

LEIÐ

FÖSTUDAGUR 22. DESEMBER 2017

Lífsstíll



Mamma fríkaði út

Barn eignaðist barn á aðfangadagskvöld í fyrra. Hin unga móðir, Svanhildur Helga Berg, segir barnið vera blessun og hafa fyllt sig lífsgleði. Móðurhlutverkið sé dásamlegt. ➔2

Svanhildur Helga Berg og dóttir hennar Camilla Von Gunnarsdóttir, sem verður eins árs á aðfangadag. „Ég held að það sé vel hægt að gera gaman úr því að eiga afmæli á jölunum en verra að fá alltaf jólaskraut í afmælisgjöf,“ segir Svanhildur sem hélt afmælisveislu Camillu viku fyrir jól. MYND/ANTON BRINK

Ellefti var **Gáttapefur**. Hann hafði heljarstórt nef og fann ilminn af laufbrauði langt upp á heidar. Jólásveinastytta KR. 2.990.-

2 dagar til jóla

icemart

LAUGAVEGUR 89 • S: 585 0507



LÍNAN

BÆJARLIND 14 - 16 | KÓPAVOGUR | SÍMI 553 7100 | WWW.LINAN.IS | OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 11 - 18 LAUGARDAGA 11 - 16

Framhald af forsiðu →

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@365.is



Camilla hefur sýnt mér hvað lífið er yndislegt. Ég var svolítið þunglynd á tímabili en hef aldrei í lífinu verið hamingjusamari,“ segir Svanhildur Helga Berg, sem eignaðist dótturina Camillu Von á aðfangadagskvöld í fyrra, þá sextán ára gömul.

„Það er dásamlegt að eignast barn. Camilla fyllti mig orku og sannri lífsgleði og hún hefur gefið mér svo mikið á þann hátt að ég er nú miklu duglegri við allt sem ég geri, hvort sem það er skólinn, vinnan eða móðurhlutverkið.“

Vildi slá á kjaftasögurnar

Svanhildur var í 10. bekk þegar hún komst að raun um að hún væri barnshafandi.

„Þá gengu kjaftasögur um að ég væri ólétt en til að leiðrétta þann misskilning fyrir þáverandi kærasta og vinum ákvað ég að taka þungunarpróf. Mér hafði að visu verið flökurt og illt í maganum en renndi ekki í grun að ég væri með barni og varð mjög hissa þegar sannleikurinn kom í ljós. Mamma frikaði náttúrulega út en ég frikaði ekki neitt út. Ég varð strax ákveðin í að eignast barnið og föstureyðing hvarflaði ekki að mér. Það var ekkert fyrir mig.“

Settur fæðingardagur var 3. janúar 2018 en jólabarnið Camilla vildi í heiminn á aðfangadag.

„Þorláksmessa gekk sinn vana-gang. Við mamma heimsóttum bræður mína en einn þeirra býr á

Akranesi. Þar fór ég að finna fyrir verkjum en tók ekki mark á þeim því ég hafði verið með fyrirvara-verki frá 27. viku,“ útskýrir Svanhildur.

Á Þorláksmessukvöld var jólatréð skreytt. Á eftir ákvæðu mæðgurnar að horfa saman á bíómynd en þegar gengið var til hvílu um nóttina höfðu verkirnir aukist hjá Svanhildi.

„Klukkan átta á aðfangadagsmorgni voru hriðaverkirnir orðin stöðugir svo ég vakti mömmu sem bað mig nú að hætta þessu væli og halda áfram að sofa, enda átti barnið ekkert að koma fyrr en eftir jól. Ég sagði henni að það væri enginn vafi, barnið væri að koma. Mamma hringdi þá í ljósmóður sem spurði hvað ég væri gömul og komin langt á leið, og svaraði því svo til að svo ungar stelpur gengju alltaf fram yfir settan tíma og því væri best fyrir mig að fara bara í bað,“ segir Svanhildur sem fór í heitt bað en allt kom fyrr ekki.

„Í baðinu fékk ég svakalega hriðaverki og kallaði á mömmu sem tók mig úr baðinu. Ég klæddi mig í flýti og setti ofan í tösku, en þá þurfti mamma að fara í sturtu, blása á sér hárið, mála sig og setja á sig eyrnalokka, því maður á jú að vera finnst á jólunum,“ segir Svanhildur og hlær að minningunni, enda trúði því enginn að Camilla væri að koma í heiminn á þessum helga jóladegi.

„Ég var hins vegar sannfærð, þótt enginn annar tryði mér. Á endanum drifum við okkur á fæðingardeildina en ljósmóðurinni sem tók á móti okkur þótti ólíklegt að ég væri komin með hriðir þar sem ég leit ekki út fyrir að þjást. En svo skoðaði hún mig og ég var



„Mín uppáhalds-jólahefð er að skreyta jólatréð á Þorláksmessu þar sem allir hjálpast að og skiptast á að setja upp stjörnu. Ég hefð mun ég halda fyrir Camillu,“ segir Svanhildur.

MYND/ANTON BRINK

komin með sjö í útvíkkun! Mamma táraðist og ég var drifin í bað til að lina verkina og undi mér þar næstu tímana með glöft og mandarínur,“ segir Svanhildur sem afþakkaði öll verkjastillandi lyf í fæðingunni. „Ég hafði nefnilega gert þau mistök að horfa á myndband um mænu-rótardeyfingu á ljósmóðir.is og það hræddi mig.“

Stærsti jólapakki lífsins

Klukkan fjögur á aðfangadag lagðist Svanhildur á sængina og klukkan 24 mínútur yfir fimm fæddist Camilla Von, rúmunum hálf tíma áður en kirkjuklukkurnar hringdu inn jóln.

„Fæðingin gekk eins og í sögu og Camilla kom í heiminn heilbrigð og yndisleg. Mamma og Sólveig, kona pabba, voru viðstaddar fæðinguna.

Allt við þennan dag var sérstakt og ég skynjaði vel þann milda jólafríð sem lá í loftinu. Ég var fullkomlega róleg og vissi kynið en var þó allan tímann efins og viss um að þetta yrði strákur því sónarinn er ekki óskekull.“

Jólamaturinn á fæðingardeildinni var búinn þegar fæðingin var afstaðin en Svanhildi voru færðar smákökur og brauð.

„Reyndar voru smákökurnar verulega góðar og ég sendi mömmu margar ferðir eftir þeim um kvöldið. Sólveig bjargaði svo jólamatnum sem hjún sendi pabba með handa okkur mömmu á fæðingardeildina og pakka svo unglingsstúlkuna sem ég færi ekki alveg á mis við aðfangadagskvöld. Þó hafði ég opnað þann stærsta í lífinu, sem var Camilla,“ segir Svanhildur, en á jóladag fóru mæðgurnar heim og héldu heilög jól.

Gaman að vera mamma

Til er mynd af Svanhildi haldandi á Camillu í fyrsta sinn. Úr andliti hennar skín undrun.

„Maður sér oft myndir af nýbökudum mæðrum sem gráta af gleði og geðshræringu en ég hugsaði bara með mér: Hvernig gerðist þetta eiginlega? Hvernig gat ég búið til heila manneskju? Þetta var mikið að meðtaka,“ segir Svanhildur.

Henni þykir táknrænt að Camilla hafi fæðst á fæðingardegi frelsarans. „Ég var ekkert sérstaklega trúuð en eftir að ég eignaðist Camillu breyttist viðhorf mitt. Ég get ekki skilið hvernig venjuleg sextán ára stelpa gat búið til lifandi manneskju með sál, tilfinningar og persónuleika. Það hlýtur að vera eitthvað til sem er æðra manninum en það er erfitt að útskýra.“

Camilla er jólabarn með rentu og yfir sig heilluð af jólastöðunni og jólaaljósunum.

„Ég elska að sjá hana dansa og segja nýja hluti. Mér finnst rosalega gaman að vera mamma og það hefur gengið vel þótt það geti líka verið erfitt á stundum. Það kostar andvökunætur eins og nú í tanntökunni, en maður gleymir því strax þegar hún er hress og vakandi.“

Camilla var farin að ganga níu mánaða og hleypur nú um allt, rétt að verða ársögmul.

„Camilla er eins og þriggja ára barn og klifrar upp á allt. Hún kann orðið meira en tuttugu orð, er skynsöm og purrar á mig ef ég geri eitthvað rangt, og er einstaklega dugleg og klár stelpa,“ segir Svanhildur og það leynir sér ekki að hún er stolt móðir.

Vill sjálf sjá um uppeldið

Svanhildur og Camilla búa til skiptis hjá móður Svanhildar í Efra-Breiðholti og föður hennar í Mosfellsbæ.

„Ég tók strax ákvörðun um að ala Camillu upp alveg sjálf og vera móðir hennar frá fyrsta degi. En auðvitað er gott að hafa mömmu, pabba og Sólveigu fösturmömmu mína nærri. Ég hlusta auðvitað á mömmu og leita stundum ráða,

eins og þegar Camilla fæddist og fyrsti kúkurinn var svartur og ég hélt að eitthvað væri að barninu,“ segir Svanhildur brosmild.

Hún segist ekki beint mæla með unglingsþungun en þó sé hún ekki óyfirtiganleg.

„Þegar unglingsstúlkur verða óléttar finnst mér að þær ættu að hugsa út í möguleikana því þetta er vel hægt. Barn er alltaf blessun og það er yndislegt að eignast barn. Það kom mér á óvart hvað móðurhlutverkið er gefandi og skemmtilegt, þótt auðvitað sé einstaklingsbundið hvort stelpur séu tilbúnar í það á þessum aldri.“

Svanhildur er fljót til svars þegar hún er spurð um hvað sé best við móðurhlutverkið.

„Það besta við að vera mamma er að kenna Camillu að vera góð, umburðarlynd og kurteis. Ég vil ala hana upp til að verða góð manneskja sem sýnir af sér náungakærleik og dreifir ást til allra.“

Trú, von og kærleikur

Nafnið Camilla er tignarlegt og fagurt í huga Svanhildar, og móðir hennar, Þórdís Una Gunnarsdóttir, átti uppástunguna um Von sem millinafn.

„Mér fannst Von passa Camillu vel, ekki síst vegna trúar, vonar og kærleika og þess að hún fæddist á aðfangadegi jóla. Það tók líka mikla trú, von og kærleika á meðgöngunni að eignast hana. Meðganginn var einstaklega erfið, allt frá annarri að 30. viku. Þá ældi ég galli dagana langa og var með mikla magaverki og oft háan hita. Ég fór nokkrum sinnum á Barnaspítalann í blóðprufur en það fannst aldrei skýring á hitanum né verkjunum,“ segir Svanhildur sem var einnig nokkuð buguð stóran hluta meðgöngunnar.

„Ég bugaðist vegna þess að mig langaði að vera með vinum mínum úti í sumrinu en sökum þess hve ég ældi mikið, var þreytt og léttist frekar en hitt varð ég hrædd um Camillu, lokaði mig af og hélt mig mikið inni.“

Svanhildur stundar nú nám á sjúkraliðabraut Fjölbautaskólans í Breiðholti en hún hefur engan áhuga á djammflífi framhaldsskólaáranna.

„Ég hef enga þörf fyrir að hlaupa af mér hornin. Eftir að ég eignaðist Camillu varð ég miklu ákveðnari í hvað ég vil gera og vera. Ég ætla til dæmis aldrei að reykja eða drekka. Ég vil einbeita mér að náminu og fæ nú miklu betri einkunnir en ég gerði í grunnskóla þegar mér var meira sama og vildi heldur hafa það skemmtilegt með vinunum. Nú veit ég hvað ég þarf að gera til að eignast draumalíf; heimili, bíl og fjárhagslegt öryggi.“

Svanhildur er trúlofuð Gunnari Má, ungum Húsvíkingi í pípu-lagningarnámi. Hún hlakkar til frekari barneigna í framtíðinni en draumur hennar er að verða lækni eða lögreglu-kona.

„Mig langar til að starfa sem öldrunarlækni eða verða lögreglu-kona sem veitir hjálp þar sem á þarf að halda.“

15.990
DÖMUJAKKI!

GEFÐU
Levi's
Í JÓLAGJÖF

Levi's Kringlunni - Levi's Smáralind - Levi's Glerártorgi



© 2013 FARMERS & FRIENDS

VERZLANIR OKKAR Í REYKJAVÍK:

FARMERS & FRIENDS
Hólmaslóð 2 / Grandi

FARMERS & FRIENDS
Laugavegur 37

WWW.FARMERSMARKET.IS



HÓLMAÐLÓÐ 2



LAUGAVEGUR 37

Mozart
við kertaljós

Dómkirkjunni
í kvöld kl. 21.00

Camerarctica

Miðaverð 2800/2000
miðar á tix.is

GEFÐU
HÆNU

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf
kirkjunnar

www.hrim.is

Laugavegi 25 / Kringlunni / 553-3003

20% AFSLÁTTUR
AF YFIRHÖFNUM

Í JÓLAPAKKANN HENNAR



Tískan

Skipholti 21, 105 Reykjavík
Sími 551 0770 | www.tiskan.is

B/A/S/L/E/R MaxMara BRAX



Haukur Heiðar hefur gefið út nýjan tvöfaldan geisladisk með bestu lögnum sem hann hefur áður gefið út á plötum en þeir diskar eru ófáanlegir. MYND/EYÞÓR

Þægindamúsík í læknishöndum

Haukur Heiðar Ingólfsson læknir hefur gefið út safnplötu með 44 lögum þar sem hann rifjar upp vinsæl lög af fyrri plötum. Þetta er þægileg tónlist leikin af fingrum fram.

Elín
Albertsdóttir
elin@365.is



Haukur Heiðar hefur leikið af fingrum fram frá því hann var litill drengur og æfði sig á gamalt stofuorgel móður sinnar. Þótt plötusala hafi nær þurrkast út og plötubúðir sjáist vart lengur lætur Haukur Heiðar ekki deigan síga. Fyrri plötur hans hafa allar selst upp og þessi nýjasta hefur fengið frábærar viðtökur. „Ég er virkilega þakklátur og ánægður með hversu þessum nýja diskum er vel tekið,“ segir hann. „Fyrsti geisladiskurinn kom út árið 1984 og síðan annar fjórum árum síðar. Þegar ég varð sjötugur árið 2012 gaf ég út afmælisdisk og hann átti að verða sá síðasti. Ég hef hins vegar mikið verið spurður hvort hægt sé að fá þessa diska einhvers staðar en þeir eru ófáanlegir. Það var ástæðan fyrir því að ég gerði þennan disk sem nefnist Bestu lögin og inniheldur sérvalin lög af fyrri plötum,“ útskýrir Haukur Heiðar sem varð 75 ára á árinu og er enn á fullu að spila í hinum ýmsu veislum.

„Þetta eru tveir diskar, annar með lögum þar sem þau eru sungin en hinn er eingöngu píanóleikur,“ segir hann en allt eru þetta lög sem áður hafa komið út á þeim sex geisladiskum sem læknirinn hefur sent frá sér.

Ljúfar laglinur

Haukur Heiðar er fyrir löngu orðinn kunnur fyrir tónlistina sem hann flytur svo ljúflega. Hann segir þetta vera svokallaða þægindamúsík sem flestum finnst gott að hafa í kringum sig. „Það er enginn hávaði á þessum plötum heldur mætti segja að þetta sé eins konar ljúf dinnermúsík eða bakgrunnstónlist. Ég er mikið fyrir melódiur og fallegar laglinur,“ segir Haukur

„Ég hef hins vegar mikið verið spurður hvort hægt sé að fá þessa diska einhvers staðar en þeir eru ófáanlegir. Það var ástæðan fyrir því að ég gerði þennan disk sem nefnist Bestu lögin og inniheldur sérvalin lög af fyrri plötum.“

Heiðar sem spilaði lengi undir borðhaldi á Broadway á meðan sá staður var vinsæll.

Þegar hann er spurður hvaða tónlist hann setji á fóninn heima, svarar hann: „Það er þessi þægilega tónlist, ameríska söngbókin, klassísk revíulög, suðræn tónlist og svo hlusta ég á gömlu snillingana, Bach, Beethoven og Chopin. Sjálfur spila ég ekki klassíska tónlist en hlusta mikið á hana. Ætli ég hafi ekki frekar breiðan tónlistarsmekk. Ég fer reglulega á Sinfóníutónleika og hlusta talsvert á góða kóra, til dæmis Mótettukór Hallgrímskirkju. Svo er ég mikill aðdáandi Víkings Heiðars píanósnillings, hann er í sérflokk. Við eignum margt frábært tónlistarfólk hér á landi.“

Á böllum

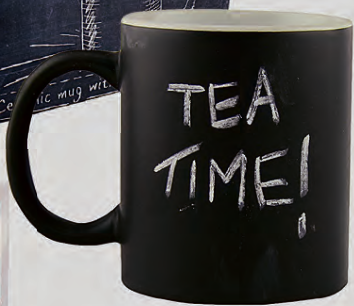
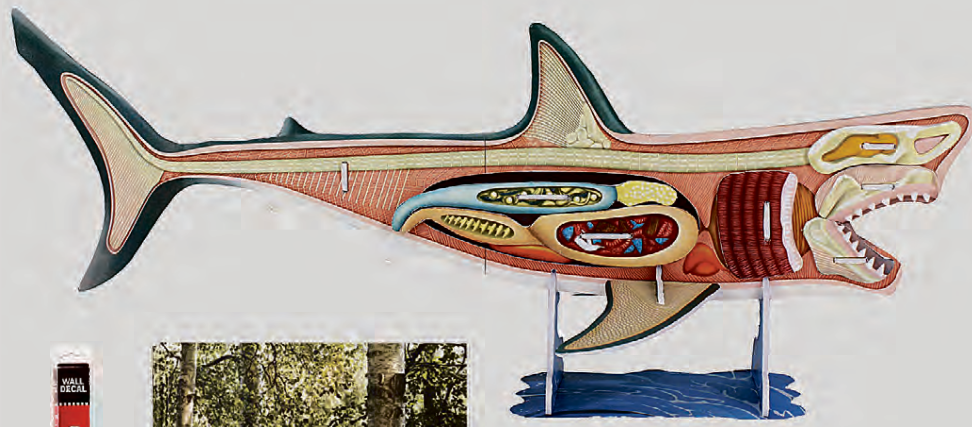
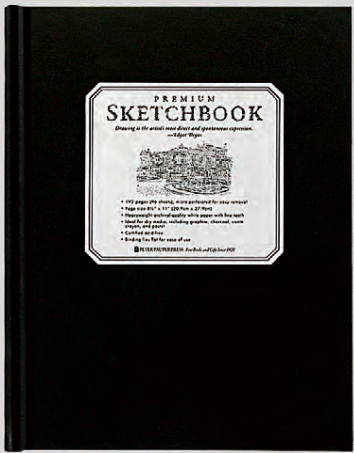
Sjálfur byrjaði Haukur Heiðar að spila á píanó 10 ára. „Ég lærði ekki á píanó heldur spilaði lögin eftir eyranu. Á þeim tíma var rokkið og poppið að byrja og lítill áhugi á nótum og klassískri tónlist. Mér var boðið að spila á hótél KEA

sem ungum manni og fékk meðal annars að vinna með Jose Riba sem var með hljómsveit á hótelinu auk þess sem hann kenndi við Tónlistarskólann á Akureyri. Ég lærði töluvert af honum. Hann bauð helst upp á klassísk dægurlög og suðræna tónlist. Ferillinn byrjaði eins og oft vill verða í gagnfræðaskólahljómsveit og síðan lá leiðin á skemmtistaðina og sveitaböllin. Þegar áhugi á læknisfræði kviknaði hjá mér var ég ekki með stúdentspróf enda hafði ég ekki hugsað mér að ganga menntavegin. Músikin átti hug minn allan. En ég sá að mér, dreif mig í menntaskóla og þaðan í háskólann. Á þeim tíma hitti ég Ómar Ragnarsson og okkar ferill saman spannar líklega nálægt fimmtíu árum. Það var síðan Björgvin Halldórsson sem kom að máli við mig og hvatti mig til að gera plötu með píanótónlist. Slíkar plötur voru fátíðar hér á landi en Magnús Kjartansson hafði reyndar gert eina plötu á undan mér og stal af mér nafninu en sú nefndist Samkvæmt læknisráði sem ég hefði viljað setja á mína plötu.“

Með Ómari í 50 ár

Haukur Heiðar lék um árabíl á jólatrésskemmtunum með Ómari Ragnarssyni en segist ekki gera það lengur. „Við fórum í jólasveinabúninga, ég með nikkuna, og svo sprelluðum við með krökkunum. Það kemur fyrir að ég spili fyrir barnabörnin eða þau fyrir mig. Tónlist er mikil í minni fjölskyldu, bæði hjá börnunum og barnabörnunum og það er stundum glatt á hjalla hjá okkur. Á aðfangadag verð ég í mat hjá dóttur minni og aldrei að vita nema lagið verði tekið. Jólin eru skemmtilegur tími,“ segir Haukur Heiðar en geisladiskinn hans er meðal annars hægt að nálgast í Tólf tónum, Fjarðarkaupum, Hagkaup og Pennanum/Eymundsson.

Töluggjafir af ýmsu tagi!



BÓKABÚÐ
MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Opið alla daga til kl. 22.00
facebook.com/malogmenning

Vilja halda bálinu logandi

Fatastill Viktors Sigursveinssonar, meðlims hljómsveitarinnar The Retro Mutants, er litfagur og fjölbreyttur. Bestu og verstu fatakaupin gerði hann í Kola-portinu einn góðan veðurdag.

Starri Freyr
Jónsson

starri@365.is



Viktor Sigursveinsson er einn meðlima The Retro Mutants sem skilgreina tónlist sína sem „80's synthwave popp“. Hann segir hljómsveitina snúast um að dilla sér og hafa gaman en það sé einmitt list sem er að deyja út. „Við viljum halda bálinu logandi. Í vetur stefnum við á að gefa út smáskífu og svo fljótlega eftir það kemur LP-plata



Uppáhaldsflik Viktors þessa dagana er bleik, flott og retró peysa sem hann klæðist oft á tónleikum. MYND/EYÞÓR

Velkomin í

Jólathorpid

í Hafnarfirði

Opið frá kl. 12-22 á Þorláksmessu

Nánar á jolathorpid.is



og meðfylgjandi varningur, þar á meðal dúkkur, spil og fleira.“ Aðrir meðlimir sveitarinnar, sem klæðast gjarnan litfögum 80's fötum á sviði og grímunum, eru Arnar Hólm Einarsson og Bjarki Ómarsson en Viktor segir að sá síðarnefndi sé duglegasti tónlistarmaðurinn í bransanum. „Hann er í raun allt bandið og án hans væri þetta ómögulegt.“

Fatastill Viktors hefur breyst gegnum árin að eigin sögn. „Áður fyrr, þegar ég var allur í rokkinu, þá klæddist maður einmitt svörtum þröngum buxum, marglitum hettupeysum, tiskubolum frá Drop Dead og þessum ógeðslegu hálsklútum sem allir skörtuðu eins og bjánar árið 2008. Maður lærði lexiuna og klæðir sig alls ekki þannig lengur.“

Bleik og retró

Aðspurður um fatastil sinn í dag segir hann að lýsa megi honum eins og prumpi eftir mexíkóskan mat, ófyrirsjáanlegum. „Hann er blanda af 80's pönki og „LA modern street fashion“. Ég klæðist oftast svörtum rifnum gallabuxum, hvítum Adidas-skóm og síðum bolum. Ef ég fer út að borða þá dett ég í Hugo Boss jakkafötin og lakkskó.“

Uppáhaldsflikin hans þessa dagana, sem hann sýnir lesendum Fréttablaðsins hér, er peysa sem stuðningsfulltrúar dr. Steven Brule fréttamanns hönnuðu og selja til styrktar fjölskyldu Stevens en hann þjáist af beinbrunasótt. „Við drengirnir í The Retro Mutants höfum stutt hann í langan tíma. Þetta er mjög flott peysa, bleik og retró.“

Smíðar leikföng

Utan þess að spila tónlist er Viktor bæði leikfangasmíður og nuddari. „Leikfangafyrirtækið mitt heitir Viktor's Vintage en þar bý ég til svokölluð listleikföng og sel þau á sölusíðu minni. Á Instagram (@viktorsvintage) auglýsi ég mest vörurnar mínar og eru leikföngin mín ástarbréf til leikfanga á borð við He-Man, Star Wars, Ghostbusters o.fl. Um jólin mun Nexus hafa nokkra gripi til sölu þannig

„Áður fyrr, þegar ég var allur í rokkinu, þá klæddist maður einmitt svörtum þröngum buxum, marglitum hettupeysum, tiskubolum frá Drop Dead og þessum ógeðslegu hálsklútum sem allir skörtuðu eins og bjánar árið 2008.“

að endilega skottist þangað ef þið viljið líta á leikföngin mín.“

Hvernig fylgist þú með tiskunni? Ég fylgist ekki með tiskunni með sama hætti og aðrir. Ég labba oft inn í fatabúðir og lít á úrvalið og segi bara „meh“ yfir flestu sem aðrir missa þvag yfir. En þegar ég sé einhverja flik sem mér list á þá er hún yfirleitt mjög litrík og öll í glimmeri.

Hvar kaupir þú helst fót? Félagi minn frá Kanada sendir mér oft helling af gallabuxum og jökkum þar sem hann á vörumerkið Silver Jeans. Þannig að ég er góður hvað varðar buxur og svoleiðis en boli og peysur hef ég oft bara fundið í Primark.

Hvaða flik hefur þú átt lengst og notar ennþá? Gráan kragaból með fullt af yfirvaraskeggjum á.

Áttu þér uppáhaldstiskuverslanir? Engar sem eru í uppáhaldi svo sem. Yfirleitt fer eftir árstíðum hvað er í boði. Sumar verlanir hafa bestu skóna meðan aðrar hafa flottustu jakkana.

Bestu og verstu fatakaupin? Bestu kaup sem ég hef gert voru í Kola-portinu þegar ég fann „snake-skin boots“ á 100 krónur. Ég er í þeim þegar ég kem fram á tónleikum. Verstu kaupin eru sömu skórnir því þeir voru allir í blóði.

Notar þú fylgihluti? Ég á Louis Vuitton tösku sem ég held mikið upp á. Einnig nota ég stundum LA Lakers derhúfu þegar sólin kemur ... en hún kemur aldrei.



Mikið úrval af hágæða vetrarfátnaði í jólapakkann!



Norsk ullarnærföt úr einstaklega mjúkri og teygjanlegri 100% merino ull



Peysa kr.11.990.- Buxur kr.10.990.-



Það fylgir mikil dulúð því að skíða í miðnætursólinni á vorin, jafnvel nálægt Jónsmessu í júní eins og Halldór Hreinsson, framkvæmdastjóri Fjallakofans, þekkir. MYND/JÓN JÓEL EINARSSON

Himnaríki á fjöllum

Fjallaskíðaíþróttin nýtur sífelld meiri vinsælda hér á landi en hana er hægt að stunda lengur og víðar en hefðbundin skíði bjóða upp á. Veðurspár lofa hvítum jólum og snjó jafnvel fram yfir nýárið og því tilvalið að kíkja í Fjallakofann.

Mikil sprenging hefur orðið í iðkun fjallaskíðaíþróttar hér á landi undanfarin ár og virðist fjöldi Íslendinga vera að átta sig á því hversu skemmtileg hún er, segir Halldór Hreinsson, framkvæmdastjóri Fjallakofans. „Þeir sem skíða á hefðbundnum skíðum eru bundnir við fá skíðasvæði, t.d. Bláfjöll og Skálafell fyrir þá sem búa á höfuðborgarsvæðinu. Fjallaskíðin opna hins vegar á svo miklu stærra og skemmtilegra leiksvæði því hægt er að fara um allt land og skíða. Tímabilið fyrir fjallaskíði stendur líka lengur yfir en áður, eða frá nóvember og fram í júní, sem eru um átta mánuðir af gleði á fjöllum.“

Halldór nefnir nokkur svæði víða um land, máli sínu til stuðnings. „Fyrir vestan höfum við Jökulfirðina sem eru algjört himnaríki. Norðurland býður m.a. upp á Tröllaskagann sem er svo sannarlega paradís fyrir iðkendur fjallaskíðaíþróttarinnar. Fyrir austan má finna t.d. Snæfell og fleiri fjöll og á Suðurlandinu er úr nægu að velja, t.d. Örafajökul, Hvannadalshnjúk, Eyjafjallajökul, Tindfjöll og Heklu. Ekki má svo gleyma sjálfum gimsteininum Snæfellsjökli sem er að mínu mati ævintýrlegt skíðasvæði og í skotfæri við höfuðborgarsvæðið.“

Góð skíðaspá fram undan

Halldór sem varð sextugur í haust hefur stundað skíði af kappi nánast frá því hann stóð fyrst á fætur. Hann segist enn vera með ódrepanði skíðadellu sem versni bara eftir því sem árunum fjölga. Fjallaskíðin og skíðaferðir á nýja og óvenjulega staði, ekki síst hérlendis, bjóða upp á algjörlega nýja upplifun á skíðamennskunni. „Það er eitthvað við það að renna sér niður ósnerta mjöll í brekku þar sem fáir eða engir hafa skíðað áður, ekki síst eftir að hafa unnið sér inn fyrir því með því að ganga á toppinn fyrst.“

Síðasti vetur var ansi rýsjóttur svo ekki sé meira sagt en nú eru á lofti vísbendingar um að veturinn verði kaldari en áður og þá er viðbúið að skíðaíþróttin taki hressilega við sér, segir Halldór. „Í Bláfjöllum er búið að opna 1-2 sinnum en þrátt fyrir kulda síðustu vikurnar hefur lítið bæst í snjóinn þar. Heyrst hefur þó af fjallaskíðafólki sem hefur nýtt þann snjó sem kom í lok október til hins ýtrasta. Nú ber þó svo við að veðurspár lofa hvítum jólum fram undan og að jafnvel geti bætt tölu-



Fjallaskíðin opna á svo miklu stærra og skemmtilegra leiksvæði því hægt er að fara um allt land og skíða að sögn Halldórs Hreinssonar hjá Fjallakofanum.

vert á snjóinn næstu daga og fram yfir nýárið.“

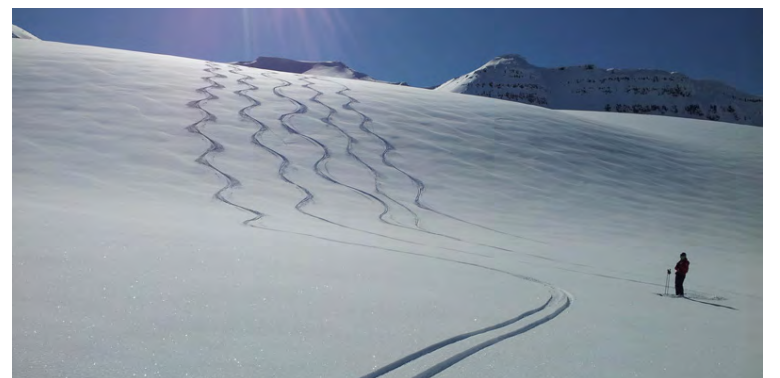
Gott úrval vara

Fjallakofinn býður upp á fjölmargar vörur sem tengjast þessari stórskemmtilegu íþrótt, segir Halldór. „Fyrir það fyrsta erum við með skíðin frá Völkl sem hafa verið að hasla sér völl hérlendis síðustu ár. Þetta er þýskur framleiðandi sem er orðinn einn af stærstu framleiðendum á skíðum í heiminum með gríðarlega breiða línu, allt frá skíðum fyrir almenning og keppendur upp í skíði fyrir fjallaskíða- og utanbrautaskíðamenn.“

Aðspurður um helstu nýjungar segir Halldór að mikil þróun hafi átt sér stað síðasta áratug í skíðabúnaði eftir að svokölluð „carving“ tækni fór að ryðja sér til rúms. Þróunin hafi ekki síst verið mikil í stífleika og sveigju og breidd skíðanna sem



Halldór Hreinsson í góðum félagskap á fallegum degi á fjöllum.



Að renna sér niður ósnerta mjöll þar sem fáir eða engir hafa skíðað áður er frábært, ekki síst eftir að hafa unnið sér inn fyrir því með því að ganga á toppinn.

hefur líka breytt skíðatækninni. „Nú fást orðið ótrúlega létt og skemmtileg skíði með flíttum fjallaskíðabindingum sem henta jafnt í púðursnjó og hörðu færi en þetta tvennt hefur oft ekki farið

saman. Öll þessi þróun hefur breytt skíðasportinu gríðarlega mikið og opnað okkur skíðadellufólkinu algjörlega nýjar víddir í skíða- og ferðamennsku,“ segir Halldór skælbrosandi að lokum.

20% afsláttur af kjólum til jóla



Kjöll st. 40-44
verð nú **12.790 kr.**



Kjöll st. 40-44
verð nú **14.390 kr.**



Kjöll st. 38-44
verð nú **12.790 kr.**



Kjöll ein stærð
verð nú **7.990 kr.**



Kjöll st. 40-48
verð nú **9.990 kr.**

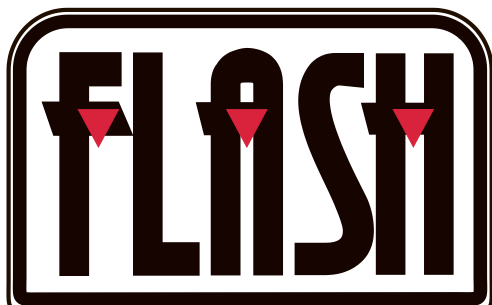


Kjöll st. 40-44
verð nú **13.590 kr.**



Kjöll st. 38-44
verð nú **14.390 kr.**

Fleiri myndir á Facebook 



**Laugaveg 54,
sími: 552 5201**



Kjöll st. 40-44
verð nú **15.990 kr.**



IÐA -bókakaffi Vesturgata 2a 101 Rvk.
Opið til 22 alla daga.

HUMARSÚPA

Súpan er fullleidd og aðeins þarf að hita hana upp

Við notum ekki MSG í súpuna okkar. Hún fæst í öllum helstu matvöruverslunum og stórmörkuðum landsins.

Ný og glæsileg verslun í Hamraborg

Við erum með veipur (rafrettur), vökva og aðra fylgihluti í miklu úrvali

Opnunartími:

Mán. til fös. 10 til 22
Laug. 12 til 20
Sun. 12 til 18

18 ára aldurstakmark



Hamraborg 14a, 200 Kópavogi

Saumar jólapoka úr gömlum gardínuköppum

Erla Guðjónsdóttir ákvað að sauma fallega jólapoka undir jólagjafirnar í staðinn fyrir að pakka þeim inn í jólapappír. Jólápokana má nota ár eftir ár.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is



Ég ákvað að sauma jólapoka utan um jólagjafirnar í ár í þeim tilgangi að minnka sorpið og reyna að stuðla að endurnýtingu. Þessir jólapokar eiga annaðhvort að vera áfram hjá þeim fjölskyldum sem fá þá eða ég fæ þá aftur og þá fær viðkomandi jólagjöf í sama pokanum á næsta ári," segir Erla Guðjónsdóttir, sem er mörgum að góðu kunn sem skólastjóri Öldutúnsskóla í Hafnarfirði en hún er nú komin á eftirlaun.

Gardínukappar úr Rauða krossinum

„Undanfarið hef ég aðallega saumað jólapokana úr gömlum gardínuköppum sem ég keypti í verslun Rauða krossins. Ég spretti þeim upp, þvæ þá og snið til og sauma svo pokana sem ég forma eftir mynstrinu. Ég vil helst endurnýta textíl en hef þó líka saumað jólapoka úr nýju efni. Pokarnir úr gardínuköppunum koma mjög skemmtilega út og gamlir jóladúkar eru einnig upplagðir í svona poka. Það er nóg til af slíku efni hjá Rauða krossinum, Góða hirðinum, Kristnibóðssambandinu og öðrum verslunum sem selja notaðan textíl," segir Erla glöð í bragði.

Endurnýting kom af sjálfu sér

Þegar Erla er spurð hvort hún hafi áður saumað jólapoka af þessu tagi segir hún að svo sé. „Ég saumaði einu sinni poka úr hvítu lérefsti og skreytti þá með grænum borða. Þá var endurnýtingin ekki svona ofarlega í huga mér heldur var hugsunin meira að gera eitthvað öðruvísi og hafa stíl yfir jólagjöfunum. Þeir pokar voru svo endurnýttir en það kom einhvern veginn af sjálfu sér. Þetta þýðir líka að maður situr ekki á aðfangadagskvöld með svarta ruslapoka, fulla af plastpakkaböndum og jólapappír sem stundum er óendurvinnanlegur. Það er svo margt jákvætt við þetta," segir Erla brosandí.

Hún er ekki lengi að sauma hvern poka og mælir heilshugar með að þeir sem hafa tök á saumi poka af þessu tagi. En hugar Erla að endurnýtingu almennt? „Já,



Gardínukappar og jóladúkar fá nýtt líf í meðförum Erlu. MYNDIR/STEFÁN



„Ég er alin upp á heimili þar sem mikil áhersla var á að nýta alla hluti vel og helst aftur og aftur eins og hægt var, eins og t.d. plastpoka og pappír," segir Erla.

Það hafði áhrif á mig að dóttir mín fór markvisst að vinna að því að minnka heimilissorp og nýta hlutina betur og það stóð mjög nálægt mér. Ég er alin upp á heimili þar sem mikil áhersla var á að nýta alla hluti vel og helst aftur og aftur eins og hægt var, eins og t.d. plastpoka og pappír. Ég nota hvern plastpoka margoft og hef alltaf margnota poka með mér í verslanir. Eftir

„Ef ég hef verið að hugsa um eitthvað sérstakt og það er í mörgum lögum af umbúðum sleppi ég að kaupa það og finn eitthvað annað. Þær gjafir sem ég hef sett í taupokana hef ég tekið úr umbúðum og sett beint í þá.

plastlausan september finn ég góð viðbrögð við því að nota helst ekki plast. Við erum á góðri leið og mér finnst þetta góð þróun.“

Hvað jólagjafir varðar segist Erla forðast að kaupa gjafir sem eru pakkadar inn í mörg lög af plasti og pappír. „Ég sniðgeng slíka hluti. Ef ég hef verið að hugsa um eitthvað sérstakt og það er í mörgum lögum af umbúðum sleppi ég að kaupa það og finn eitthvað annað. Þær gjafir sem ég hef sett í taupokana hef ég tekið úr umbúðum og sett beint í þá. Ég verð þó að vera viss um að viðkomandi ætli ekki að skipta gjöfinni," segir Erla sem ætlar að hafa það rólegt og gott um jólin, lesa bækur og fara í fjölskylduböð.

JÓLA OG ÁRAMÓTAKJÓLAR Í STÆRÐUM 42-58

Sjáðu úrvalið í netverslun www.curvy.is
eða komdu í verslun okkar að Fákafeni 9



Curvy.is



Kjöll
6.990 kr



Pallíettu jakki
9.990 kr



Kjöll
6.990 kr



Pallíettu toppur
5.990 kr



Bolero
5.990 kr



Kjöll
7.990 kr



Pallíettu piis
5.990 kr



Kjöll
8.990 kr

JÓLAOPNUN Í VERSLUN CURVY AÐ FÁKAFENI 9

15 - 22 DESEMBER 11-20
ÞORLÁKSMESSA 11-21
AÐFANGADAGUR 11-13

SENDUM FRÍTT
UM ALLT LAND

Curvy.is

Fákafeni 9, 108 RVK | Sími 581-1552 | www.curvy.is

Hví höfðu víkingar yfirburði?

Víkingar ógnuðu norðurhluta Evrópu í um 250 ár og mörkuðu djúp spor í þjóðarsálinn Evrópu. En hvernig tókst þeim að halda stórum hluta Evrópu í heljargreipum ótta svo lengi?

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@365.is



Víkingar voru hernaðarafl á miðöldum og skelfdu íbúa Norður-Evrópu með fyrirvaralausum árásum á saklausa borgara á stöðum sem voru ekki taldir berskjaldaðir. Það voru ýmsar ástæður fyrir hernaðaryfirburðum víkinga á þessum tíma og Else Roesdahl, prófessor í fornleifafræði miðalda við Árósháskóla, útskýrði þær helstu í nýlega í viðtali við vefmiðilinn sciencenordic.com.

Roesdahl benti á að víkingar unnu alls ekki alla sína bardaga. Gamlar ritheimildir og fornleifar sýna að þeir töpuðu oft og urðu stundum fyrir miklu mannfalli. Til dæmis hafa fundist fjöldagrafir víkinga, sem bera þögult vitni um misheppnaðar árásir.

Samt sem áður náðu víkingar oft miklum árangri og rændu bæði musteri, þorp og borgir.

Eitt af því sem víkingarnir nýttu sér var mikill hreyfanleiki. Langskip þeirra gátu bæði siglt yfir haf og upp árfaravegi, svo þeir gátu komist fram hjá herliði á landi og birst fyrirvaralaust á stöðum sem voru lítið varðir.

Víkingar höfðu líka víðtæk sambönd sem gerðu þeim kleift að vita hvenær og hvar var heppilegast að



Víkingar voru stórhættulegur og ógnvekjandi óvinur á sínum tíma. MYND/NORDICPHOTOS/GETTY

gera árás. Á miðöldum voru þjóðríki eins og við þekkjum í dag ekki til og lönd skiptust í margar minni valdaeiningar sem áttu í átökum innbyrðis. Þetta nýttu víkingar sér. Þeir fengu upplýsingar frá heimamönnum, njósnuðu um fórnarlömb sín, gerðu bandalög við óvini þeirra og gerðu árásir þegar varnarliðið var upptekið í átökum annars staðar. Roesdahl segir að

það megi glöggst sjá að víkingarnir vissu nákvæmlega hvaða ríki voru sterk og hver ekki.

Víkingar voru líka sérlega vel vopnaðir. Bæði vopnin og brynjurnar voru meðal þess besta sem fyrirfannst á þessum tíma. Þeir beittu líka umsátursvélum eins og valslöngvum og múrbrjótum gegn byggðum sem voru umkringdar múrum.

Víkingar voru vel skipulagðir og agaðir. Hugmyndin um víkinga sem sigla upp að strönd, stökkva frá borði og hlaupa inn í næsta bæ með sverð á lofti eru ekki byggðar á raunveruleikanum, segir Roesdahl. Árásirnar voru líklega vandlega skipulagðar og framkvæmdar, hvort sem um minni ránsþópa eða stóra heri var að ræða, segir hún.

Víkingar voru öflugir stríðs-

» Víkingar voru öflugir stríðsmenn sem lögðu mikla áherslu á að kunna að fara með vopn og berjast og óttuðust ekki dauðann.

menn sem lögðu mikla áherslu á að kunna að fara með vopn og berjast og óttuðust ekki dauðann, þannig að þeir voru erfiðir og hugrakkir andstæðingar. Fátt færði meiri sæmd en að deyja á vígvelli og fara til Valhalla. Hvort þetta hafi átt við hvern einasta einstakling er erfitt að segja, en þetta var í það minnsta orðspor þeirra og það eitt hefur skotið mörgum skelk í bringu og um leið minnkað áhuga þeirra á að mæta víkingum í bardaga.

Með tímanum aðlöguðust Evrópubúar árásum víkinga og byggðu meðal annars varnarbrýr yfir fljót sem stoppuðu langskipin og komu í veg fyrir að víkingar gætu nýtt sér hreyfanleika sinn.

Á endanum eignuðust víkingar lönd og settust þar að. Þeir tóku sum löndin með valdi, önnur fengu þeir í friðarviðræðum og enn önnur fengu þeir gegn því að verja þau gegn öðrum víkingum. Með tímanum hættu þeir því ránsferðum og tóku upp nýja lífnaðarhætti, eftir að hafa valdið skelfingu í Norður-Evrópu í um 250 ár.

Gleðileg jól

Undirföt - Náttföt - Náttkjólar - Sloppar - Gjafakort



Opið kl.11-21, Þorláksmessu kl.10-22 og Aðfangadag kl.10-13.

Selena

Bláu húsin v/Faxafen • Sími: 553 7355 • www.selena.is



Afgreiðslutími sundstaða
um jól og áramót 2017 - 2018



SUNDKORT
ER GÓÐ
JÓLAGJÖF

	Þorláksmessa	Aðfangadagur	Jóladagur	Annar í jólum	Gamlársdagur	Nýársdagur
	23. des	24. des	25. des	26. des	31. des	1. jan
Árbæjarlaug	09.00-18.00	09.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	09.00-13.00	Lokað
Breiðholtslaug	09.00-18.00	09.00-13.00	Lokað	Lokað	09.00-13.00	Lokað
Grafarvogslaug	09.00-18.00	09.00-13.00	Lokað	Lokað	09.00-13.00	Lokað
Klébergslaug	11.00-15.00	10.00-13.00	Lokað	Lokað	10.00-13.00	Lokað
Laugardalslaug	08.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	08.00-13.00	12.00-18.00
Sundhöllin	08.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	08.00-13.00	12.00-18.00
Vesturbæjarlaug	09.00-18.00	09.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	09.00-13.00	Lokað
Ylströnd	11.00-16.00	Lokað	Lokað	Lokað	Lokað	11.00-15.00





Heitir og sætir drykkir eiga vel við á köldum desemberkvöldum.

Hvitt súkkulaði á hvítum jólum

Rjúkandi heitt súkkulaði með kanil er með því jólalegra. Ef jólin verða hvít í ár er tilvalið að hella upp á hvitt súkkulaði og skríða undir teppi.

6 bollar matreiðslurjómí
1½ bolli hvítir súkkulaðidropar
2 kanilstangir
¼ tsk. kanilduft
Sletta af múskati
3 tsk. vanilluextrakt

Hellið ½ bolla af rjóma í pott. Sturtið súkkulaðidropunum út í, kanilstöngum, kanildufti og múskati út í pottinn. Stillið á lágan hita og hrærið í þar til súkkulaðið er bráðið. Hellið þá restinni af rjómanum út í og látið hitna vel en ekki sjóða. Takið af hellunni, veiðið kanilstangirnar upp úr og hrærið vanilluextraktinu saman við. Hellið í könnur og berið fram. Dugir fyrir átta.

tasteofhome.com



Friðargangan hefst kl. 18 og verður farið frá Hlemmi. MYND/STEFÁN

Þorláksmessuganga

Líkt og undanfarin 37 ár mun samstarfshópur friðarhreyfinga efna til Þorláksmessugöngu á morgun.

Að þessu sinni verður gengið til stuðnings baráttunni gegn kjarnorkuvopnum. Safnast verður saman á Hlemmi frá kl. 17.45 og verður gengið af stað kl. 18.00. Friðarhreyfingarnar selja göngufólki friðarljós við upphaf göngunnar á Hlemmi. Í ár verður hægt að kaupa kertalaga LED-ljós eða friðarkyndil frá Landsbjörg.

Í lok göngunnar verður útifundur á Austurvelli þar sem Árni Hjartarson jarðfræðingur flytur ávarp. Söngfólk úr Hamrahlíðarkórnum undir stjórn Þorgerðar Ingólfsdóttur og Kór Menntaskólans við Hamrahlíð undir stjórn Hreiðars Inga Þorsteinssonar munu leiða gönguna og syngja bæði á leiðinni og í lok útifundarins.

Friðargöngur verða einnig haldnar á Ísafirði kl. 18 og á Akureyri kl. 20.

Taíland er vinsælt um jólin

Samkvæmt könnun sem gerð var í Noregi eru margir landsmenn utanlands um jólin. Aukningin virðist mikil milli ára. Heitu löndin eru vitaskuld langvinsælust, líkt og meðal Íslendinga. Meðan við flykkjumst til Kanaríeyja um jólin fara flestir Norðmenn til Taílands. Efst á listanum yfir vinsælustu staði til að dvelja um jólin er Bangkok. Þá kemur Dúbai sterkt inn og Srí Lanka sem er nýr áfangastaður Norðmanna. Srí Lanka býður upp á spennandi

ævintýraheim og fallega náttúru í góðum hita. Þá er eyjan Bali vinsæl, Marokkó, Singapúr, Víetnam og Cancun í Mexíkó. Svo virðist sem ferðum til Taílands hafi fjölgað um 30% á árinu. Gran Canaria og Tenerife eru enn vinsælir áfangastaðir en eru á undanhaldi.

Það að Norðmenn flykkist til Taílands er talin vera veik norsk króna. Það er ódýrt að lifa í Taílandi. Ferðaskrifstofur hafa fjölgað Asíuferðum til að koma til móts við óskir viðskiptavina.



Það er ljúft að vera í Taílandi um jólin.

HUMAR

HUMAR	HUMAR	HUMAR	HUMAR	HUMAR	HUMAR	HUMAR
Stærð 30/40	Stærð 24/30	Stærð 18/24	Stærð 15/18	Stærð 12/15	Stærð 9/12	Stærð 7/9
3.600 kr/kg	4.900 kr/kg	5.900 kr/kg	6.900 kr/kg	7.900 kr/kg	8.900 kr/kg	9.900 kr/kg

HUMARSÚPA FISKIKÓNGSINS

SKELFLETTUR HUMAR

SKATA 1.390 kr/kg

SAMA VERÐ
4 ÁRIÐ Í RÖÐ



Fiskikóngurinn

Sogavegi 3
Höfðabakka 1
Sími 587 7755

OPIÐ

22. DESEMBER	8-20
23. DESEMBER	8-20
24. DESEMBER	9-12

Smáauglýsingar

512 5000

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

Bílar & Farartæki

Bílalíf



FLOTT VERÐ!

VOLVO V60 D2. Árg.2015,ek.129.pús km, dísel,sjálfskiptur.Verð 2.890.000. Rnr.247527,á staðnum.562-1717.

Bílalíf

Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opíð 10-18 virka daga
www.bilalif.is

Hjólbarðar

VAKA



NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppi ný. Vaka s. 567 6700

Þjónusta

Pípulagnir

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

Hreingerningar



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.

Búslóðaflutningar

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskripti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

Keypt & Selt

Til sölu

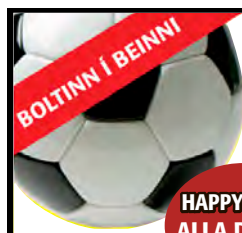


Þjóðlagagítarpakki. Kr. 23.900,- Gítar, poki, ól, auka strengjasett stillitæki og kennsluforrit. Opíð alla daga til jóla. Gítarinn ehf Stórhöfða 27, S: 552 2125 www.gitarinn.is



Hágæða Hornafjarðarhumar og sjávarfang. SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI Heimsending. www.humarsalan.is Pöntunarsími: 867 6677

Skemmtanir



HAPPY HOUR
ALLA DAGA!!
kl. 16-19

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR:

Föstudaginn 22. des

19:00 Arsenal - Liverpool

Annar í jólum 26. des (opíð 13-01)

14:50 Man. United - Burnley

17:20 Liverpool - Swansea

18:30 Chelsea - Brighton

Hljómsveitin Trap

Rúnar Þór, Reynir Guðmunds, Rúnar Vilbergs og Örn Jóns.
spila á föstudagkvöldið frá kl. 00 - 03



Gullnáman

Heitur matur í hádeginu alla virka daga • Boltatilboð • Happy hour • Lifandi tónlist allar helgar

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



S A F T

RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavinum til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

intellecta

Til sölu



ISLENSK FRAMLEIÐSLA FYRIR ISLENSKT VEÐURFAR
Vandaðir krossar á leiði!
 3ja ára langur

JS LJÓÐSASMÍÐJAN
 VÉLAVERKSTÆÐI
 SLÁTTUVÉLAFRÁJÓNUSTAN
 Skemmuvegi 34 - 200 Kóp. Sími 554 0661

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

MERINO ULLARNÆRFÖT



OLYMPIA
 Kr. 5.990

OLYMPIA
 Kr. 5.490

Merino ULLARNÆRFÖT
 Mjúk og hlý nærföt í störf og leik 100% merino ull stærðir S - XXL

Vesturröst
 Laugaveg 178 - sími: 551 6770 - www.vesturröst.is

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Heilsa

Nudd



TANTRA NUDD
 Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu 3ja herb íbúð í Keflavík 80fm í langtímaleigu. Ekkert dýrahald. Laus strax. Uppl. í s. 893 9777

Atvinnuhúsnæði

HÚSNÆÐI TIL LEIGU:

165 fm húsnæði á götuhæð að Nýbýlavegi 8 með inngang og glugga að Nýbýlavegi. Húsnæðið hefur verið nýtt undir matvælaframleiðslu, og hentar afar vel undir veitingastað eða matvælaframleiðslu.

Nánar: hafsteinn@lundurfasteignir.is

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
 á minna en 7 m2. Ódyrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúð, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Hönnun



HÖNNUN

VERKFRÆÐITEIKNINGAR

Tek að mér að gera verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum og sumarhúsum. Fast verð. Upplýsingar í síma 783 4180 eða kjartangardars@gmail.com

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
 gjofsemgefur.is
 907 2002
 Hjálparstarf kirkjunnar

GEFÐU VATN
 gjofsemgefur.is
 907 2003
 Hjálparstarf kirkjunnar

Tilkynningar



Mat á umhverfisáhrifum
 Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

Kalkpörunganám í Miðfirði, Húnaþingi vestra

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106 /2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík og á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 22. 1. 2018.



Mat á umhverfisáhrifum
 Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

Efnistaka í landi Sléttu í Reyðarfirði

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106 /2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík og á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 23. janúar 2018.



Auglýsing um skipulagsmál
 í Mýrdalshreppi

Skipulags og byggingarfulltrúi

Í samræmi við 30.gr.skipulagslaga nr. 123/2010, er hér með auglýst kynning á lýsingu aðalskipulagsbreytingar.

Lýsing að breytingu á aðalskipulagi Mýrdalshrepps 2012-2028
 – Þéttbýlisuppráttur

Unnin hefur verið lýsing og drög af breytingu aðalskipulags Mýrdalshrepps 2012-2028. Í breytingunni felst stækkun á íbúðarsvæði IS2 til norðurs eftir Mýrabraut, skilgreining á nýju athafnasvæði A3 fyrir þjörgunarmiðstöð norðar Mýrabrautar og breytingu á reit P3 svæði fyrir þjónustustofnanir sem verður breytt að hluta til í verslunar og þjónustusvæði.

Lýsing skipulagsverkefnis liggur frammi hjá fulltrúa skipulags- og byggingarmála í Mýrdalshreppi Austurvegi 17, 870 Vík og á heimasíðu Mýrdalshrepps www.vik.is. Opíð hús verður hjá fulltrúa skipulags- og byggingarmála á skrifstofu Mýrdalshrepps þann 4.1.2018 á milli kl. 13-15 þar sem hægt verður að koma á framfæri ábendingum og fá svör við spurningum. Athugasemdafrestur við lýsingu þessa er til 5.janúar. Athugasemdum skal skila skriflega á skrifstofu Mýrdalshrepps, Austurvegi 17, 870 Vík eða á netfangið bygg@vik.is.

Vígús Þór Hróbjartsson
 Skipulags og byggingarfulltrúi
 Mýrdalshreppur

Skötuveisla

Skötuveisla
 á Cafe Catalinu

Að venju verðum við með hið margrómaða vestfirska skötuþlaðborð á Þorláksmessu.

Stórskata • Saltfiskur
Plokkfiskur • Rófur
Kartöflur • Hamsatólg
Hnoðmör • Smjör • Rúgbrauð
Kaffi og konfekt



Hlaðborð í hádeginu frá kl. 11:30-14:00
 og um kvöldið frá kl. 18:00-20:00
 Húsið opnar kl. 11:00



Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi
 www.hagvangur.is

