæst okkar eru að velta fyrir sér dags daglega. Umfram allt þá ætlum við að gera þetta ár eins skemmtilegt og við getum og vonandi fá sem flesta með okkur. Má ég nota síðustu mínútuna til að óska eftir hlaupurum til að hlaupa fyrir Líf í Reykjavíkurmaraþoninu?" laumar hún inn að lokum.

bjork@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðardóttir *johannahelga@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Svava O'Brien *svava@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Benedikt Bóas Hinriksson *benediktboas@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

GÓÐU
BAKTERÍURNAR
ELSKA ZENDIUM*
STYRKTU
NÁTTÚRULEGAR
VARNIR MUNNSINS
MEÐ NÁTTÚRULEGUM
ENSÍMUM OG PRÓTÍNUM
zendium
FÉLAG
ÍSLENSKRA
TANNFRÆÐINGA
MÆLIR MEÐ
ZENDIUM
TANNKREMI
*Verulegar breytingar á bakteríuflóru sem stuðlar að heilbrigðara
tannholdi samkvæmt 14 vikna klíniskri rannsókn á 102 einstaklingum.

Ítalskt

Rana pasta

Hágæða ferskt ítalskt pasta

25% afsláttur

Tagliatelle með 3ja lita pestó

Tagliatelle
4 msk. Ítalía 3ja lita pestó
1 poki klettasalat, gróft saxað
smá soð af pastanu
parmesanostur

Sjóðið Tagliatelle skv. leiðbeiningum. Hitið pönnu og setjið eina ausu af pastasoði á hana. Hrærið 3ja lita pestói saman við soðið og síðan soðnu pastanu. Blandið klettasalati saman við, setjið á fat og rífið parmesan yfir.

Tilboð gilda út 10. febrúar

Olifa eru hágæða ólífuolíur frá Ítalíu

verð frá **1.899** kr/stk

Lífrænir ítalskir ostar

verð frá **349** kr/pk

Ítalía pestó
Toppaðu pastað með gómsætu pestói

verð frá **459** kr/stk

Agromonte Pane & Pasta
Frábært á pastað og á steinbakað súrdeigsbrauð

verð frá **599** kr/stk

Tengdamömmutungur
Frábærar með ostunum, pastanu eða einar og sér

799 kr/pk

30% afsláttur

Fumagalli hráskinka
ítölsk gæðavara

629 kr/pk

Verð áður **899** kr/pk

Meira úrval

30% afsláttur

Íslandssósur
Rjóma sveppasósa og piparosta rjómasósa

539 kr/stk

Hagkaups veislulæri

1.959 kr/kg
Verð áður 2.799 kr/kg

20% afsláttur

Lambaleggir

1.598 kr/kg
Verð áður 1.998 kr/kg

20% afsláttur

Ungnautahakk 4% fita

1.991 kr/kg
Verð áður 2.489 kr/kg

15% afsláttur

Úrbeinuð kjúklingalæri

2.039 kr/kg
Verð áður 2.399 kr/kg

HAGKAUP *Meira* svona *alla daga*

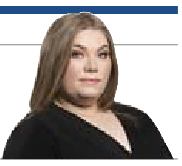
FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**
Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 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

Maríu Bjarnadóttur



M.Sc. í áhrifavaldafræði

Flestir foreldrar vilja undirbúa börnin sín vel fyrir framtíðina. Helst viljum við auðvitað að þau hafi yfir að ráða eiginleikum eða reynslu sem atvinnulíf framtíðarinnar ofmetur að verðleikum svo þau hafi fjárhagslega burði til þess að „vinna til að lifa, ekki lifa til að vinna“ og geti orðið „besta útgáfan af sjálfum sér“.

Það er átakanlegt fyrir okkur foreldra nútímans að horfast í augu við að hugsanlega þýðir þetta að ungarnir okkar muni ekki starfa við eitthvað almennilegt eins og rafvirkjun eða lögmennsku, heldur sem youtubarar eða áhrifavaldar. Hvernig kemur það heim og saman við sannleikann um að sprenglæring úr háskóla sé lykillinn að einbýlishúsi og sportjeppa? Nú hefur spænskur háskóli svarað þessari spurningu með meistaranámi í áhrifavalda- og vídeóbloggarafræði. Skólinn telur námið veita nemendum forskot til að ná árangri í þessum vinsælustu störfum 21. aldarinnar. Er hræðilega gamaldags að setja spurningamerki við þetta?

Auðvitað hefur tækniframþróun alltaf haft áhrif á atvinnumarkaðinn. Á leiðinni hafa tapast og myndast ótal starfsstéttir. Spurningin er hverju foreldrar eiga að vera að hlúa að hjá blessuðum börnunum til þess að forða þeim frá örlögum Luktar-Gvendar á vinnumarkaði.

Þetta skapar áleitnar uppeldisspurningar. Eru tímatakmarkanir á Fortnite-spilamennsku grunnskólabarna að koma í veg fyrir atvinnumannaferil í Fortnite-dansi? Kemur bann á TikToc núna í veg fyrir nauðsynlega þjálfun í framsögn fyrir feril í hólógrafískri fjölmiðlun síðar? Eða er þetta tapað hvort eð er því að róbótarnir verða búnir að taka yfir áður en fyrsti nemandinn útskrifast með meistaragráðu í áhrifavaldafræði?