



Bjarni Benediktsson, verðandi forsætisráðherra, var hugsi áður en fundur flokksráðs Sjálfstæðisflokksins hófst í Valhöll. Sáttmálinn var samþykktur einróma á fundinum. FRÉTTABLAÐIÐ/EYFÖR

# Samstarf um nýja ríkisstjórn samþykkt

Stjórnarsáttmáli Sjálfstæðisflokksins, Bjartrar framtíðar og Viðreisnar verður kynntur í dag en samstarf flokkanna var samþykkt í gær af stofnunum þeirra. Ráðherraskipan liggur ekki fyrir. Fundarmenn Bjartrar framtíðar og Viðreisnar tókust á um skattaskjólsskýrslu.

**STJÓRNMÁL** Stjórn Bjartrar framtíðar, flokksráð Sjálfstæðisflokksins og ráðgjafaráð Viðreisnar samþykktu í gærkvöldi stjórnarsáttmála flokkanna þriggja. Ný ríkisstjórn og stjórnarsáttmáli hennar verða kynnt í dag. Ráðherraskipan liggur enn ekki fyrir en verður ákveðin í kvöld.

Meðal þess sem kemur fram í stjórnarsáttmálanum er að þingsályktunartillaga verður lögð fram fyrir lok þings um hvort kjósa eigi

um áframhaldandi aðildarviðræður við Evrópusambandið. Peningastefna landsins verður endurskoðuð strax í upphafi og breytingar á búvörusamningum verða skoðaðar. Fæðingarorlof verður hækkað í skrefum og fyrirtæki sem hafa 25 eða fleiri starfsmenn þurfa að taka upp jafnlaunavottun.

Fyrir liggur að dómsmálaráðuneyti verður komið á fót. Ekki er ljóst hvort einn ráðherra verður yfir því eða hvort einhver mun fara með

fleiri en eitt ráðuneyti. Þjórt framtíð fær tvo ráðherra, Viðreisn þrjá og Sjálfstæðisflokkur fimm.

Fjölmennur fundur flokksráðs Sjálfstæðisflokksins hófst klukkan átta og var lokið um klukkustund síðar. Sáttmálinn var samþykktur með lófaklappi.

„Fundurinn gekk vel. Við förum ítarlega yfir sáttmálann og ræddum hann í þaula,“ segir Benedikt Jóhannesson í samtali við fréttastofu. Um sex-

tíu manns voru á fundi ráðgjafaráðs Viðreisnar og samþykktu þeir sáttmálann að honum loknum skömmu fyrir klukkan tíu. Nokkrir sátu hjá í atkvæðagreiðslunni til að láta í ljós óánægju sína með að skýrsla um eignir Íslendinga í skattaskjólum hafi ekki verið lögð fram fyrir kosningar.

Fundur Bjartrar framtíðar hófst á undan hinum tveimur en honum lauk skömmu fyrir klukkan ellefu. Stjórnarsáttmálinn lagðist vel í

fundarmenn en líkt og á fundi Viðreisnar var nokkuð rætt um skýrsluna. Að umræðum loknum fór fram rafræn atkvæðagreiðsla. Sjötíu manns tóku þátt í kosningunni, 51 sagði já, átján sögðu nei og einn sat hjá.

„Ég get ekki sagt til um hvernig fundurinn fer,“ sagði Óttarr Proppé, formaður Bjartrar framtíðar, fyrir fundinn. Ekki náðist í formanninn að fundi loknum áður en Fréttablaðið fór í prentun. – jõe / sjá síðu 4

Hannes G. Sigurðsson.  
FRÉTTABLAÐIÐ/HANNA

## Talsverð fjölgun nýrra öryrkja

**HEILBRIGÐISMÁL** Um 22 prósent aukning varð í nýgengi örorkumats á nýliðnu ári.

„Þetta er algjörlega óviðunandi staða,“ segir Hannes G. Sigurðsson, aðstoðarframkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins og stjórnarformaður VIRK.

Í fyrra fengu 1.796 einstaklingar úrskurð um 75 prósent örorkumat. Hannes segir alvarlegt að svo margir hverfi af vinnumarkaði vegna vandamála sem ættu oft að vera meðhöndlanleg. – jhh / sjá síðu 6

## Fréttablaðið í dag

**SKOÐUN** Linda Markúsdóttir skrifar um afskiptaleysi gagnvart íslenskunni. **13**

**SPORT** Strákarnir okkar hefja leik á HM eftir tvo daga. Þrjú ungar strákar fengu mikilvægar mínútur á æfingamótinu í Danmörku og stóðu sig vel. **16**

**MENNING** Þrjár gjörningalista-konur sýna á næstunni seríu gjörninga í skemmtilegu en óvenjulegu galleríi. **22**

**LÍFIÐ** Fótbolta-konan Lára Kristín fær smjörþefinn af djamminu í starfi sínu sem leigubílstjóri. **30**

**PLÚS 2 SÉRBLÖÐ • FÓLK • BÍLAR**

\*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015



**Heilsutjútt**  
**4.-15. janúar**

Skoðaðu úrvalið í netverslun Lyfju

Allt að  
**30%**  
AFSLÁTTUR  
af heilsuvörum

[www.lyfja.is](http://www.lyfja.is)

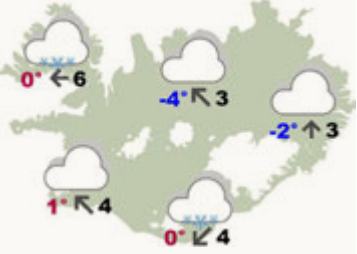
**Dale Carnegie**

**Skapaðu nýtt sjónarhorn**  
Ókeypis kynningartími  
10. janúar kl. 20.00

Ármúli 11, 3. hæð  
Skráning á: [www.dale.is](http://www.dale.is)



## Veður



Hægur vindur á landinu og dálítill él, en norðaustan 10-15 m/s og snjóköma norðan til á Vestfjörðum og á Ströndum. Frost yfirleitt 0 til 8 stig. **SJÁ SIÐU 20**



Tólfumenn hittu Ronaldo hinn brasilíska. MYND/BENJAMÍN HALLBJÖRNSSON

## Mikil upplifun Tólfumanna

**SAMFÉLAG** Tólfan, stuðningsveit íslensku knattspyrnulandsliðanna, varð í öðru sæti í vali FIFA á stuðningsmönnum ársins 2016. Stuðningsmenn Liverpool og Dortmund hlutu verðlaunin, fengu 46 prósent atkvæða en Tólfan 31 prósent.

Benjamín Hallbjörnsson og Styrmir Gíslason voru í Zürich í gær fyrir hönd Tólfunnar. „Þetta er rosalega skrítið,“ sagði Benjamín um upplifunina. – jõe

## Ferðakona fyrst í Kirkjufjöru

**SLYS** Þýsk kona sem féll í sjóinn við Kirkjufjöru skammt austan Dyrhólaeyjar um hádegisbil í gær var úrskurðuð látin við komu til Reykjavíkur.

Allt tiltækt lið lögreglu og björgunarsveita á Suðurlandi, auk þyrllu Landhelgisgæslunnar og björgunarskipisins Þórs, var kallað út um klukkan 13 í gær eftir að tilkynnt var um að konan hefði farið í sjóinn.

Mikið brim var í fjörinni og voru aðstæður til leitarinnar því erfiðar. Konan fannst vestast í Reynisfjöru klukkan rúmlega 14 eftir um einnar klukkustundar leit og var flutt með þyrllu til Reykjavíkur.

Konan, sem var 47 ára, var í för með fjölskyldu sinni. Eiginmaður hennar og tvö börn lentu einnig í sjónum en tókst að koma sér upp úr og sluppu ómeidd.

Lát konunnar í gær er það þriðja á þessum slóðum á tíu árum. – hh

## Fornt hús á flakki



Timburhúsið, sem áður prýddi Vegamótastíg 9, var í gær flutt á nýjan stað. Héðan í frá mun það standa á Grettisgötu 54B. Húsið var byggt árið 1904 og er fríðað sökum aldurs. Á árum áður bjuggu Halldór Kiljan Laxness og Jóhannes Kjarval í húsinu, þó ekki samtímis. Fyrirhugað er að fimm hæða hótél muni rísa á lóðum Vegamótastígs 7 og 9. Lóðin á númer 7 hefur staðið auð síðan Herdisarbaer var rifinn á sjöunda áratug síðustu aldar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Við Jökulsárlón. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Kaupir Fell á 1,5 milljarða króna

**FASTEIGNIR** Ríkið kaupir jörðina Fell við Jökulsárlón á grundvelli laga um náttúruvernd, að því er segir í frétt fjármálaráðuneytisins.

Fell var að ósk eigenda selt í nauðungarsölu til að slíta sameign á landinu þar sem eigendurnir komu sér ekki saman um nýtinguna. Mikil ferðaþjónusta er við Jökulsárlón.

Í viðskiptunum nýtir ríkið sér forkaupsrétt og gengur inn í hæsta tilboð sem nam 1.520 milljónum króna. Hátt í 40 einstaklingar og nokkur félög eiga Fell. – gar

# Segir augnblæðingu hjá dóttur sinni ekki fölsun

Blæðingar úr augum, eyrum og nefi fjórtán ára stúlku á Dalvík virðast ráðgáta læknavísindanna. Stúlkan finnur fyrir kvíða og hefur íhugað sjálfsvíg segir móðirin sem kveður augnlækni hafa sagt myndir af blæðingunum falsaðar.

**HEILBRIGÐISMÁL** Lilja Bára Kristjánsdóttir, móðir fjórtán ára stúlku á Dalvík, segir læknavísindin standa ráðþrota gagnvart blæðingum dóttur sinnar, Heklu Rúnar Árskóg. Blætt hefur daglega úr augum, nefi eða eyrum hennar síðan í nóvember 2014. Sjálfskaðahegðun og sjálfsvígshugsanir eru farnar að skjóta upp kollinum vegna þessara blæðinga.

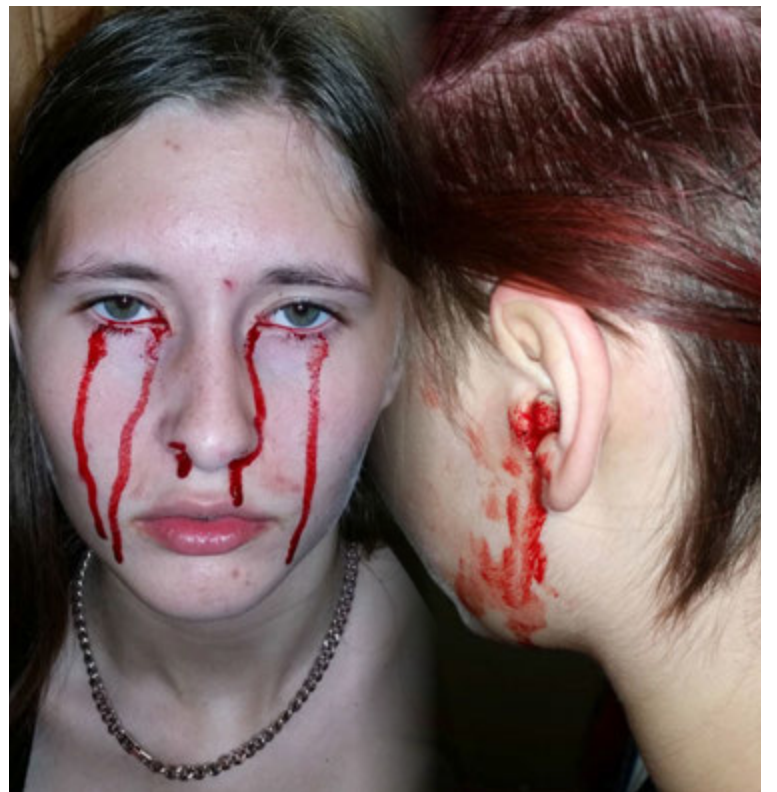
„Þetta byrjar allt í nóvember 2014 þegar hún fær smá högg á kinnbeinið, síðan þá hefur blætt daglega, úr augum og nefi og eyrum. Einnig hefur hún kastað upp blóði. Það virðist vera þannig að læknavísindin sjái ekkert líkamlega athugasvert við hana og við fáum litla sem enga hjálp,“ segir Lilja Bára.

Lilja Bára segir dóttur sína nú í sambandi við geðlækni til að hjálpa til við andlegt heilbrigði hennar en síðasta árið hefur heilsu hennar hrakað mikið.

„Að finna bréf sem hún hefur falið inn í herbergi hjá sér um að lífið sé ekki þess virði að lifa því og að hún eigi ekki að lifa og sjá teikningar veldur gríðarlegum áhyggjum og þá stendur manni ekki á sama,“ segir Lilja Bára.

Augnælknir í Reykjavík sagðist ekki geta gert neitt fyrir dótturina þar sem myndir af blæðingum dótturinnar væru líklega falsaðar og að þetta væri allt sviðsett. Lilja Bára kveðst skilja tortryggina og að fólk haldi að þetta sé tilbúningur hjá þeim mæðgum.

„Ég hef alveg fengið þær upplýsingar eins og þetta sé teiknað, en þegar fólk sér þetta þá liggur það í augum uppi að þetta er ekki upp-



Blætt hefur daglega úr augum, eyrum og nefi Heklu Rúnar Árskóg síðan í nóvember árið 2014 að sögn móður hennar

**Fólk hefur horft á hana byrja að blæða í skólanum. Skólasystkini og starfsfólk skólans hefur séð þetta gerast.**

Lilja Bára Kristjánsdóttir



spuni,“ segir Lilja Bára. „Fólk hefur horft á hana byrja að blæða í skólanum. Skólasystkini og starfsfólk skólans hefur séð þetta gerast. Ég hefði líka haldið að hún væri orðin þreytt á því ef hún væri að búa til sömu söguna í allt að tvö ár. Það er líka þreytandi að hlusta á að þetta sé einhver tilbúningur. Það er erfitt að fá engin svör og vita ekkert hvað veldur.“ sveinn@frettabladid.is

**NÝBAKAÐ  
BRAUÐ  
ALLA DAGA**

- Austurströnd 14
- Dalbraut 1
- Hringbraut 35
- Fálkagötu 18

**Björnsbakari**  
Sími: 561 1433

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

www.bjornsbakari.is

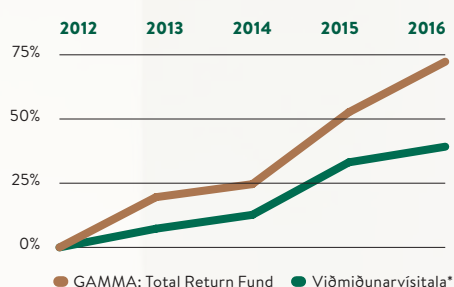


## GAMMA TOTAL RETURN FUND:

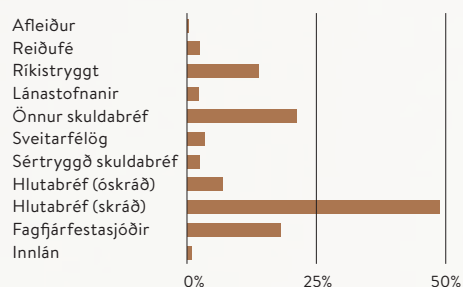
# 14,73% ávöxtun árið 2016

Árið 2016 skilaði *Total Return Fund* **14,73% ávöxtun**. Það er **besta ávöxtun** í samanburði við aðra sambærilega sjóði á íslenskum fjármálamarkaði, samkvæmt vefsvæðinu [keldan.is](http://keldan.is) en ávöxtun annarra blandaðra sjóða var -1% til 6%.

### SÖGULEG ÁVÖXTUN



### EIGNADREIFING SEM SKILAR ÁRANGRI



*Total Return Fund* er fjárfestingarsjóður hjá GAMMA, opinn fyrir alla fjárfesta og hugsaður til milli-langs eða langs tíma.

### SJÓÐSSTJÓRI TOTAL RETURN FUND

Valdimar Ármann, hagfræðingur og fjármálaverkfræðingur, er framkvæmdastjóri sjóða hjá GAMMA og hefur verið hjá GAMMA frá 2009. Valdimar hefur 17 ára starfsreynslu á fjármálamörkuðum og starfaði áður hjá ABN AMRO í London og New York og hjá RBS í New York.



NÁNARI UPPLÝSINGAR / 519 3300 / [GAMMA@GAMMA.IS](mailto:GAMMA@GAMMA.IS) / [GAMMA.IS](http://GAMMA.IS)

**GAMMA**  
REYKJAVÍK / LONDON

Fyrirvari: Umfjöllun þessi felur ekki í sér fjárfestingarráðgjöf eða tilboð eða hvatningu um að eiga viðskipti með verðbréf. GAMMA Capital Management hf. er rekstrarfélag Fjárfestingarsjóðs GAMMA. Sjóðurinn er deild í fjárfestingarsjóði skv. lögum nr. 128/2011. Nánari upplýsingar um áhættu og fjárfestingar má finna í útboðslýsingu, reglum og lykilupplýsingum (KIID), sem nálgast má á heimasíðu GAMMA eða á skrifstofu félagsins og eru fjárfestar hvattir til að kynna sér þessar upplýsingar nánar. Almennt fylgir áhætta fjárfestingu í fjárfestingarsjóðum og eignarhlutdeild getur rýrnað, aukist eða staðið í stað. Tölur í auglýsingu vísa til fortíðar og athygli er vakin á því að söguleg ávöxtun gefur ekki vísbendingu um framtíðarávöxtun. Kaupum á hlutdeildarskirteinum sjóðsins fylgir nokkur hættu á verðsveiflum. \*Viðmiðunarvísitala er heildarvísitala markaðar GAMMA: Multi Asset Index – sjá nánari upplýsingar á [www.gamma.is/visitolur](http://www.gamma.is/visitolur).



# Umboðsmaður kanni hvort fjármálaráðherra braut siðareglur

**STJÓRN MÁL** Svandís Svavarsdóttir, formaður þingflokks Vinstri-grænna, sendi umboðsmanni Alþingis bréf í gær, til að fá úr því skorið hvort Bjarni Benediktsson hafi brotið gegn siðareglum ráðherra þegar hann ákvað að birta ekki skýrslu um aflandsfélög fyrr en allnokkru eftir að hún lá fyrir í ráðuneyti hans.

„Mér finnst brýnt að fá mat á því hvort það samræmist siðareglum ráðherra að halda upplýsingum svo lengi frá almenningi sem raun ber vitni og ekki síst þegar upplýsingarnar varða

beinlínis samfélagsumræðuna í aðdraganda kosninga eins og hér er,“ segir Svandís um tilurð þess að hún sendi umboðsmanni bréfið.

Þar stendur í inngangi gildandi siðareglna að koma megi á framfæri ábendingum til umboðsmanns ef spurningar vakna um brot á siðareglunum. Eins og komið hefur fram hafnar Bjarni því alfarið að hafa setið á skýrslu starfshópsins fram yfir kosningar – en hann kannaði umfang eigna Íslendinga á aflandssvæðum. Vísendingar hafa komið fram um að dagsetningum á skýrslunni hafi verið

breytt, og Bjarni hefur sjálfur beðið afsökunar á ósamræmi í viðtölum um hvenær hún var í raun tilbúin.

Svandís telur nauðsynlegt að ákvörðun Bjarna um að birta skýrsluna ekki almenningi strax verði skoðuð í samhengi við 6. grein c. umræddra siðareglna en þar segir: „Ráðherra leynir ekki upplýsingum sem varða almannahag nema lög bjóði eða almannahagsmunir krefjist þess að öðru leyti. Ráðherra ber að hafa frumkvæði að birtingu slíkra upplýsinga sé hún í almannabágu.“ – shá

**Mér finnst brýnt að fá mat á því hvort það samræmist siðareglum ráðherra að halda upplýsingum svo lengi frá almenningi sem raun ber vitni og ekki síst þegar upplýsingarnar varða beinlínis samfélagsumræðuna í aðdraganda kosninga.**

Svandís Svavarsdóttir alþingismaður



Svandís Svavarsdóttir.

# Slök dómgreind og klúður segir Benedikt

„Það er rosaleg skítalykt af þessu máli,“ segir þingmaður Pírata. Skýrsla um aflandseignir Íslendinga ekki birt fyrr en eftir kosningar. Formaður Samfylkingarinnar segir forkastanlegt að halda upplýsingum frá almenningi. Slök dómgreind segir formaður Viðreisnar.

**STJÓRN MÁL** Fjórir þingmenn hafa óskað eftir fundi í efnahags- og viðskiptanefnd Alþingis til þess að ræða skýrslu starfshóps fjármála- og efnahagsráðherra um eignir Íslendinga á aflandssvæðum.

Skýrslan var birt opinberlega á föstudag. Í fréttum RÚV hefur verið fullyrt að skýrslunni hafi verið skilað til ráðuneytisins 13. september og að Bjarni hafi fengið kynningu á henni 5. október.

Gagnrýnt hefur verið að skýrslan hafi ekki verið birt opinberlega samstundis, eða fyrir kosningar 29. október.

Katrín Jakobsdóttir, formaður VG, óskaði á laugardag eftir fundi í efnahags- og viðskiptanefnd. Nefndarmennirnir Logi Einarsson, formaður Samfylkingarinnar, Elsa Lára Arnardóttir, fulltrúi Framsóknarflokks, og Smári McCarthy, fulltrúi Pírata, hafa síðan tekið undir þá ósk.

„Það er forkastanlegt ef menn hafa verið að halda einhverju svona gagni frá þinginu,“ segir Logi Einarsson. „Það er auðvitað rétt að minna á það að kosningunum er flýtt vegna þessara mála í tengslum við Panama-skjölín. Þetta er hluti af sömu umræðu og það er algjört lykilatriði að formaður efnahags- og viðskiptanefndar boði fund strax í dag eða á morgun.“

Logi treystir sér ekki til að segja hvort efni skýrslunnar hefði haft áhrif á kosningabaráttuna. „Það er ómögulegt að segja en það er vel mögulegt.“

Katrín Jakobsdóttir fullyrðir ekki heldur um slíkt.

„En stóra málið finnst mér vera að svona gögn á auðvitað bara að birta þegar þau liggja fyrir. Ég er ekki viss um að þessi gögn hefðu haft áhrif á kosningabaráttuna, en það á ekki að hafa áhrif á það hvenær svona gögn eru birt,“ segir Katrín.



Bjarni Benediktsson fékk kynningu á skýrslu um aflandseignir Íslendinga í byrjun október. Hún var gerð opinber á föstudag. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

„Það er rosaleg skítalykt af þessu máli,“ segir Smári McCarthy.

Þingflokkur Pírata sagði í yfirlýsingu í gærkvöldi að Bjarni hefði látið persónulega og pólitíska hagsmunum sína ganga fyrir hagsmunum almennings með því að birta ekki

skýrsluna þegar hann fékk hana afhenta.

„Í ljósi þess að fjármálaráðherra er meðal þeirra Íslendinga sem átt hefur félag á aflandssvæði var hann einnig með öllu vanhæfur til að taka ákvörðun um tímasetningu birtingar

## Klúður Bjarna merki um slaka dómgreind

Sæl, ekki þarf að fjölyrða um að klúðrið í kringum birtingu á skýrslunni um aflandseyjar og skattaundanskot er afar slæmt og sýnir að nýrra vinnubragða er þörf.

Þingflokkur okkar heyrði frá BB í dag og ég hygg að miðað við hans frásögn hafi verið um að ræða klaufaskap og slaka dómgreind en ásetning um feluleik, það breytir því ekki að mín skoðun (og allra í þingflokknum) er sú að hann hefði átt að birta skýrsluna strax og hann fékk hana í hendur.

Einmitt þetta undirstrikar áherslur okkar um að hugsa hlutina upp á nýtt. Vinnubrögð af þessu tagi verður að uppræta.

Ég er formaður í Efnahags- og viðskiptanefnd og setti mig strax í morgun í samband við varaformann um að við ættum að boða til fundar í nefndinni hið

snarasta. Ég var svo líka í sambandi við Katrínu Jakobsdóttur, sem bað um fundinn, og við ræddum um mögulegan tíma og hverjir ættu að koma fyrir nefndina. Fundurinn hefur þegar verið boðaður og verður haldinn næstkomandi fimmtudag vegna þess að óskað var eftir því af einum nefndarmanni að hafður yrði góður fyrirvari að fundinum.

Skýrslan sjálf er hið þarfasta plagg og mikilvægt innlegg í umræðuna. Vegna þess að ég reikna með að fæstir séu búnir að lesa hana þá er rétt að undirstrika að hún fjallar ekki um

neina einstaklinga. Mikilvægt að láta þetta mál ekki yfir-skyggja allt okkar góða starf.

**Úr færslu Benedikts Jóhannessonar, formanns Viðreisnar, í Facebook-hópi flokksmanna.**



skýrslunnar, hvað þá að fresta henni um tæpa fjóra mánuði.“

Benedikt Jóhannesson, formaður Viðreisnar, er formaður efnahags- og viðskiptanefndar.

Benedikt upplýsti í gær í lokuðum hópi á Facebook sem trúnaðarmenn

Viðreisnar hafa aðgang að hann hefði rætt málið við Bjarna og af því samtali megi ráða að um hafi verið að ræða frekar „klaufaskap og lélega dómgreind en ásetning um feluleik“, eins og Benedikt segir í færslu sem lesa má hér að ofan. [jonhakon@frettabladid.is](mailto:jonhakon@frettabladid.is)

# NICOTINELL

Gildir af öllu lyfjatyggigúmmí, öllum styrkleikum og pakkningarstærðum.

**15% AFSLÁTTUR**





Nýr 2wd

# Hyundai Tucson.

Framhjóladrifinn, sjálfskiptur, dísil.  
Verð aðeins 4.690.000 kr.



## SPENNANDI JANÚARTILBOÐ FYLGJA NÝJUM HYUNDAI:

- **100.000 kr. gjafakort**  
Þeir sem kaupa nýjan Hyundai í janúar fá í kaupbæti 100.000 kr. gjafakort frá Íslandsbanka.\*\*
- **Ábyrgðarskoðun innifalin í 3 ár**  
Reglubundnar ábyrgðarskoðanir til þriggja ára fylgja öllum nýjum bílum í janúar\*\*
- **Janúarhappdrætti**  
Allir viðskiptavinir sem kaupa nýjan bíl í janúar verða sjálfkrafa þátttakendur í janúarhappdrætti okkar.

\*\*Janúartilboðin gilda ekki með öðrum afsláttum eða tilboðum.

Nýr Hyundai Tucson er einstaklega fallegur, með sjálfskiptingu, framhjóladrifinn eða fjórhjóladrifinn með sparneytna bensín- eða dísilvél. Komdu og upplifðu gæði Hyundai í reynsluakstri á nýjum Hyundai TUCSON með fimm ára ábyrgð. Hyundai Tucson - verð frá 3.890.000 kr.

Hyundai | Kaupþúni 1 | Sími 575 1200 | [www.hyundai.is](http://www.hyundai.is)

|   |   |  |  |   |  |
|---|---|--|--|---|--|
| GE bílar<br>Reykjanesbæ<br><a href="http://www.gebilar.is">www.gebilar.is</a><br>420 0400 | Bílasalan Bílás<br>Akranesi<br><a href="http://www.bilas.is">www.bilas.is</a><br>431 2622 | Bílasala Akureyrar<br>Akureyri<br><a href="http://www.bilak.is">www.bilak.is</a><br>461 2533 | Bílaverkstæði Austurlands<br>Egilsstöðum<br><a href="http://www.bva.is">www.bva.is</a><br>470 5070 | IB ehf.<br>Selfossi<br><a href="http://www.ib.is">www.ib.is</a><br>480 8080 | BL söluumboð<br>Vestmannaeyjum<br>481 1313<br>862 2516 |
|---|---|--|--|---|--|

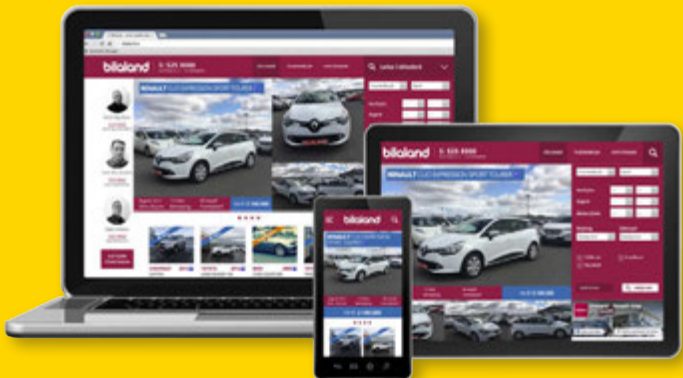
Hyundai Tucson 2wd / Dísilvél 1,7 lítrar, 141 hestöfl, eldsneytisnotkun 4,9 l/100 km\* / Bensínvél 1,6 lítrar, 175 hestöfl, eldsneytisnotkun 7,9 l/100 km\*. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur.





# ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

BÍLALAND BÝÐUR BÍLA Á FRÁBÆRUM  
KJÖRUM! KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU  
ÞÉR GÓÐAN BÍL FRÁ BÍLALANDI



[www.bilaland.is](http://www.bilaland.is)



Rnr. 121164

HYUNDAI Santa Fe III Style.  
Nýskr. 01/15, ekinn 52 þ.km,  
dísil, sjálfskiptur.

**VERÐ 5.990 þús. kr.**

Staðsetning: Hyundai, Kaupþúni 1



Rnr. 283876

SUBARU Outback LUX.  
Nýskr. 08/14, ekinn 34 þ.km,  
bensín, sjálfskiptur.

**VERÐ 4.580 þús. kr.**

Staðsetning: Klettháls 11



Rnr. 143833

NISSAN Leaf Acenta 24kw.  
Nýskr. 03/15, ekinn 42 þ.km,  
rafmagn, sjálfskiptur.

**VERÐ 2.890 þús. kr.**

Staðsetning: Klettháls 11



Rnr. 370293

RENAULT Clio Sport Tourer.  
Nýskr. 02/15, ekinn 46 þ.km,  
dísil, sjálfskiptur.

**VERÐ 2.340 þús. kr.**

Staðsetning: Klettháls 11



Rnr. 283992

NISSAN Note Acenta Plus.  
Nýskr. 10/14, ekinn 24 þ.km,  
bensín, sjálfskiptur.

**VERÐ 2.480 þús. kr.**

Staðsetning: Klettháls 11



Rnr. 192302

HYUNDAI i30 Classic.  
Nýskr. 04/15, ekinn 43 þ.km,  
bensín, beinskíptur.

**VERÐ 2.290 þús. kr.**

Staðsetning: Hyundai, Kaupþúni 1

# bilaland

Opíð frá kl. 9–18 og á laugardögum frá kl. 12–16.

Klettháls 11 - 110 Reykjavík og  
Hyundai notaðir bílar - Kaupþúni 1 - 210 Garðabæ  
Sími: 525 8000 - [bilaland@bilaland.is](mailto:bilaland@bilaland.is)



[www.facebook.com/bilaland.is](http://www.facebook.com/bilaland.is)

## Komnar í fullorðinna kvenna tölu



Annar mánudag í janúar ár hvert er í Japan dagur þeirra sem náð hafa tvitugsaldri undanfarið ár, en þá teljast Japanar komnir í fullorðinna manna tölu. Þessar ungu konur klæddu sig í litrika kímónóa í tilefni dagsins í gær, nýkomnar af hátíðlegri athöfn í Toshimaen-skemmtigarðinum í Tókýó. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

## Nýjum öryrkjum fjölgaði um 22 prósent

Um 22 prósent aukning varð í nýgengi örorukumats á síðasta ári. Aðstoðarframkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins segir stöðuna alvarlega. Litill hvati fyrir konur hvað tekjur varðar að fara aftur á vinnumarkaðinn.

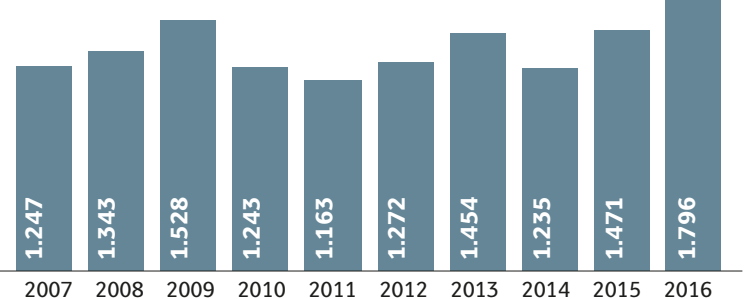
**HEILBRIGÐISMÁL** „Tölurnar tala sínu máli. Þrátt fyrir það mikla og góða starf sem við höfum verið að vinna hjá VIRK við að aðstoða fólk sem lendir í vanda, og við höfum náð miklum árangri, þá heldur samt þessi þungi straumur áfram sem hefur verið undanfarið áratug. Og þetta er algjörlega óviðunandi staða,“ segir Hannes G. Sigurðsson, aðstoðarframkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins og stjórnarformaður VIRK.

Á síðasta ári fengu 1.796 einstaklingar úrskurð um 75 prósent örorukumat. Það er 22 prósentum fleiri en árið á undan og var jafn mikil fjölgun á meðal karla og kvenna. Aukning í nýgengi örorukumats var 19 prósent árið 2015, um 23 prósent á meðal kvenna og 14 prósent hjá körlum. Sé litið til síðustu tíu ára voru 44 prósent fleiri nýir öryrkjar árið 2016 en árið 2007.

Aukning í nýgengi örorukumats hjá konum á aldrinum 20-39 var um 60 prósent í fyrra en um 12 prósent hjá konum á aldrinum 40-64 ára. Þessu er öfugt farið meðal karla. Þar er aukning í aldurshópnum 20-39 ára um 19 prósent en 28 prósent í aldurshópnum 40-64 ára.

Hannes segir það alvarlegt að svona margir einstaklingar hverfi vanalega af vinnumarkaði vegna vandamála sem ættu í mörgum tilvikum að vera meðhöndlanleg.

### Fjölgun fólks með 75% örorukumat



Það er alls ekki rétt nálgun að þessum vanda að vera með þessa áherslu á vangetuna frekar en getuna.

Hannes Sigurðsson, aðstoðarframkvæmdastjóri SA og stjórnarformaður VIRK



„Sem er þá yfirleitt stoðkerfisvandi eða einhvers konar geðrænn vandi,“ segir hann

Í gögnum frá VIRK kemur fram að ýmsar kerfislegar ástæður leiði til þess að konur fari frekar á endur-

hæfingarlífeyri eða örorukulífeyri eftir að hafa verið hjá VIRK. Það skýrist meðal annars af greiðslu skattfrjáls ótekjutengds barnalífeyris, sem verður til þess að litill tekjulegur hvati er fyrir konur að fara í vinnu. Sérstaklega ef konurnar eiga börn.

Hannes segir mikilvægt að breyta örorukumati þannig að horft sé á starfsgetu einstaklings í stað þess að horfa á skort á getu hvers einstaklings til að starfa. Umræða um slíkar breytingar hafi staðið yfir frá árinu 2007, en ekki enn ratað í lög.

„Það er alls ekki rétt nálgun að þessum vanda að vera með þessa áherslu á vangetuna frekar en getuna. Það á að beina sjónum að því hvað fólk getur og efla styrkleika þess,“ segir Hannes.

[jonhakon@frettabladid.is](mailto:jonhakon@frettabladid.is)



Stóri  
dagurinn

# MILLJARÐAR GREIDDIR ÚT 2017

DRÖGUM KL. 18.00 Í DAG - VERTU MEÐ OG TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á HHI.IS

2016 gekk eins og í sögu. **1,3 milljarðar** króna fóru til yfir **39 þúsund** vinningshafa. Ekkert happdrætti á Íslandi greiðir hlutfallslega meira út í vinninga.

Nýtt ævintýrlegt ár er framundan. Þátttaka þín styður við menntun í landinu.



**HAPDRÆTTI  
HÁSKÓLA ÍSLANDS**

Vænlegast til vinnings



# Greiða hálfan milljarð vegna verkfalls

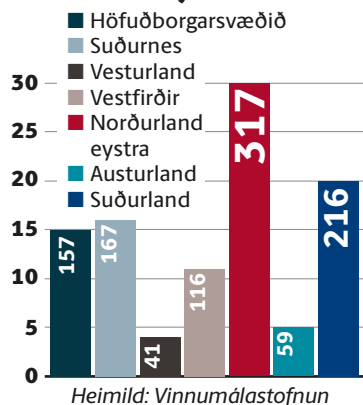
Atvinnuleysistryggingasjóður áætlað að greiða hálfan milljarð króna í janúar vegna verkfalls sjómanna. Ellefu hundruð starfsmönnum í fiskvinnslu hefur verið sagt upp. Markaðir erlendis eru sagðir vera í hættu. Nýr fundur boðaður í deilunni hjá ríkissáttasemjara í dag.

**VINNUMARKAÐUR** Alls hafa 36 fyrirtæki í fiskvinnslu sagt upp fleiri en einum starfsmanni vegna vinnslustöðvunar á fiski sökum verkfalls sjómanna sem staðið hefur yfir síðan 14. desember síðastliðinn. Vinnuálastofnun gerir ráð fyrir að um hálfum milljarði verði varið úr atvinnuleysistryggingasjóði í janúarmánuði einum vegna verkfalls sjómanna.

Sjómannaverkfallið hefur að sögn Samtaka fyrirtækja í sjávarútvegi haft skaðleg áhrif á markaði erlendis og eru margir hverjir í hættu vegna verkfallsins og útflutningstekjur hafa dregist saman.

Um 1.100 manns hefur verið sagt upp í fiskvinnslum landsins og eru flest störfin á Norðurlandi eystra. Allt að því jafnmörgum starfsmönnum hefur verið sagt upp á höfuðborgarsvæðinu og á Suðurnesjunum samanlagt og á Norðurlandi

## Atvinnulausir vegna verkfalls sjómanna



eystra. Á Vestfjörðum hafa á annað hundrað misst vinnuna vegna verkfalls sjómanna sem verður að teljast mjög stórt hlutfall starfandi einstaklinga á Vestfjörðum.



Sjómenn hafa ítrekað hafnað nýjum kjarasamningi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sjómenn boðuðu til mótmæla fyrir utan Karphúsið í gær er fundur í deilunni fór fram. Bryndís Hlökkversdóttir ríkissáttasemjari segir það fagnaðarefni að menn skuli enn tala

saman en þó beri enn mikið í milli. Boðað var til annars fundar í dag og mun því samtalið halda áfram.

Einnig verður að taka fram að fiskvinnslur geta haldið fólki enn

við störf þó hráefnisskortur sé viðvarandi en kostnaður við laun starfsmanna er greiddur úr atvinnuleysistryggingasjóði á grundvelli laga. Fyrirtæki sækja þá um styrk eftir á fyrir launum starfsmanna sinna. Vitað er að bæði HB Grandi og Sildarvinnslan í Neskaupstað munu fara þá leiðina og því eru tölur um atvinnuleysi í fiskvinnslu frekar van- en ofáætlaðar.

Samherji er það fyrirtæki sem sagt hefur upp flestum starfsmönnum, eða um 200 bæði hjá Samherja og ÚA, en Samherji tók yfir þá landvinnslu árið 2011.

Athygli vekur að rúmur helmingur þeirra sem sagt hefur verið upp vegna verkfalls sjómanna eru erlendir ríkisborgarar. Þar eru Pólverjar í miklum meirihluta, eða tæplega fjórir af hverjum tíu þeirra sem sagt hefur verið upp. [sveinn@frettabladid.is](mailto:sveinn@frettabladid.is)

## Opinber innkaup - getum við gert betur?

Opinn fundur Samtaka iðnaðarins fimmtudaginn 12. janúar kl. 8.30–10.30 á Grand Hótel Reykjavík

### Dagskrá



**Arnhild Gjønnes**, lögmaður hjá NHO og sérfræðingur á sviði opinberra innkaupa  
*Public procurement and the way forward*



**Dagmar Sigurðardóttir**, yfirlögfræðingur Ríkiskaupa  
*Kröfur opinberra aðila til fyrirtækja í útboðum – ýmis álitæfni*



**Ragnheiður H. Magnúsdóttir**, stjórnarformaður Samtaka upplýsingatæknifyrirtækja  
*Mun næsta tæknibylting hafa áhrif á opinber innkaup?*



**Theódóra Þorsteinsdóttir**, þingmaður Bjartrar framtíðar og formaður bæjarráðs Kópavogs  
*Opinber innkaup eiga að vera stjórnæki – til að ná fram hagkvæmari rekstri, trausti og bættri hegðun*



Fundarstjóri er **Ásdís Kristjánsdóttir**, forstöðumaður efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins

Boðið verður upp á léttan morgunverð frá kl. 8.  
Skráning á [www.si.is](http://www.si.is)

**SI** Samtök iðnaðarins



Töluvert hefur snjóað í Istanbul í Tyrklandi með frosti undanfarið. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

## Flóttafólk í vanda vegna kulda í Suðaustur-Evrópu

**GRIKKLAND** Miklir kuldar með snjókomu hafa hrjáð íbúa í suðaustanverðri Evrópu undanfarið. Tugir hafa látið lífið.

Flóttafólk á grísku eyjunum við Tyrkland hefur átt erfitt í kulgunum, enda hefst það við í flóttamannabúðum þar sem húsnæðið er einungis hugsað til bráðabirgða.

Svipaða sögu er að segja af flóttafólki víðar á Grikklandi, í Ungverjalandi, Serbíu og Búlgaríu.

Mannréttindasamtökin Human Rights Watch segja stjórnvöld í þessum ríkjum engan veginn

standa í stykkinu. Sama megi segja um Evrópusambandið, sem ásamt stjórnvöldum ríkjanna ber ábyrgð á því að aðstæður flóttafólksins séu sómasamlegar.

Í Grikklandi var í gær spáð enn harðnandi frosti, allt niður í sextán stiga frost.

Gríska dagblaðið Kathimerini skýrir frá því á fréttavef sínum að vatnsskortur hrjái einnig mörg heimili í Þessalóníku vegna frostskemmda á vatnsrörum. Þá hafi flestir skólar á þeim slóðum verið lokaðir vegna veðurs í gær. –gb



T1 og I.D. Buzz sem mun verða sjálfstýrður rafmagnsbíll. MYND/VOLKSWAGEN

## Sjálfkeyrandi rúgbrauð

**TÆKNI** Bílarisinn Volkswagen kynnti hönnun nýrrar útgáfu rúgbrauðsins viðfræga á bilasýningunni North American International Auto Show í gær. Volkswagen T1, rúgbrauðið svokallaða, er sendiferðabíll sem gerði garðinn frægan á sjötta og sjöunda áratug síðustu aldar.

Nýja útgáfan kallast I.D. Buzz og er nútímalegri uppfærsla. Ef bíllinn verður framleiddur mun hann ganga fyrir rafmagni og verða sjálfstýrður.

Bíllinn á að komast um 435 kílómetra á fullri hleðslu. Þá verða framsetin þannig útbúin að þegar bíllinn styðst við sjálfstýringu sé hægt að snúa þeim aftur á við svo farþegarnir geti setið augliti til auglitis.

I.D. Buzz er enn á hugmyndastigi svo ekki er víst hvort hann verði nokkurn tímann framleiddur. Hins vegar hefur Volkswagen heitið því að selja milljón mismunandi rafbílra árlaga þar til 2025. Því gætu áform um nýtt rúgbrauð orðið að veruleika. –þea



# SKIPULAGIÐ FRELSAR!



**Esselte**  
Bréfabindi A4 75mm  
**TILBOÐSVERÐ: 769.-**  
Verð áður: 1.099.-

**36%**  
afsláttur



Fjölnotapappír Pennans  
A4 80 gr. (500 bl.)  
**TILBOÐSVERÐ: 599.-**  
Verð áður: 938.-

**30%**  
afsláttur



**25%**  
afsláttur

**Esselte**  
Millispjöld í möppur  
**TILBOÐSVERÐ FRÁ: 239.-**  
Verð áður frá: 319.-



**40%**  
afsláttur

**Pentel** Kúlugelpenni EnerGel  
**TILBOÐSVERÐ: 353.-**  
Verð áður: 589.-



**40%**  
afsláttur

Áherslupenni mjór  
**TILBOÐSVERÐ: 227.-**  
Verð áður: 379.-



**40%**  
afsláttur

Kassi af kúlupennum  
Kachiri 30 stk.  
**TILBOÐSVERÐ: 2.682.-**  
Verð áður: 4.470.-



Kúlupenni Kachiri  
**TILBOÐSVERÐ: 89.-**  
Verð áður: 149.-

Austurstræti 18  
Skólavörðustíg 11  
Laugavegi 77  
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd  
Kringlunni norður  
Kringlunni suður  
Smáralind

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

Ísafirði - Hafnarstræti 2  
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2  
Húsavík - Garðarsbraut 9

**PENNINN** Eymundsson  
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Tilboð gilda í janúar 2017, eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



## Reikna með meira smygli á sænsku munntóbaki

**SAMFÉLAG** Tolleyfirvöld munu verða með sérstaka athugun á farþegum sem koma frá Svíþjóð næstu misserin en búast má við smygilbylgju af sænsku neftóbaki til landsins í kjölfar 60 prósentu hækkunar á íslensku neftóbaki. Eftir hækkunina kostar ein neftóbaksdós út úr búð í kringum 3.000 krónur.

Kári Gunnlaugsson yfirtollvörður segir að tollurinn sé alltaf með virkt eftirlit gegn smygli á sænsku munntóbaki og oft taki þeir dósir af farþegum. „Það er eins með tóbakið og annað, þegar verðið fer upp þá fer fólk að kíkja í kringum sig. Þetta er eitthvað sem er á okkar borðum og það er virk athugun í gangi. Hvernig hún er get ég að sjálfsögðu ekki gefið upp.“

Kári segir að tollurinn leggi yfirleitt hald á frekar smáar sendingar til landsins sem séu faldar í töskum farþega. Yfirleitt séu það 10-30 dósir. „Við höfum ekki náð miklu af stórum sendingum. Þær koma yfirleitt í gegnum skipin.“

Ólafur William Hand, upplýsingafulltrúi Eimskips, segir að



Um 32 tonn enduðu undir vörinni hjá ungum karlmönnum á síðasta ári. FRÉTTABLAÐID/GVA



Kári Gunnlaugsson yfirtollvörður

starfsmenn félagsins líti lögum landsins og smygl sé ólöglegt. Verði starfsmaður uppvís að slíku sé honum sagt upp. Slíkt hafi gerst áður og vinni Eimskip náði með tolleyfirvöldum. – bb



Donald Trump tekur í höndina á Jeff Sessions, sem á að verða dómsmálaráðherra í næstu ríkisstjórn Bandaríkjanna. NORDICPHOTOS/AFP

# Væntanlegir ráðherrar spurðir spjörunum úr

Bandarískir þingmenn hefjast handa við að kanna hæfni ráðherraefna Donalds Trump. Dómsmálaráðherraefnið verður vísast spurt út í kynþáttafordóma og utanríkisráðherraefnið spurt út í nán tengsl sín við rússneska ráðamenn.

**BANDARÍKIN** Öldungadeild Bandaríkjapings ætlar að hefjast handa í dag við að yfirheyrja væntanlega ráðherra í ríkisstjórn Donalds Trump.

Repúblikanar hafa lagt mikla áherslu á að hraða yfirheyrslunum, enda þótt síðaskrifstofa þingsins og margir Demókratar leggi áherslu á að fyrst verði þeir að leggja fram hagsmunaskrá sína, eins og reglur kveða á um.

Til stendur að byrja á John F. Kelly sem á að verða heimavarnaráðherra og Jeff Sessions sem Trump ætlar að gera að varnarmálaráðherra.

Sessions verður vafalítið spurður út í ummæli sín frá fyrri tíð, sem þóttu bera svo sterkan kem af kynþáttafordómum að árið 1986 þótti hann óhæfur til að gegna embætti dómara.

Einna alræmdust urðu þar ummæli frá árinu 1983 þegar hann vann að rannsókn á morði Ku Klux

» 20. janúar tekur Donald Trump formlega við forsetaembætti Bandaríkjanna af Barack Obama.

Klan manna á þeldökkum unglingspilti. Sessions sagðist þá hafa borið virðingu fyrir liðsmönnum Ku Klux Klan, en sú virðing hafi dvínað mjög þegar hann frétti að morðingjarnir hefðu verið að reykja hass.

Á morgun verður svo haldið áfram að yfirheyrja ráðherraefnin, meðal annars Rex W. Tillerson sem Trump vill að verði utanríkisráðherra ríkisstjórnar sinnar.

Fastlega er búist við að Tillerson, sem hefur stjórnað olíufyrirtækinu Exxon Mobil, verði spurður ítarlega út í býsna nán tengsl sín við rússneska ráðamenn, þar á meðal Vladimir Pútín forseta.

Pútín hefur ekki farið dult með

ánægju sína með að Trump verði forseti Bandaríkjanna.

Dmitrí Peskov, talsmaður Pútíns, sagðist hins vegar í gær vera búinn að fá meira en nóg af ásökunum um að Pútín hafi fengið leyniþjónustumenn sína til þess að brjótast inn í tölvur bandaríska Demókrataflokkssins til að hafa áhrif á forsetakosningarnar þar í nóvember.

Peskov sagði ásakanirnar vera ófagmannlegar og minna sig helst á nornaveiðar.

Trump hefur sjálfur sagt umræðuna um tengsl sín við Rússa vera nornaveiðar, en á sunnudaginn fullyrti Reince Priebus, væntanlegur starfsmannastjóri Hvíta hússins, að Trump hafi alls ekki neitað því að Rússar standi á bak við innbrotin í tölvukerfi Demókrata. Rússar hafi hins vegar stundað slík afskipti árum saman. Það hafi auk þess ekki haft nein bein áhrif á kosningaúrslitin. [gudsteinn@frettabladid.is](mailto:gudsteinn@frettabladid.is)

## Síður þunglynd á vináttubekk

**SIMBABVE** Fjórði hver sjúklingur innan heilbrigðiskerfisins í Simbabwe í Afríku glímur við andleg veikindi. Íbúarnir í landinu er 15 milljónir en þar starfa aðeins tíu geðlæknar og fimmtán sálfræðingar.

Ákveðið var að bjóða sjúklingum að setjast á bekk fyrir utan heilsugæslustöð til að ræða þar um vandamál sín við konur, sem eru þjáfaðar í samtölum og kallaðar ómmur.

Jafnstór hópur fékk hefðbundna meðferð en alls voru sjúklingarnir, sem flestir voru konur, 573 frá 24 stöðvum.

Eftir hálf ár voru sjúklingarnir sem settust á samtalsbekk, svokallaðan vináttubekk, með miklu færri einkenni en þeir sem fengu hefðbundna meðferð. Nær 30 þúsund hafa nú notið góðs af bekkjunum. [Forskning.no](http://Forskning.no) greinir frá. – ibs

# ALLT FYRIR HEIMILIÐ



Síðumúla 30 - Reykjavík  
Hofsbot 4 - Akureyri

**Vogue**  
FYRIR HEIMILIÐ

## Ætlar yfir Vatnajökul og verja ári á rekis

**NÁTTÚRA** Ítalski ævintýramaðurinn Alex Bellini hyggst vorið 2018 taka sér bólfestu í björgunaryhilli sem verður komið fyrir í rekis úr jöklum Grænlands – en áður en til þess kemur ætlar hann í þessum mánuði að ganga einn hins liðs yfir Vatnajökul á skíðum.

Alex verður gestur Orkustofnunar á fimmtudaginn þar sem hann heldur erindi á málstofu um áhrif loftlagsbreytinga á jökla, en hann er væntanlegur til landsins til undirbúnings fyrir ferð sína yfir jökulinn.

Jónas Ketilsson, yfirverkefnastjóri og staðgengill orkumálastjóra, segir tilgang ferðarinnar vera að vekja mannkyn til umhugsunar um áhrif loftlagsbreytinga og bráðnun jökla. Björgunaryhillkið, sem er mikil völuundarsmið, er hannað til að standa af sér náttúruhamfarir og þá sérstaklega flóðbylgjur. Alex stefnir á að halda á Vatnajökul 20. janúar en verður við æfingar í Landsveit fram til þess tíma, en „helsta aðferð hans við undirbúninginn er að draga tvö jeppadekk á eftir sér í snjóleysinu.“ segir Jónas.

Alex þessi hefur vakið alþjóðlega athygli fyrir ævintýralegar tilraunir sínar, og ekki síst þegar hann gerði tilraun til að róa á sérstaklega útbúnum kajak frá Perú til Ástralíu – eða



Alex mun halda erindi á málstofu Orkustofnunar á fimmtudag sem er ein af nokkrum sem haldnar verða í tilefni af 50 ára afmæli stofnunarinnar.

18.000 kílómetra leið yfir Kyrrahafið. Þá var hann 295 daga í hafi áður en hann órmagnaðist, órstuttu áður en hann náði takmarki sínu. Þá hefur hann hlaupið þvert yfir Bandaríkin, einn hins liðs.

Jónas segir komu ævintýramannsins til landsins víðeigandi, því ef miðað er við Parísarsamkomulagið þá er því spáð að Ísland verði jökullaut á næstu 150-200 árum. Nokkrir jöklar munu líklegast hverfa fyrir eins og Snæfellsjökull en búist er við því að hann hverfi á þessari öld

og jafnvel innan nokkurra áratuga.

„Hvaða efnahags- og samfélagslegu áhrif verða fyrir ísbjöldina að hér sé enginn jökull skal ósagt látið. Þetta ætti að vekja fólk til umhugsunar um hvað það geti lagt af mörkum til að draga úr hlýnun jarðar. Fari hlýnun umfram Parísarsamkomulagið geta afleiðingarnar orðið allt aðrar sem erfitt er að spá fyrir um,“ segir Jónas og bætir við að jafnvel geti það gert Ísland óbyggilegt ef veðurkerfi jarðarinnar breytast verulega. [svavar@frettabladid.is](mailto:svavar@frettabladid.is)

## AUKIN ÞJÓNUSTA VIÐ EIGENDUR VW

- Bílson er sérhæft og vottað þjónustuverkstæði sem uppfyllir allar ströngustu kröfur Volkswagen.
- Fullkomin forgreiningarstöð þar sem greina má flest allt um ástand bílsins og gæði.



Volkswagen

Við leitumst við að vera samstíga því besta í Evrópu. Komið, sjáið og sannfærst.

**Bilson**  
-VERKSTÆÐI-

Kletthálsi 9 • Sími 568 1090

Kletthálsi 9 • 110 Reykjavík • Sími 568 1090 • [bilson@bilson.is](mailto:bilson@bilson.is) • [bilson.is](http://bilson.is)



# WINTER PROOF



**JEEP RENEGADE**  
Verð frá: 4.790.000 kr.



**JEEP GRAND CHEROKEE**  
Verð frá: 8.990.000 kr.



**JEEP CHEROKEE**  
Verð frá: 6.990.000 kr.

## Gerðu verðsamanburð!

Jeep Renegade Longitude 2.0 dísel, 140 hestöfl. Jeep Cherokee Longitude 2.2 dísel, 185 hestöfl. Jeep Grand Cherokee Laredo 3.0 dísel, 250 hestöfl. Bilar á mynd með aukabúnaði

Jeep er skrásett vörumerki Chrysler Group LLC. Finnið okkur á [facebook/jeepislandi](https://www.facebook.com/jeepislandi)

# Jeep®



# Meira um gos



Þorbjörn Þórðarson  
thorbjorn@frettabladid.is

Þegar bent er á skaðsemi sykurs í fjölmiðlum þá rísa gosdrykkjaframleiðendur upp á afturfæturna. Þeir setja sig í sóknarstillingar og baráttan fyrir þeirra hagsmunum fer í annan gír. Svona til að tryggja að þjóðin haldi nú alveg örugglega áfram að drekka sig í spik. Því þá græða þeir áfram peninga.

Það er almennt viðurkennt í samfélaginu af læknum og vísindamönnum að viðbættur sykur sé helsti orsakavaldur vaxandi offitu og áunninnar sykursýki á Vesturlöndum. Bandaríski læknirinn Robert H. Lustig, sem er sérfræðingur í offitu barna og prófessor við læknadeild University of California, heldur því fram að viðbættur sykur sé eitru (e. poison) í ljósi þess hvernig líkaminn brýtur efnið niður. Viða um heim er kerfisbundið unnið að áætlunum til að draga úr sykurneyslu í þágu lýðheilsu og til að draga úr offitu.

Þegar fjallað er um skaðsemi sykurs og sykraðra gosdrykkja setja stjórnendur íslenskra gosdrykkjaframleiðenda sig í samband við þrýstihóp sinn sem hér á landi er félagsskapur sem heitir Samtök iðnaðarins. Stjórnandi þessara samtaka er vel meinandi og góður maður. Það breytir því ekki að hans starf er að standa vörð um hagsmuni þeirra sem fjármagna þrýstihópin. Hann birti grein í þessu blaði undir fyrirsögninni: „Gosið er ekki sökudólgurinn.“ Þar segir hann að allir gosdrykkir hafi verið lagðir að jöfnu í umfjöllun fjölmiðla. Það er erfitt að glöggva sig á hvaða umfjöllun vísað er til. Þegar talað er um orsakatengsl milli offitu og gosdrykkja þá er verið að vísa til drykkja sem innihalda viðbættan sykur, ekki sætuefni. Hér er verið að tala um Coke og Pepsi en ekki Coke Zero og Pepsi Max.

Framkvæmdastjórinn nefnir í grein sinni að sykurneysla á Íslandi hafi minnkað um nær tíu kíló á mann á fimmtíu ára tímabili. „Árið 1967 var neysla sykurs á mann 51,7 kg og árið 2014 var neysla sykurs komin niður í 41,8 kg á mann. Það er öfug fylgni milli heildarneyslu sykurs á mann og aukningar á líkamsþyngd,“ segir í greininni. Hann sleppir því hins vegar að minnst á að allur samdráttur á sykurneyslu átti sér stað á undanförunum áratug en ekki jafnt og þétt yfir tímabilið frá 1967. Minni sykurneysla á síðustu árum er til komin vegna aukinnar vitundar almennings um eigið heilsufar og skaðsemi sykurs. Ísland er samt eitt fárra vestrænna ríkja þar sem verð á gosdrykkjum hefur lækkað undanfarin ár. Neysla á sykrudu gosi er enn þá mun meiri hér en annars staðar á Norðurlöndunum og hlutfall feittra er hæst á Íslandi af þessum ríkjum.

Sönnunargögn um beint orsakasamband sykurs og offitu hrannast upp. Stendur einhver í þeirri trú að Norðmenn, Finnar, Bretar og fjöldi borga og fylkja vestan hafs hafi þegar innleitt eða vilji innleiða sykurskatta að gamni sínu?

Fyrirtæki sem selja sykraða gosdrykki hagnast á því að fólk skaði sjálf sig. Það er mikilvægt að lesendur hafi það hugfast næst þegar í fjölmiðlum birtist vörn fyrir sykrað gos sem er að drepa hluta íslensku þjóðarinnar úr offitu.



Sönnunargögn um beint orsakasamband sykurs og offitu hrannast upp.

## Halldór



## Frá degi til dags

**Byrjunarörðugleikar**  
Það er óhætt að segja að það hriksti í upphafi stjórnarsamstarfs ACD ríkisstjórnarinnar. Ekki er búið að ljúka við myndun stjórnarinnar þegar Píratar eru farnir að hótta vandræustillögu og Svandís Svavarsdóttir, formaður þingflokks VG, hefur sent bréf til umboðsmanns Alþingis til að fá úr því skorið hvort Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins, hafi brotið siðareglur ráðherra. Bjarni er sakaður um að hafa setið á skýrslu um afluðseignir. Í ljósi þessa kann einhver að spyrja hvort hin nýja stjórn sé andvana fædd

**Alvöruvæntingastjórnun**  
Hins vegar hefur líka heyrst, meira í gamni en alvöru, að tilvonandi ríkisstjórn sé að setja met í væntingastjórnun. Með stjórn sem mynduð er á meðan pólitískur stormur geisar og fyrir tilstuðlan þingmanna, sem veita stuðning sinn einungis á forsendu þess að ekki sé annað og betra í boði, búið enginn við öðru en að stjórnin starfi í fáeinar vikur áður en allt springur og bogað verður til nýrra kosninga. Afrekið yrði þá þeim mun meira ef stjórnin myndi sitja út heilt kjörtímabil.

jonhakon@frettabladid.is

## Minnkum skaðann



Þórir Guðmundsson  
forstöðumaður Rauða krossins í Reykjavík

Á hverju kvöldi nema laugardaga aka þrír sjálfbodaliðar Rauða krossins í Reykjavík um götur höfuðborgarsvæðisins og bjóða upp á lífsbjargandi heilbrigðisþjónustu. Í hverri ferð er að minnsta kosti einn sjálfbodaliðinn heilbrigðismenntaður – yfirleitt hjúkrunarfræðingur eða læknir.

Allir sem vilja fá aðhlyningu sára, umbúðaskipti, blóðþrýstingsmælingu og almenna heilsufarsráðgjöf. Með því næst til folks sem veigrar sér við að leita til heilsugæslunnar eða á spítala.

Fólk sem sprautar vímuefnum í æð fær hreinar nálur og sprautur. Þetta kemur í veg fyrir smit. Það fær líka box undir óhreinar nálur, sem leiðir til þess að minna er um sprautubúnað á víðavangi.

Margir þeirra sem leita til okkar eru illa nærðir. Í bíl Rauða krossins – sem við köllum frá Ragnheiði til heiðurs Ragnheiði Guðmundsdóttur, fyrrverandi formanni Reykjavíkurdeldar – eru því orkustangir, safar og önnur næring.

Stuðningur Rauða krossins við jaðarsett fólk er veittur í anda skaðaminnkunar, sem er hugmyndafræði sem byggir á virðingu og fordómaleysi. Stöðugt fleiri sækja í þennan stuðning; heimsóknir þrefölduðust á síðasta ári miðað við árið á undan.

Fjölgun skjólstaðinga er ekki vegna þess að hópurinn hafi stækkað heldur vegna þess að traust þeirra til okkar hefur aukist. Grundvöllur trausts í garð okkar sjálfbodaliða er vilji þeirra til að hjálpa án þess um leið að dæma eða beita þrýstingi.

Á næstunni viljum við efla þetta verkefni. Áður en árið er liðið ætlum við að fjölga sjálfbodaliðum og veita þjónustuna sjö daga vikunnar.

Við ætlum að vinna með yfirvöldum til þess að geta skimað fyrir HIV og lifrabólgu C, meðhöndlað sýkingar með því að veita sýklalyf, geta brugðist við bráðatilfellum og boðið konum upp á getnaðarvarnir.

Eins og svo margt í starfi Rauða krossins byggir starfið á þeirri sannfæringu að ná þurfi til þeirra sem af einhverjum ástæðum fá ekki eða geta ekki nýtt sér opinbera þjónustu. Við finnum fyrir miklum stuðningi við skaðaminnkunarstarf okkar hjá hinu opinbera, sérstaklega í heilbrigðisráðuneytinu. Það hvetur okkur áfram.



Fjölgun skjólstaðinga er ekki vegna þess að hópurinn hafi stækkað heldur vegna þess að traust þeirra til okkar hefur aukist.

# Ef dýrin mættu velja



**gæludýr.is**  
Einfaldlega ódýrari





## Tónlist fyrir alla



**Arna Kristín Einarisdóttir**  
framkvæmdastjóri Sinfóníuhljómsveitar Íslands



**Það er skylda okkar að tryggja börnum okkar aðgengi að þeim vestræna tónlistararfi sem svo sannarlega er þeirra. Þar er grundvallaratriði að tónlistarkennurum séu tryggð sömu kjör og öðrum kennurum í landinu og tónlistarskólar geti hagað rekstri sínum þannig að kennslan nýtist öllum börnum, óháð efnahag eða aðstöðu.**

Á nýársdag sýndi RÚV beint frá árlegum Nýárstónleikum Vínarfilharmóníunnar. Stjórnandi tónleikanna var Gustavo Dudamel frá Venesúela. Hann hefur gegnt stöðu aðalhljómsveitarstjóra Los Angeles filharmóníunnar í 8 ár. Áður var hann aðalhljómsveitarstjóri Gautaborgarsinfóníunnar og stjórnaði eftirminnilegum tónleikum hennar í Hörpu árið 2011.

Gustavo Dudamel, sem er ofurstjarna í hinum klassíska tónlistarheimi, heldur því stöðugt fram að það séu mannréttindi að fá að læra og kynna tónlist. Þetta er í raun grunnhugmyndafræði ungsveita El Sistema, sem eiga sér um 40 ára sögu. Þar hlaut Dudamel sína tónlistarmenntun. Upphafsmáður og hugmyndasmiður El Sistema er hagfræðingurinn og tónlistarmaðurinn Jose Abreu. Hann er nálægt því að vera í guða tölu hjá hundruðum þúsunda barna í Venesúela og víðar um heiminn. Barna sem hlotið hafa tónlistarmenntun sem byggir á gleðinni að leika saman í hljómsveit. Þau hafa kynnst tónlist án þess að þurfa að greiða skólalagöld.

Manni gæti þótt Dudamel taka ansi stórt upp í sig. Sérstaklega þegar litið er til þess að í Venesúela hefur undanfarið ríkt slík ógnarkreppa að þar hefur þurft að skammta rafmagn. Höfuðborgin Caracas er því hálfmyrkvuð. En Dudamel berst gegn menningarmyrkri. Hann veit að tónlist er ljós í slíku myrkri og að klassísk tónlist er hluti af menningararfi heimsins sem allir eiga að hafa aðgang að hvar í heimi sem þeir eru, hvort sem þeir eru fátækir eða ríkir.

Það er hverjum manni ljóst að til að geta notið bóka þarf að læra að lesa. Það sama á við tónlist og annað menningarlesi. Til þess að geta metið það til fulls þurfum við að fá að tileinka okkur það og upplifa á eigin skinni.

Ísland er stundum dálítið langt frá umheiminum. Það getur haft sína kosti og galla. Það getur t.d. komið sér vel að standa fyrir utan heiminn þegar heimsstyrjaldir geisa. Þannig gekk það fyrir sig í síðustu heimsstyrjöldinni. Þegar heiminum blæddi fór okkur að vegna betur. Við náðum að tækni-væða fiskveiðarnar og okkur tókst að snúa okkur undan danskrí stjórni og öðlast sjálfstæði.

Í árdaga lýðveldisins, árið 1950, var Þjóðleikhúsið opnað og Sinfóníuhljómsveit Íslands stofnuð. Þá bjuggu aðeins 50.000 manns í Reykjavík. Af hverju voru menn og konur að standa í þessu fyrir

svona örfáar hræður? Jú – til að færa Ísland nær umheiminum. Til að tryggja aðgengi að þeim menningararfi sem við deilum með heiminum, gefa okkur hlutdeild í honum og gera okkur þannig að heimsborgurum.

### Þröngur stakkur sniðinn

Síðustu misseri hafa tónlistarkennarar verið sammingslausir. Þeir berjast fyrir leiðréttingu launa sinna þannig að þau séu sambærileg við laun annarra kennara. Tónlistarskólum hefur sömuleiðis verið þröngur stakkur sniðinn og ljóst að þróun tónlistarkennslu á Íslandi hefur gert það að verkum að það er að miklu leyti komið undir efnahag og aðstöðum foreldra hvort börn fá tækifæri til að læra á hljóðfæri, nokkuð sem Gustavo Dudamel lítur á sem mannréttindi.

Sinfóníuhljómsveit Íslands byggir á tónlistarmenntun landans. Ekki bara hvað varðar hljóðfæraleikara uppi á sviði sem starfa við stöðugt harðari alþjóðlega samkeppni, heldur ekki síður áheyrundur úti í sal. Þeir sem kunna að spila fótbolta hafa meira gaman af því að horfa á fótbolta en þeir sem aldrei hafa sparkað í bolta. Það sama gildir um tónlistina. Að vera læs á tónlist opnar okkur stórkostlegan heim. Heim sem við eigum öll rétt á að vera hluti af, hvort sem við erum fædd á eyju í Norður-Atlantshafi eða í fátækrahverfum Caracas. Heim sem geymir einhver stórkostlegustu listaverk mannsandans á borð við 9. sífóníu Beethovens með Óðinn til gleðinnar innanborðs. Tónlist sem þekkir engin landamæri og virðir enga múra en hefur mátt til að sameina og skapa samhljóm.

Það er skylda okkar að tryggja börnum okkar aðgengi að þeim vestræna tónlistararfi sem svo sannarlega er þeirra. Þar er grundvallaratriði að tónlistarkennurum séu tryggð sömu kjör og öðrum kennurum í landinu og tónlistarskólar geti hagað rekstri sínum þannig að kennslan nýtist öllum börnum, óháð efnahag eða aðstöðu.

## Er íslenska óþörf?



**Linda Markúsdóttir**  
íslensku- og talmeinafræðingur

Ég lifi og hrærist í vernduðu málaumhverfi. Fólkið sem ég umgengst hefur að miklu leyti sömu lífssýn, sömu gildi og sömu skoðun á mikilvægi íslenskrar tungu og ég sjálf. Nýlega steig ég út úr þessu verndaða umhverfi og sótti námskeið ásamt fólki alls staðar að úr atvinnulífinu. Þar heyrði ég álangdar í jakkafataklæddum menntamanni sem var á að giska á milli fertugs og fimmtugs. Hann hélt því blákalt fram að íslenska sem tungumál væri óþörf og í tæknigeiranum væri hún hreinlega fyrir. Hann klykkta að lokum út með setningu sem er nú brennimerkt í huga mér: „Við hættum ekkert að vera Íslendingar þótt við tölum ekki íslensku.“

Hvenær hættum við þá að vera Íslendingar? Þegar við hættum að eyða um efni fram? Þegar við hættum að standa í ógnarlöngum röðum eftir hillum, vösum og kleinhringjum?

Trúid mér, ég hef reynt en fæ ekki skilið að nokkur maður geti verið á þessari skoðun. Skilgreinum við ekki þjóðerni okkar út frá ætterni, sögu og tungumálinu? Við erum agnarsmá þjóð, einn óstöndugur strákofi í alheimsporpinu og ef tungumálið er tekið af okkur verður þess ekki langt að biða að enskumælandi menningarheimur kogleypi okkur.

Viðhorf mannsins sem ég lýsi hér að ofan er sérstaklega hættulegt í ljósi þeirrar stöðu sem komin er upp í íslensku samfélagi. Sambland af raddstýrdum tækninýjungum, auknu aðgengi barna og unglinga að ýmiss konar nettengdum tækjum og vaxandi straumur erlendra ferðamanna hingað til lands setur íslenskuna í raunverulega og óumdeilanlega hættu. Erlendir ferðamenn eru þjóðarbúinu nauðsyn-

legir og ég geri mér grein fyrir því að ekki sé gerlegt að brenna Internetið á báli og snúa aftur til tíma húslestra og munnmælasagna. En hvað er þá til ráða?

**1.** Styðja við íslenska máltækni með ráðum og dáð en máltækni má skilgreina sem *hvers kyns samvinnu tungumáls og tölvutækni sem hefur einhvern gagnýtan tilgang*. Líkt og ég og margir aðrir hafa komið inn á áður mun íslenskan ekki lifa það af ef ekki verður hægt að nota hana til raddstýringar. Ágæti, verðandi fjármálaráðherra (sem ég geri eðlilega ráð fyrir því að lesi þennan pistil af mikilli athygli): Hér þarf peninga og nóg af þeim. Með því að styðja við bakið á íslenskri máltækni og ljúka við byggingu húss íslenskra fræða gefa stjórnvöld það út að menning okkar og tungumál skipti máli og séu þess verð að fjárfesta í.

**2.** Erlendir ferðamenn skilja ekki íslensku og því verður að koma til móts við þá. Það má þó ekki gleyma þeim rétti fólks til að geta notað móðurmál sitt á öllum stigum þjóðfélagsins. Matseðlar, skilti og vefsíður allra íslenskra fyrirtækja ættu því undantekningalaust að vera á bæði íslensku og ensku. Jafnframt er það óhæft að ekki sé hægt að fá þjónustu á vissum stöðum innan þjónustugeirans hér á Íslandi nema á ensku og á því þarf að ráða bót.

**3.** Leggja áherslu á vandaðar og góðar þýðingar. Netflix, YouTube og erlendir tölvuleikir eru meðal þess sem ekki verður ráðið við en það er ýmislegt annað til sem má þýða og hefur verið gert í gegnum tíðina með miklum ágætum.

**4.** Tala við börnin okkar, lesa fyrir þau og gera eins og við getum til að þau heyri og sjái mikið af vandaðri íslensku. Jafnframt þarf að styðja við þau börn sem af ýmsum ástæðum fá ekki ákjósanlegt málaupplétt, bæta íslenskukennslu og auðvelda aðgengi að talmeinafræðingum og öðrum sérfræðingum máls og læsis. Þessi fyrirnefndu börn ættu að fá sérstakt utanumhald, málörvunarahópar ættu að vera starfræktir á öllum



**Nýlega steig ég út úr þessu verndaða umhverfi og sótti námskeið ásamt fólki alls staðar að úr atvinnulífinu. Þar heyrði ég álangdar í jakkafataklæddum menntamanni sem var á að giska á milli fertugs og fimmtugs. Hann hélt því blákalt fram að íslenska sem tungumál væri óþörf og í tæknigeiranum væri hún hreinlega fyrir.**

skólastigum og stofna ætti sérstaka samræðuhópa fyrir þau börn sem af einhverjum ástæðum eru í hættu á að einangrast.

**5.** Til eru snjalltæki sem skilja íslensku og eru með íslenskan hugbúnað. Því væri mikið heillaskref að skipta vörum frá Apple (spjaldtölvum og sínum til dæmis) út fyrir tæki með annað stýrikerfi. Mörgum finnst ýmist óþægilegt eða asnalegt að hafa nettengdu tækin sín á íslensku en það er einkum vegna þess að þeir hafa vanið sig á enskuna og kannast jafnvel ekki við íslensku orðin yfir sumt af því sem er að finna í tækjunum þeirra. Ef börn hafa íslensku fyrir augunum í tækjunum strax frá upphafi hafa þau einskis að sakna.

Mikilvægast af öllu er þó að við berum virðingu fyrir málinu. Virðingar- og afskiptaleyzi gagnvart íslenskunni mun að endingu gera út af við hana því enginn berst fyrir einhverju sem honum stendur á sama um. Það fer enginn á mót-mæli með skilti sem á stendur: „Hvaða læti eru þetta eiginlega?“ Mér er annt um málið mitt og mun rífa íslenskan kjaft eins lengi og þurfa þykir. Hvað með þig?

ertu með

# VERKI

í hné eða mjöðm?

Vönduð námskeið með áherslu á fræðslu og sértækar æfingar, haldið af reyndum sjúkráþjálfurum á þremur stöðum á landinu.

**Námskeiðin hafa fengið frábærar viðtökur.**

**Hámark 12 í hverjum hópi. Kennt er tvisvar sinnum í viku.**

**Tveggja vikna námskeið:**

Fræðsla og kennsla æfinga **kr. 20.000**

**Átta vikna námskeið:**

Að auki; mælingar, sex vikna sértæk þjálfun og eftirfylgni **kr. 45.000**

**Hafnarfjörður** • Námskeið hefst **17. janúar**  
Sjúkráþjálfarinn | Strandgötu 75  
Sími 555 4449 | afgreidsla@sjukrathalfarinn.is

**Akureyri** • Námskeið hefst **15. febrúar**  
Efling sjúkráþjálfun | Hafnarstræti 97  
Sími 461 2223 | thorleifur@eflingehf.is

**Neskaupstaður** • Námskeið hófst **4. janúar**  
Vilborg Stefánsdóttir | Píljuvöllum 21  
Sími 864 1193 | thiljuvellir21@simnet.is

Slitgigtarskólinn

www.slitgigt.is

**auktu lífsgæðin**

**lærðu á liðina**

**línaðu verkina**



# Ferðapjónustan: Betur má gera ef duga skal



**Ari Trausti Guðmundsson**  
Þingmaður VG í Suðurkjördæmi

Framlag í Framkvæmdasjóð ferðamannastaða á fjárlögum 2017 verður of lágt. Auk þess hefur framlag frá 2016 ekki nýst af

mörgum ástæðum. Þar hefur t.d. víða staðið á mótframlögum sveitarfélaga. Sum eru ekki það burðug að þau hafi í raun nægt fé til þeirra og önnur verkefni gengið fyrir. Skipulagsmál hafa reynst flókin og viðbótarframlag í sjóðinn kom seint fram. Hvað sem því líður er alveg ljóst að mjög margir staðir utan Þjóðgarða eru í sárum, sumir mjög miklum, og þar þarf að framkvæma bráðavíðgerðir og tryggja snarbætt, stýrt aðgengi með t.d. stígum, útsýnisstöðum, og staðbundnum lokunum

innan svæða, eða með ítölu. Til að koma fram brýnum úrbótum þarf að setja árlega a.m.k. 3 milljarða króna í sjóðinn, í þrjú til fjögur ár. Urbætur á vegum og öðrum innviðum eru líka brýn verkefni.

## Þjóðgarðar, landvarsla og fararstjórnun

Hvað sem gleðilegu og auknu fé til nýrra Þjóðgarðsmiðstöðva líður bíður okkar stóratákn í Vatnajökuls-Þjóðgarði. Þótt stór sé og ástand sums staðar gott eru önnur svæði



## Nærandi millimál ...er létt mál



**Griptu með þér kotasælu eða gríska jógúrt**  
Léttmál frá MS eru bragðgóðar nýjungar með hreinum grunni og hollum og stökkum toppi. Kotasæla með berjum og möndlum eða grísk jógúrt með döðlum, möndlum og fræjum.

**LÉTTMÁL**

hans komin að þölmörkum. Þjóðgarðurinn Snæfellsjökull og Þjóðgarðurinn á Þingvöllum eru minni og orðnir mun skemmdari. Báðir þarfnast miklu meira fjármagns, nokkur ár í röð, en látið er af hendi rakna. Eins þarf aukið fé í landvörslu í Þjóðgördunum og á friðudum svæðum.

Í því sambandi er brýnt að endurskoða hlutverk og valdsvið landvarða, bæði ríkisráðinna og starfsmanna ferðafélaga. Nú hafa landverðir aðeins leyfi til þess að vara fólk við og beiðast einhvers af því en ekki valdsvið til að skipa fyrir líkt og lögregla, t.d. svipað og rangers í Vesturheimi. Á því þarf að gera bragarbót með umræðum, lögum og reglugerðum, auk þess að setja meira fé til landvörslu á mörgum stöðum og koma hluta þjórgunarsveita í föst störf. Samhliða verður að endurskoða hlutverk og menntun leiðsögumanna í ólíkum flokkum (alm. leiðsögn, svæða- og staðaleiðsögn og sérhæfð útivistarleiðsögn) og koma á reglum um starfsemina og löggildingu starfshættisins þar sem við á.

### Sjálfbærni og þölmörk

Menningar- og náttúrunytjar ganga ekki upp án verndunar minja og alls umhverfis. Til þess greina menn þölmörk, jafnt félagsleg sem náttúruleg, jafnt fyrir afmarkaða staði sem svæði, og loks fyrir landið í heild. Við viljum að atvinna sé fjölbreytt en ekki að aðeins þrjár greinar beri upp langmest af henni, hvað þá ein atvinnugrein; ferðapjónusta. Við viljum að sjálfbærni sé viðmið í henni og sú stefna hefur réttilega verið mörkuð. Sjálfbærni hugtakið nær yfir félagslega og hagræna sjálfbærni ekki síður en að náttúran verði nytjuð á þann hátt að hún standi jafn góð eftir eða betri.

Þegar sumir stjórnmálamenn eða framamenn í ferðapjónustu telja að við getum tekið við miklu fleiri ferðamönnum, vekur það spurningar. Er þá engin þölmörk nytja til? Hvað merkja orðin miklu fleiri? Engum dytti í hug að skipuleggja fiskveiðar með því að tala sífellt um „miklu fleiri fiska“. Landsáætlun um uppbyggingu innviða var samþykkt sem lög 2016. Hún er nú vanfjármögnuð og fyrir henni fer lítið. Meðal fyrstu skrefa til úrbóta auk viðbótarfjármagns til Þjóðgarða, Landsáætlunar og til Framkvæmdasjóðs verður til að efla ferðapjónusturannsóknir, breyta skipulagi í greininni og stofnanaflórinni og endurskoða lög um ferðapjónustu.



**Þegar sumir stjórnmálamenn eða framamenn í ferðapjónustu telja að við getum tekið við miklu fleiri ferðamönnum, vekur það spurningar. Er þá engin þölmörk nytja til? Hvað merkja orðin miklu fleiri? Engum dytti í hug að skipuleggja fiskveiðar með því að tala sífellt um „miklu fleiri fiska“.**

Ég hef talað fyrir nýju ráðuneyti ferðamála og ákvörðun þölmörka. Það ætti að vera til umræðu á næstunni þegar fjöldi ferðamanna telst í milljónum og viðvarandi skortur á vinnuafli er í greininni. Ég tel ekki að nýtt ráðuneyti leysi fjölda verkefna eitt og sér en það auðveldar lausnir, miklu skilvirkar og hraðar en Stjórnstöð ferðamála getur – auk þess sem hún starfar tímabundið.

### Ög beinu gjöldin ...

Varla er unnt að leggjast á móti beinni fjármögnun ferðamanna til úrbóta á öllu því í umhverfinu sem þeir notast við. Bilastæðagiöld gera gagn, t.d. í Þjóðgördum. Gegn komugjöldum hafa komið fram viðbáru um að þau séu ekki leyfileg skv. jafnræðisreglum. Hvert sem það stenst rýni eða ekki, má haga innheimtu þannig að þau gangi upp, enda fyrirmyndir um þau annars staðar í álfunni. Sumir telja að þau muni bremsa ferðamannafjöldann til Íslands. Það væri svo sem ekki alvont en er ofmælt vegna þess að 1,5 milljarðar manna eru á faraldsfæti um jörðina og við tókum hingað riflega 1 prómill, og þá mest úr samfélagsþópum sem ráða munu við lágt gjald.

Þótt vikukostnaður við ferð á Íslandi, sem er sagður vera um 200 þús. kr., hækki um 1 til 2 þúsund krónur er til nægt ferðafólk sem kippir sér ekki upp við það. Við sjálf myndum flest líka þola þá upphæð. Hækkað gistináttagjald í 300 kr., sem ætti auðvitað að vera hlutfallstala af verði gistingar og ganga að hluta beint til sveitarfélaga, truflar heldur ekki flæði ferðamanna. Og eitt er víst: Hvorki sú upphæð né komugjald getur komið í staðinn fyrir þölmörk og aðrar stjórnumaradgerðir sem er nauðsynlegt að við ákvörðum fyrir en síðar.



# Að gefnu tilefni: Ábending til ábyrgðarmanna



Arnar Ingi Ingvarsson  
lögmaður

Fjöldmargir einstaklingar skrifuðu undir ábyrgðir á árunum fyrir efnahagshrunið og jafnvel fyrr. Dæmi eru um að ábyrgðarmenn séu nú að fá greiðsluáskoranir frá fjármálastofnunum þar sem þeir eru krafðir um greiðslu á grundvelli ábyrgðar. Getur þetta komið flatt upp á marga, enda í mörgum tilfellum langt um liðið frá því að gengist var í ábyrgðina og lántaki hefur ekki greitt af skuldinni í lengri tíma.

Skýringar á þessum langa tíma eru oft þær að lántakar hafa ekki fengið úrlausn sinna mála hjá embætti umboðsmanns skuldara af einhverjum orsökum og fjármálastofnanir ekki gengið á ábyrgðarmann á meðan lántaki var í greiðsluskjólí. Oftar en ekki eru það foreldrar, makar eða einhverjir nákomnir, sem skrifuðu undir sjálf-skuldarábyrgð eða veittu veð í fasteign sinni til tryggingar.

Allnokkur dæmi eru nú um að fjármálastofnanir gangi nokkuð hart fram gegn þessum hópi og innheimti kröfur sínar hjá ábyrgðarmönnum, geti lántaki á annað borð ekki greitt. Mikilvægt er þó að benda ábyrgðarmönnum á rétt sinn til að mótmæla kröfum fjármálastofnana, áður en þeir fara huga að því að greiða kröfurnar.

Ábyrgðarmenn ættu því að kanna rétt sinn og hvort þeim ber lagaleg skylda til greiðslu. Fjöldmörg dæmi eru um að kröfurnar séu hreinlega fyrndar. Í öðrum tilfellum hafa lána-stofnanir ekki framkvæmt greiðslumat með fullnægjandi hætti og í þeim tilfellum kann að vera að um ógildanlegar ábyrgðir sé að ræða.

Í þessu samhengi athugast að fjármálafyrirtækin gæta ekki að hagsmunum ábyrgðarmanna. Fjármálafyrirtækin benda ábyrgðarmönnum því ekki á að skuldin sé fyrnd eða mistök hafi verið gerð við upphaf lánveitingar sem leiði til þess að ábyrgðin sé ógild og því niður fallin. Þvert á móti eru ábyrgðirnar innheimtar af krafti. En hvað er til ráða fyrir ábyrgðarmenn?

## Fyrning ábyrgða

Í fyrsta lagi kann að vera að krafa fjármálafyrirtækisins gagnvart ábyrgðarmanni sé fyrnd. Um ábyrgðir sem stofnað var til fyrir 1. janúar 2008 gilda eldri fyrningarlög. Samkvæmt þeim lögum fyrnast kröfur á borð við sjálfskuldarábyrgðir á fjórum árum frá þeim tíma sem lánið féll í gjald-daga. Nokkuð algengt er að ekki hafi verið greitt af kröfum í lengri tíma, t.d. vegna þess að skuldari hafi verið í ferli hjá umboðsmanni skuldara. Séu atvik þau að ekki hafi verið greitt inn á kröfuna í meira en fjögur ár og skuldara hvorki stefnt inn vegna ábyrgðar né tekið hjá honum fjárnám getur sú aðstaða hæglega verið uppi að krafan sé fyrnd gagnvart ábyrgðarmanni. Það athugast að fyrningartími kröfu gagnvart lántaka sjálfum er þó yfirleitt annar og lengri.

Oft á tíðum reyna fjármálafyrirtækin að fá skuldara eða ábyrgðarmenn til að greiða inn á lánin, í því skyni að rjúfa fyrningu. Slík gylliboð eru gjarnan sett fram af fjármálafyrirtækjunum með þeim formerkjum að ábyrgðarmaðurinn fái afslátt af skuldinni ef hann greiði inn á hana, eða ef hann taki nýtt lán til að greiða upp ábyrgðina. Með því kann þó fyrning kröfunnar að rofna og því getur verið varhugavert að skrifa upp á slíka samninga nema að ráðfæra sig við hlutlaus sérfræðinga.

## Greiðslumat skilyrði

Þrátt fyrir að ábyrgð verði ekki talin fyrnd gilda þó ákveðnar reglur um skuldbindingar ábyrgðarmanna sem vert er að kynna sér vel. Í gildi eru lög

um ábyrgðarmenn sem kveða á um að lána-stofnun skuli vinna greiðslumat á skuldara og kynna fyrir ábyrgðarmanni áður en ábyrgðarmaðurinn skrifar undir. Vanræki lánveitandi að sinna þessum skyldum þýðir það að ábyrgðin eða lánsveðið er að öllum líkindum ólögmætt.

Lögin tóku gildi vorið 2009 en fram að þeim tíma og allt aftur til ársins 1998 var í gildi samkomulag um sambærilegar verklagsreglur við gerð ábyrgða og veðleyfa. Hið sama átti við þar, þ.e.

lánastofnunum, sem staðfest höfðu samkomulagið, bar að vinna greiðslumat af skuldara og kynna ábyrgðarmanni, með þeirri undantekningu að ef lánsfjárhæðin var ein milljón króna eða minna gat ábyrgðarmaðurinn skriflega undanþegið sig þeim rétti að vera kynnt greiðslumat skuldara.

## Ábyrgðarmenn hugi að réttarstöðu sinni

Fjöldmörg dæmi eru um að lána-stofn-anir hafi ekki fylgt ofangreindum

reglum og að ábyrgðir hafi verið felldar úr gildi í kjölfarið. Þá eru mörg dæmi þess að ábyrgðir séu fyrndar eða við það að fyrnast. Þeir sem hafa gengist í ábyrgð fyrir skuld geta og eiga að kanna stöðu sína að þessu leyti. Hver og einn verður að sækja þennan rétt fyrir sig, þar sem lánveitendur skoða þetta ekki að eigin frumkvæði. Það getur því margborgað sig fyrir ábyrgðarmenn að fá óháða sérfræðinga til að kanna stöðu sína og hvað varðar fyrningu og lögmæti ábyrgða.



Ábyrgðarmenn ættu því að kanna rétt sinn og hvort þeim ber lagaleg skylda til greiðslu. Fjöldmörg dæmi eru um að kröfurnar séu hreinlega fyrndar.



## Getur þú verið reyklaus í eina viku?

Margir sem hafa reynt að hætta að reykja þekkja hve erfið fyrsta vikan getur verið. Nicorette nikótínlyf auðveldar reykingafólki að venja sig af tóbaki með því að draga úr nikótínþörf og fráhrarfseinkennum.

- Hugsaðu um heilsuna og skoraðu á sjálfan þig.
- Prófaðu að hætta í eina viku og sjáðu hvernig þér líður.
- Meðferðarlengd með Nicorette nikótínlyfjum er einstaklingsbundin. Ef þér finnst þú áfram þurfa stuðning nikótínlyfja getur Nicorette stutt þig áfram í átt að reykleysi.



Fæst án lyfseðils í næsta apóteki

## nicorette

auðveldar þér að hætta að reykja



Nicorette® nikótínlyf (inniholda nikótín) eru notuð við tóbaksfíkn. Þau draga úr nikótínþörf og fráhrarfseinkennum og auðveldar reykingamönnum að draga úr eða venja sig af tóbaki. Lyfjatyggi-gúmmi skal tryggja rölega og láta liggja kyrrt í munninum öðru hverju. Innsogslýfi skal anda að sér í gegnum munnstykkid. Nefúða er úað í hvora nösina. Forðaplástur er settur á húð. Munnsogstöflur eru látnar leysast upp í munn. Tungurótartöflur eru látnar leysast upp undir tungu. Munnholtsúða skal úða í munn. Börn yngri en 15 ára mega ekki nota Nicorette og munnholtsúðinn og munnsogs-töflurnar eru ekki ætlaðar yngri en 18 ára. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfisins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á [www.seilyfjaskra.is](http://www.seilyfjaskra.is). Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., sími: 535-7000.

IS/NIC-A/6-2016-12-1



## Nýliðarnir klárir í bátana



**Synir landsliðsmanna** Óttar Magnús Karlsson, Rúnar Alex Rúnarsson og Albert Guðmundsson eru meðal sjö nýliða í íslenska landsliðinu sem mætir Kína á æfingamótinu China Cup í hádeginu í dag. Feður þeirra voru allir landsliðsmenn á sínum tíma. Karl Þráinsson, faðir Óttars, lék með handboltalandsliðinu og Rúnar Kristinsson og Guðmundur Benediktsson, feður Rúnars og Alberts, með fótboldalandsliðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Góð fjárfesting til framtíðar

Strákarnir okkar hefja leik á HM eftir tvo daga. Þrjú ungir strákar fengu mikilvægar mínútur á æfingamótinu í Danmörku og stóðu sig vel. Einar Andri Einarsson, þjálfari Aftureldingar, tekur stöðuna fyrir Fréttablaðið.

**HANDBOLTI** „Það er enn þá rosaalega mikið af spurningarkerkjum þar sem við vitum ekki enn hvernig liðið verður skipað. Það vantar besta manninn og maður er ekki bjartsýnn á að hann spili mikið. Ef það gerist fá þessir ungu strákar stórt hlutverk. Kannski stærra hlutverk en við bjuggumst við.“

Þetta segir Einar Andri Einarsson, þjálfari Aftureldingar í Olís-deild karla og sérfræðingur íþróttadeildar, um stöðuna á íslenska landsliðinu í handbolta sem hefur leik á HM 2017 í Frakklandi eftir tvo daga.

Fækkað var í hópnunum í gær þegar Tandri Már Konráðsson var skorinn frá en Geir Sveinsson landsliðsþjálfari á enn eftir að velja endanlegan hóp og gefa út hvort Aron Pálmarsson, besti maður liðsins, verði með „Ég hef litlar væntingar en vona það besta,“ segir Einar Andri. Hann er ekki einn á þeim báti.

**Ákafur og grimmur**

Ungu mennirnir sem Einar Andri talar um eru Janus Daði Smáráson, 22 ára gamall leikstjórnandi Hauka sem er á leið í atvinnumennsku til Álaborgar í Danmörku í sumar, Arnar Freyr Arnarsson, títugur línumaður Kristianstad í Svíþjóð, og Ómar Ingi Magnússon, 19 ára gömul hægri skytta danska liðsins Århus.

Það virtist nokkuð augljóst að Geir Sveinsson ætlar þessum strákum alvöru hlutverk í Frakklandi miðað við spiltimann sem þeir fengu á Bygma-mótinu.

„Þessir strákar stóðu sig mjög vel um helgina. Þeir voru ákafur

og grimmir og létu finna fyrir sér. Maður er bara spenntur að sjá hvernig þessir strákar munu stimpla sig inn í þetta lið. Geir er að gefa þessum strákum mikið traust. Þeir eru að fá mínútur og fá leyfi til að gera mistök. Það mun skila sér þegar liður á,“ segir Einar Andri.

En þeir voru ekki fullkomnir: „Janus var virkilega ákafur og grimmur. Hann lét til sín taka og þorði að taka af skarið. Það skiladi sér í mörkum en síðan var hin hliðin að við töpuðum boltum og fengum hraðaupphlaupsörk í bakkið. Það vantaði ákveðið skipulag enda strákar þarna að spila í fyrsta skipti saman þannig að það var ákveðið óöruggi í hlutunum. Menn voru að mæta á vitlausum hraða á boltann og losa hann á röngum augnablikum.“

**Ósanngjörn ábyrgð**

Ef spiltimi myndi ráðast af aldri eru menn á undan þessum ungu eins og Ólafur Guðmundsson, Rúnar Kárasón og Gunnar Steinn Jónsson sem hafa beðið lengi eftir að fá tækifæri til að bera upp íslenska liðið. Yngri menn virðast vera mun nær þeim en þessir strákar voru nálægt því að spila þegar þeir sátu á bekknum fyrir gullaldarlið Íslands.

„Þeir eru klárlega orðnir reynslumeiri leikmennirnir í liðinu en eru á sama tíma að taka ábyrgð sem þeir eru ekki vanir. Þeir þurfa að fá tíma til að venjast því. Þeir sýndu um helgina á nokkrum góðum köflum hversu öflugir þeir eru. Við þurfum einfaldlega að fá meira af því til að

**Menn voru að mæta á vitlausum hraða á boltann og losa hann á röngum augnablikum.**

Einar Andri Einarsson, þjálfari Aftureldingar



-8

**Markatala Íslands á Bygma-mótinu þar sem liðið mætti Egyptalandi, Ungverjalandi og Danmörku.**

létta byrðina á ungu leikmönnum. Það er ósanngjarnt að biðja þessa ungu stráka um of mikið þó að við vonumst til að fá sem mest. Við þurfum að fá meira frá leikmönnum eins og Ólafi og Rúnari og ég held að þeir geti gert meira,“ segir Einar Andri.

**Varnarleikurinn vandræði**

Ísland fékk á sig 30 mörk að meðaltali í leik í Danmörku en varnarleikurinn hefur ekki verið góður undanfarin misseri. Hann náði ákveðnum lágpunkti í Póllandi fyrir ári og er á

hægri leið í rétta átt.

„Það eru vandamál í varnarleiknum sem þarf að tækla. Það þarf að finna réttu blönduna og finna út hverjir virka best í miðju varnarinnar. Það er verið að spila núna svolitíð skiptingalaust og þar eru menn í nýjum hlutverkum. Hvort sem liðið er til sóknar eða varnar er þetta lið nánast alveg nýtt, allavega ef liðið er til leikmannanna sem eru í ábyrgðarhlutverkum. Þetta þarf tíma en já, vörnir þarf að lagast,“ segir Einar Andri.

**Mikilvægar mínútur**

Einar Andri vonast til að ungu mennirnir standi sig á HM og sýni sig og sanni þegar þeir fá tækifærið. Hann telur að Geir ætli að treysta þeim fyrir stóru hlutverki.

„Þetta mót er gríðarlega mikilvægt fyrir þessa þrjú stráka (Arnar, Ómar og Janus). Þeir munu klárlega fá tækifæri til að láta ljós sitt skína. Ég held að það sé bara mjög góð fjárfesting til framtíðar að þessir strákar spili stóra rullu. Það er líka bara tímabært og verið er að gera þetta nokkuð skynsamlega með því að taka þá þrjú inn núna,“ segir hann og bætir við:

„Þeir sem eru eldri núna þurfa að standa undir aukinni ábyrgð og sýna þessum ungu að þeir þurfi enn að elta þá. Ef þessir strákar stíga upp og þeir ungu halda áfram að setja á þá pressu þá erum við í góðum málum. Við þurfum á þessum tímupunkti alvöru samkeppni um stöður í landsliðinu,“ segir Einar Andri Einarsson. [tomas@365.is](mailto:tomas@365.is)

## DAGUR HAFÐI BETUR GEGN PATREKI

Evrópumeistarar Þjóðverja settu upp sýningu gegn Austurríkismönnum í vináttulandsleik Þjóðanna í Kassel í gærkvöldi. Strákarnir hans Dags Sigurðssonar voru miklu sterkari aðilinn og unnu 17 marka sigur, 33-16, á lærisveinum Patreks Jóhannessonar. Þetta var síðasti leikur þýska liðsins fyrir HM í Frakklandi sem hefst á miðvikudaginn. Fyrsti leikur Þjóðverja á HM er gegn Ungverjum á föstudaginn. Þýskaland er einnig með Króatíu, Hvíta-Rússlandi, Síle og Sáði-Arabíu í riðli á HM.



## JÓN DAÐI Á ANFIELD?

Jón Daði Bødvarsson og félagar í Wolves mæta sigurvegaranum úr endurteknum leik Liverpool og Plymouth í 4. umferð ensku bikarkeppninnar. Ríkjandi bikarmeistarar Manchester United fá Wigan í heimsókn og Arsenal mætir annaðhvort Norwich City eða Southampton. Möguleiki er á Íslendingaslag en sigurvegarinn úr leik Bristol City og Fleetwood Town mætir Sunderland eða Jóhanni Berg Guðmundssyni og félögum í Burnley. Hörður Björgvin Magnússon leikur með Bristol og Eggert Gunnþór Jónsson með Fleetwood. Þá fá Ragnar Sigurðsson og félagar í Fulham Hull City í heimsókn.

## GUNNHILDUR SKIPTIR UM LIÐ

Landsliðskonan Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir er gengin í raðir norska úrvalsdeildarliðsins Vålerenga frá Stabæk. Samningur Gunnhildar við Vålerenga er til eins árs. Hún hefur leikið í Noregi frá 2012, fyrst með Arna Björnar, svo Grand Bødø, Stabæk og nú Vålerenga. Gunnhildur er uppalin hjá Stjórnunni og lék með Gardabæjarliðinu áður en hún hélt til Noregs. Gunnhildur hefur leikið 34 landsleiki og skorað fjögur mörk. Hún var í stóru hlutverki hjá íslenska liðinu í undankeppni EM 2017.



## RONALDO OG LLOYD BEST

Cristiano Ronaldo og Carli Lloyd voru valin knattspyrnumaður og -kona ársins 2016 á verðlaunahátíð FIFA í Zürich í gær. Þetta er í fyrsta sinn sem þessi verðlaun eru veitt eftir að samstarfinu við France Football, sem veitir Gullboltann, lauk. Ronaldo vann einnig Gullboltann fyrir árið 2016. Claudio Ranieri, sem gerði Leicester City að Englandsmesturum, var valinn þjálfari ársins í karlaflokk og Silvia Neid, fyrrverandi þjálfari Ólympíumeistarar Þýskalands, í kvennaflokk. Malasíumaðurinn Mohd Faiz Subri fékk Puskás-verðlaunin fyrir mark ársins.



## Í dag

**11.50 Kína - Ísland** Sport  
**19.55 Man Utd - Hull City** Sport



## HVERNIG VORU HÆGÐIRNAR Í DAG?

**Artasan kynnr** Mjólkursýrugerlar og meltingarensím eru okkur lífsnauðsynleg. Prógastró DSS®-1 er öflugur asídófilus sem margfaldar sig í smáþörmunum og byggir upp þarmaflóruna og Digestive Enzyme Complex eru meltingarensím sem auðvelda niðurbrot á mat og draga úr líkum á uppþembu og óþægindum.

### AÐ KÚKA Á HVERJUM DEGI

„Það ætti í raun að vera jafn eðlilegt að hafa hægðir daglega eins og að borða,“ segir Hrönn Hjálmsdóttir, heilsumarkþjálfari hjá Artasan. „Meltingarfærin okkar eru undirstaða góðrar heilsu og það er til mikils að vinna að hafa þau alltaf í toppstandi. Þau sjá um að brjóta niður fæðuna þannig að líkaminn getur tekið upp næringarefnin. Því, sem hann nýtir ekki, skilar hann frá sér í formi hægða. Það er aðeins mismunandi hversu oft við þurfum að hafa hægðir en eðlilegt þykir að hægðirnar séu mjúkar og að við losum þær einu sinni til tvisvar á dag. Hjá sumum gerist það aðeins sjaldnar en þrisvar til fjórum sinnum í viku ætti að vera algjört lágmark,“ segir Hrönn.

### HÆGÐATREGÐA ALGENG

Harðlífi og hægðatregða er að sögn Hrannar því miður afar algengt vandamál. Hún segir sífellt fleiri þjást vegna þess, bæði börn og fullorðna. „Lausnin ætti þó ekki að felast í því að nota efni sem framkalla niðurgang nema nauðsyn krefji. Það er alls ekki í lagi að geta ekki kúkað í marga daga, né að hægðalosun valdi sársauka eða kosti áreynslu. Of tíðar klósettferðir eru heldur ekki af hinu góða en í báðum tilfellum þarf að finna lausn á vandunum. Lausnin felst þó ekki í einhverju einu ákveðnu heldur er margt sem þarf að huga að, bæði mataræði, inntaka lyfja, lífsstíll, inntaka á mjólkursýrugerlum og stundum meltingarensímum.“

### ENSÍM OG GERLAR

Ástæður þess að meltingin fer í ólag

geta að sögn Hrannar verið margvíslegar. „Það kemur fyrir að okkur vantar meltingarensím en laktósaóþol er einmitt dæmi um slíkt. Röskun á þarmaflóru má þó í flestum tilfellum rekja til lélegs mataræðis; of mikils af unnum matvælum, sykurneyslu og allt of lítills af trefjum. Sýklalyf og ýmis önnur lyf eins og svefnlyf og þunglyndislyf hafa sömuleiðis mjög slæm áhrif á þarmana. Mikil koffín- og áfengisneysla er líka slæm sem og streita og óregla í svefni.“

### SKORTUR Á MELTINGARENSÍMUM

Matur fer misvel í fólk. Ákveðin matvæli eða samsetning matar getur að sögn Hrannar valdið ónotum og uppþembu og gæti orsökkin hugsanlega verið skortur á meltingarensímum. „Þá náum við ekki að brjóta niður ákveðna fæðu nógu vel sem getur skapað hin ýmsu meltingarvandamál. Ýmis heilsufarsleg vandamál geta tengst skorti á meltingarensímum og eru vindverkir, uppþemba, ónot og ógleði algengust. Bólur, exem,



Hrönn Hjálmsdóttir

höfuðverkur og liðverkir eru einnig þekkt. Meltingarensím eins og Digestive Enzyme Complex er hægt að taka inn með mat en þau hjálpa til við niðurbrot á fæðu í maganum.“

### ÖFLUG ÞARMAFLÓRA

Ef þarmaflóran er ekki í jafnvægi hefur það gríðarleg áhrif á heilsufarið en ónæmiskerfið er að mestu leyti staðsett í þörmunum. Hrönn segir það geta tekið langan tíma að byggja upp öfluga þarma-



Harðlífi og hægðatregða er að sögn Hrannar því miður afar algengt vandamál.

**HÆGÐIR  
SEGJA TIL UM  
HEILBRIGÐI**

flóru. „Ef hún hefur verið lengi í ójafnvægi þarf að huga sérstaklega að því að taka inn öfluga mjólkursýrugerla því hollur matur er kannski ekki nóg.“

### HÆGÐIR SEGJA TIL UM HEILSUNA

Þar sem allir þurfa að hafa hægð-

ir frá vöggu til grafar þá ætti umræðan um hægðir að mati Hrannar ekki að vera eins mikið feimnismál og raunin er. „Það er mjög mikilvægt að hafa heilbrigðar hægðir á öllum æviskeiðum. Við ættum öll að gera okkur far um að huga vel að þessum málum, skoða hvernig þær líta út og keppa að því að geta losað daglega.“

Hrönn segir heilbrigðar hægðir forsendu þess að þarmaflóran sé í jafnvægi. „Heilbrigð þarmaflóra er undirstaða heilsunnar og hún ver okkur líka gegn óæskilegum örverum og hefur margs konar áhrif á heila- og taugakerfið, þar með talið geðheilsu.“

### HEILBRIGÐAR HÆGÐIR FRÁ HEILBRIGÐUM LÍKAMA

Eðlilegar hægðir eru mjúkar og hægt að losa þær án nokkurrar áreynslu. „Ef svo er ekki er líklegt að það vanti trefjar í fæðuna en trefjar fáum við í grófu korni, baunum, grænmeti og ávöxtum. Við meltum ekki trefjarnar en þær drekka í sig vökva og því þarf alltaf að huga vel að því að drekka nóg af vatni. Trefjarnar gera hægðirnar mjúkar, tryggja að þær fari hratt gegnum ristilinn og auðvelda losun.“

**Söluastaðir:** Flest apótek, heilsu-  
búðir og heilsuhúllur verslana.



## ERTU Í DJÚPUM SKÍT?

Opinn fyrirlestur og allir velkomnir!  
12. janúar kl. 20:00

World Class, Laugar.  
-Fyrirlestrarsalur, 1.hæð.

**World Class  
/IBELAND**



**AÐGANGUR  
ÓKEYPIS!**

Hvað getum við gert til að hafa  
þarmaflóruna í jafnvægi?

- Meltingin og mikilvægi hennar.
- Þarmaflóran, næring og jafnvægið í lífinu.
- Fyrirlesari: Hrönn Hjálmsdóttir

SVARIÐ BÝR Í NÁTTÚRUNNI

**Heilsuhúsið**  
1979

LAUGAVEGI

LÁGMÚLA

KRINGLUNNI

SMÁRATORGI

SELFOSSI

AKUREYRI

NETVERSLUN HEILSUHUSID.IS



# SKAPANDI SKRIF TIL ÚRVINNSLU ERFIÐRA TILFINNINGA

Rithöfundurinn **Steinunn Sigurðardóttir** heldur námskeið í skapandi skrifum á Heilsustofnun NFLÍ í Hveragerði dagana 27.-29. janúar. Námskeiðið er ætlað til uppbyggingar og til úrvinnslu erfiðra tilfinninga.

Vera Einarsdóttir  
vera@365.is



Námskeiðið var fyrst haldið haustið 2015. Þá var þeim sem lágu inni á Heilsustofnun NFLÍ boðin þátttaka endurgjaldslaust í tilraunaskyni. „Þessi aðferð við að létta byrðarnar og vinna úr erfiðum tilfinningum orkaði nógu vel á þátttakendum til þess að við höldum áfram. Það myndaðist magnaður andi í hópnum og við fengum fráber viðbrögð,“ segir Steinunn.

Hún segir námskeiðið byggjast upp á textum sem hún og þátttakendur velja og er byrjað á sorg og skuggum. Síðan biður hún um skrif á þeim nótum. Næst eru þau lesin upp og rædd. Svo er skipt um gír og er síðari hluti námskeiðsins á léttari nótum.

Steinunn segir órjúfanlegan hluta af ferlinu að hlusta á níundu símfónu Beethovens kvöldið fyrir síðasta námskeiðsdag. „Ég lét mér detta það í hug að við hlustuðum saman á þetta frumlega og magnaða tónverk, sem byrjar í drunga en brýst svo fram í óstöðvandi gleði eins og klakastífla hafi brostið. Við hlustum í striklotu í slök-

unarstólum Auðarstofu, útafliggjandi undir teppi með ljósin slökkt. Við það gerist eitthvað. Við sem höfum verið að opna hjörtun og fara yfir erfiðleika og sorg hlustum á þetta saman og úr verður eitthvað sem hjálpar til heilunar, vil ég leyfa mér að segja.“

## UPPBÝGGINGARAFL

En hvernig kviknaði hugmyndin upphaflega? „Mér var boðið að vera staðarrithöfundur við Háskólann í Strassborg. Í því fólst að halda opinbera fyrirlestra og að kenna skapandi skrif. Það myndaðist ótrúlegt uppbyggingarafl í nemendahópnum, þar sem hver studdi annan og þeir feimnustu blómstruðu. Í kjölfarið lét ég mér detta í hug hvort það væri hægt að nota skrif með kerfisbundnum hætti til þess að byggja upp fólk sem hefði átt erfitt,“ segir Steinunn og bendir á að fæstir fari reyndar í gegnum lífið án þess að reyna erfiðleika þó þyngslin sem þeim fylgi séu mismikil.

## Á SJÁLF ÞUNGA LÍFSREYNSLU

„Sjálfr hefði ég aldrei látið mér detta í hug að halda námskeið á þessum nótum ef ég hefði bara



Steinunn segir skrifin hafa reynst uppbyggjandi fyrir þátttakendur.

setið inni á minni tilraunastofu og fjallað um fólk í skáldsögum, sem er erfiði og þunga hlaðið. Mín eigin lífsreynsla er nógu þung og hefur tekið stóran toll bæði andlega og líkamlega þó ég hafi sloppið við klínískt þunglyndi. Ég hef sjálf þurft að takast á við langvarandi hremmingar og sársauka. Annars myndi mér ekki detta í hug að reyna að forma svona námskeið.“

Þar fyrir utan segir Steinunn Heilsustofnun NFLÍ kjörstað fyrir svona uppbyggingarnámskeið og að án hennar hefði það líklega aldrei orðið til. „Þetta er einstakur staður sem hefur verið byggður upp af hugsjón, mannkærleika og stakri útsjónarsemi í marga áratugi. Íslendingshjartað mitt er rötstolt af þessari stofnun og ég er hrærd yfir að njóta trausts og samstarfs þess afburðarfólks sem þar starfar.“

Námskeiðið er að sögn Steinunnar opið öllum. „Konur höfðu frá upphafi meiri áhuga en karlar og hingað til hafa eingöngu konur tekið þátt.“ Að sögn Steinunnar þurfa þátttakendur alls ekki að hafa sérstakan áhuga á skrifum og sannarlega ekki próf í ritnið.

„Við erum einungis að nota skriflega tjáningu, í bland við munnlega, til að vinna með og vinna úr erfiðum tilfinningum.“

## FINNA TIL LÉTTIS

Af ummælum þátttakenda að dæma hafa þeir fundið til mikils léttis við að sækja námskeiðið og sáu möguleika í því að nota skrifin áfram í þeim tilgangi að létta á sér. „Ég get ekki dæmt um hver langtímaáhrifin hafa verið en trúi því að þátttakan hafi verið bæði gefandi og sérstök.“

Gert er ráð fyrir tólf þátttakendum á hverju námskeiði og vonast Steinunn til að fá tækifæri til að prófa það áfram og að það haldi áfram að rata til sinna. Steinunn býr og starfar sem fyrr segir í Strassborg en kemur heim til að halda námskeiðin. Hún hefur auk þess haldið áfram með ritmennskunámskeiðin ytra við góðan orðstír.

## MEÐ VINDINN Í FANGIÐ

Steinunn gaf út tvær bækur fyrir jól; Heiðu – fjalldalabóna og ljóðabókina Af ljóði ertu komin. Hún segir vinnuna í kringum Heiðu

hafa verið ævintýri. „Sérstaklega vegna þess að það bað mig enginn að skrifa þessa bók. Ég þurfti að greiða það ansi dýru verða á vinnslutímanum. Menn sáu ekki metsöluefni í henni og ég vann hana með vindinn í fangið. En Heiða stækkaði með hverju samtali og ég naut gestrisni hennar og Helgu mömmu hennar þegar ég settist upp á Ljótastöðum og gerði mitt besta til að éta þær út á gaddinn.“

Steinunn segir samstarfið við Heiðu hafa verið afburðagott. „Ekki bara vegna þess hvað hún er stórkostlegt efni og snjöll að finna lausnir heldur líka vegna þess að við skildum hvor aðra, eða því vil ég leyfa mér að halda fram, án þess að hafa borið það undir Heiðu.“ Steinunn segir að komið hafi á daginn að rifandi áhugi var á bókinni og er hún númer sjö á metsölulista 2016.

## Á KAFI Í LJÓÐINU

Innt eftir því hvaða bók sé nú í smíðum segir hún það enn vera leyndarmál. „Það er þó ekkert leyndarmál að ég er alltaf á kafi í ljóðinu.“

## Lægra verð í Apótekinu

20%  
AFSLÁTTUR



Hjarta-Aspirín á 20% afslætti út janúar.

Verð nú: 720 kr. Verð áður: 899 kr.

Apótekið  
- einfalt og ódýrt

www.apotekid.is



2 MARABON NOW

HEILL HEIMUR AF SKEMMTUN VÍÐ HÖNDINA  
Stöð 2 Marabon NOW er ný streymisvettla fyrir snjallsíma, spjaldtölvur, Apple TV og vefspilara.

3 MÍN AÐ SKRÁ SIG DAGAR FRITT

2.990 KR. Á MÁNUÐI  
Znow.is

365

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundin ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

ÚTGEFANDI: 365 MIÐLAR | ÁBYRGÐARMADUR: Svanur Valgeirsson  
UMSJÓNARMENN EFNIS: Elin Albertsdóttir, elin@365.is, s. 512 5349 | Lilja Björk Hauksdóttir, liljabjork@365.is, s. 512 5372 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@365.is, s. 512 5367 | Sólveig Gísladóttir, solveig@365.is, s. 512 5351  
Starri Freyr Jónsson, starri@365.is, s. 512 5358 | Vera Einarsdóttir, vera@365.is, s. 512 5357  
SÖLUMENN: Atli Bergmann, atlib@365.is, s. 512 5457 | Jóhann Waage, johannwaage@365.is, s. 512 5439 | Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429 | Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.is, s. 512 5433



## RÍKIÐ VILL FLEIRI MENGANDI DÍSILBÍLA

Við hækkun eldsneytisgjalds um áramótin voru meiri álögur lagðar á bensín en dísilolíu og með því enn og aftur hvatt til kaupa á dísilbílum umfram bensínbíla.

Nú um áramótin voru skattar á eldsneyti hækkaðir enn meira, en mörgum þótti nóg um áður. Ef til vill það skrítnasta við þessa hækkun nú er að gjöldin voru hækkuð meira á bensín en dísilolíu, eða sem nemur 4,90 krónum á bensín en 3,72 krónum á dísilolíu. Það er að flestu leyti á skjön við aðgerðir annarra ríkja sem reyna nú eftir fremsta megni að losa lönd sín við dísilbíla vegna mikillar mengunar frá þeim. Allt síðasta ár voru fjölmiðlar heimsins uppfullir af upplýsingum um þá miklu NOx-

menkun sem af dísilbílum stafar og komu þær upplýsingar sem hrina í kjölfar dísilvélasvindls Volkswagen. Svo langt vilja menn ganga í mörgum borgum Evrópu að þar hefur víða verið kynnt að dísilbílar verði bannaðir á götum þeirra frá og með árinu 2025, eða eftir aðeins átta ár. Í Hollandi öllu hefur verið mörkuð sama stefna. Við bruna bensins myndast náttúrulega efnið CO<sub>2</sub> en við bruna dísilolíu að auki mikið magn NOx-sótagna sem sannað er að eru krabbameinsvaldandi og skaðleg öndunarfarum.

### Dísilolia 8 krónum ódýrari

Hér á landi er nú, þvert á stefnu annarra landa, reynt að gera flest til þess að stuðla að frekari sölu og notkun dísilbíla og héraendis er skattlagningu á dísilolíu þannig háttáð að hún er um 8 krónum ódýrari en bensín á bensínstöðvum landsins og enn skal auka muninn. Þessi verðlagning, þ.e. verðmunur á dísilolíu og bensíni, hefur enda endurspeglast í mikilli sölu nýrra dísilbíla á undanförunum árum og til dæmis seldust

miklu fleiri dísilbílar hér á landi í nýliðnum desember en bensínbílar. Þegar augu heimsbyggðarinnar opnuðust loks að fullu á síðasta ári fyrir skaðsemi útblásturs úr dísilbílum, sást það fljótt í sölutölum og í flestum Evrópulöndum varð erfiðara og erfiðara að selja dísilbíla. Það er nánast ekki hægt í Bandaríkjunum og þeir fáu bílaframleiðendur sem höfðu selt þar dísilbíla eru annaðhvort búnir að taka þá úr sölu eða eru að hugleiða það. Allir bílaframleiðendur heims undirbúa sig nú undir brotthvarf fólksbíla með dísilvélum og yfirvöld í flestum löndum leggja nú aukinn mengunarskatt á dísilolíu og dísilbíla.

### Vannýtt tækifæri forgörðum

Það hefði talist í hæsta máta eðlilegt að ráðandi aðilar hér á landi hefðu brugðist við þessum staðreyndum um mengun dísilbíla með því að skattleggja dísilolíu meira en bensín og reyna með því að hafa áhrif á sölu þeirra. Í Bandaríkjunum eru t.d. opinberar álögur hærri á dísilolíu en á bensín. Þveröfug leið var hins vegar farin

# 4,90

krónur í viðbótarálag á hvern lítra bensíns frá áramótum

# 3,72

krónur í viðbótarálag á hvern lítra dísilolíu

hér og ákveðið við hækkun eldsneytisverðs að leggja meiri álögur á bensín en dísilolíu. Þarna fór því vannýtt tækifæri forgörðum við að reyna að hafa áhrif á kauphegðun Íslendinga og með því stuðla að betri loftgæðum á landinu, heilsu okkar allra til heilla. Það sannast ávallt í kauphegðun fólks að veskið ræður för. Því er ef til vill eðlilegt að fólk héraendis kaupi dísilbíla umfram bensínbíla á meðan elds-

neytið á þá er talsvert ódýrara, auk þess sem dísilbílar eyða minna eldsneyti en bensínbílar. Þarna getur hins vegar löggjafinn gripð inn í og breytt kauphegðuninni, svo fremi sem hún skilgreini sig sem umhverfisvæna, en svo sýnist ekki nú um stundir.

### 57,6% dísilbílar í fyrra og 50,4% fólksbíla

Samkvæmt tölum frá Umferðarstofu voru 49% allra nýrra bíla sem seldust á árinu dísilbílar og 36% bensínbílar. Er þá átt við alla bíla, svo sem sendibíla. Aðrir bílar voru knúnir rafmagni, metani eða blöndu af tveimur orkugjöfum, svo sem tengiltvinnbílar. Ef skoðaðir eru bílar eingöngu knúnir dísilolíu og bensíni eru dísilbílar 57,6% og bensínbílar 42,4%. Ef aðeins eru skoðaðir fólksbílar er hlutfallið 50,4%/49,6% dísilbílum í vil. Þetta hlutfall er hærra heldur en gengur og gerist víðast í Evrópu og hugsanlega hæsta hlutfall dísilbíla í allri álfunni. Því má segja að Ísland sé einn mesti umhverfissóðinn er kemur að kaupum á nýjum bílum.



## ÖRUGGT START

### MEÐ EXIDE RAFGEYNUM

Endingargóðir og sterkbyggðir rafgeymar fyrir flestar gerðir bifreiða. Veldu þaulreynda vöru frá gæðaframleiðanda.



**EXIDE**  
TECHNOLOGIES  
TRANSPORTATION

Exide rafgeymarnir  
fást hjá:

**MAX1**  
BÍLAVAKTIN

**olis**



## KIA NÆSTSTÆRSTA BÍLAMERKIÐ Á ÍSLANDI

Kia náði metsölu á Íslandi á árinu 2016. Alls seldust 1.722 nýir Kia-bílar á árinu og hafa aldrei áður selst jafn margir nýir Kia-bílar á einu ári hér á landi. Kia er í öðru sæti á eftir Toyota yfir mest seldu bílamerkin hér á landi á árinu 2016. Þetta er í fyrsta skipti sem Kia nær öðru sætinu yfir heilt ár en áður hefur Kia hæst náð þriðja sætinu. Markaðshlutdeild Kia var 9,3% árið 2016. Þetta er hæsta markaðshlutdeild hjá Kia í allri Evrópu. Salan á Kia-bílum jókst um 28% á milli árunna 2015 og 2016 hér á landi. Ef borið er saman við árið 2011 er söluaukningin 380 prósent.



að ná öðru sætinu yfir mest seldu merkin á árinu 2016. Það er líka mjög ánægjulegt að við erum með hæstu markaðshlutdeild hjá Kia í Evrópu.

Kia hefur verið að bæta verulega við sig í sölu á Evrópumarkaði. Það er margt spennandi fram undan hjá Kia á nýju ári. Má þar nefna nýjan Rio, Picanto og Optima Wagon auk þess sem Rio-jepplingur verður kynntur og einnig Kia GT. Kia er mjög framarlega varðandi rafvæðingu bílaflotans. Nú þegar fæst Kia Soul sem 100% rafbíll og er með eitt mesta drægið í sínum flokki rafbílanna á markaðnum. Auk þess er væntanleg ný útgáfa af rafbíll sem við kynnum í haust og tvær mismunandi gerðir af Plug-in-Hybrid, raftengiltvinnbílum sem eru afar vinsælir í dag," segir Þorgeir Pálsson, sölustjóri Kia hjá Bílaumboðinu Öskju.

### Nýir og spennandi bílar á leiðinni

„Þetta er besta ár Kia frá upphafi á Íslandi og það er frábær árangur



Kodiaq-jepinn í prufum við bestu aðstæður

## SKODA KODIAQ Í PRUFU Á MALLORCA

Margir bíða í ofvæni eftir Skoda Kodiaq, fyrsta jeppa tékkneska bílaframleiðandans, en bíla- blaðamönnum var gefinn kostur á að reyna bílinn á Mallorca á dögunum. Greinarritari var búinn að gleyma því hve falleg Miðjarðarhafseyjan Mallorca er, en var þó ekki búinn að gleyma því hve vel Skoda tekst yfirleitt upp við smíði bíla sinna. Því var hvors tveggja notið, þ.e. að aka um hrikalegar strendur eyjarinnar þar sem vegirnir hanga gjarnan í mikilli hæð í snarbröttum hlíðum og til þess að gera það á glænýjum vel heppnum jeppa frá Skoda. Skoda hefur

greinilega ekki ætlað að klinka á neinu með smíði þessa fyrsta jeppa sins, hann er hlaðinn búnaði, með stærsta farangursrými í sínum flokki, eða 720 lítra og mesta fótarymi farþega í aftursæti. Auk þess má fá Kodiaq í 7-manna útfærslu. Hjá Heklu fengust þær upplýsingar að von væri á Kodiaq í mars á næsta ári og þá mun áhugasömum gefast kostur á að reynsluaka þessum jeppa sem hæglega gæti orðið ódýrasti kosturinn hér á landi fyrir fullvaxinn jeppa. Ítarleg reynsluakstursgrein verður í bílaþláði Fréttablaðsins er nær dregur komu Kodiaq til Íslands.

# TOYOTA SÁ FRAM Í TÍMANN MEÐ HYBRID

Líklegt er að dísilbílar verði hreinlega horfnir af framleiðslulínum evrópskra bílaframleiðenda sem annarra árið 2025. Toyota veðjaði ekki á dísilbíla heldur lagði alla áherslu á framleiðslu hybrid-bíla og nýtur nú þeirrar ávörðunar.

Fyrir mörgum árum ákvað Toyota að veðja á hybrid-bíla fyrir Evrópumarkað og tók með því ekki slaginn við evrópska bílaframleiðendur í framleiðslu dísilbíla. Sú ákvörðun virðist nú vera að bera ríkulegan ávöxt því sala hybrid-bíla í Evrópu hefur vaxið um 40% á árinu á meðan dísilbílanna evrópsku bílaframleiðendanna hefur dregist saman. Á þessu fyrsta heila ári frá dísilvélasvindli Volkswagen og þeirri andstöðu sem dísilbílar hafa mætt síðan þá er sala Toyota-bíla með hybrid-tækni orðin þriðjungur af allri sölu Toyota í Evrópu og á að fara yfir helmingshlutdeild í lok þessa áratugar.



TOYOTA PRIUS ruddi brautina fyrir hybrid-bíla Toyota og brátt mun Toyota líka auka úrvalið í tengiltvinnbílum.

### Evrópskir bílaframleiðendur nauðugur einn kostur

Þegar Prius-bíll Toyota náði heilmikilli sölu í Bandaríkjunum á fyrstu árum þess bíls seldist hann afar lítið í Evrópu og meira en helmingur bílkaupenda í Evrópu valdi dísilbíla. Toyota er reyndar enn þá með fremur litla markaðshlutdeild í Evrópu, í samanburði við Volkswagen. Volkswagen er með 24,1% hlutdeild en Toyota aðeins 4,3%. Hins vegar er evrópskum bílasmiðum nú nauðugur einn kostur að snúa sér að smíði bensínbíla og það með hybrid- eða tvinnbíla-tækni. Það þarf Toyota hins vegar ekki að glíma við og því hentar samsetning bílgerða Toyota miklu fremur evrópska markaðnum nú en þeirra evrópsku.

### Veðjuðu á réttan hest

Líklegt er að dísilbílar verði hreinlega horfnir af framleiðslulínum evrópskra bílaframleiðenda árið 2025 þar sem hvert landið á fætur öðru ætla að banna þá í löndum sínum er það ár gengur í garð. Bensínbílar með rafmótorum eru langlíklegastir til að leysa þá af hólmi og það tekur tímann sinn

### Þegar Prius-bíll Toyota náði mikilli sölu í Bandaríkjunum á fyrstu árum þess bíls seldist hann í afar litlu magni í Evrópu og meira en helmingur bílkaupenda í Evrópu valdi dísilbíla.

að laga verksmiðjur og framleiðsluferli evrópsku bílaframleiðendanna að því, en þann vanda á Toyota ekki við að glíma. Mikil pressa var á Toyota fyrir örfáum árum að koma fram með dísilbíla fyrir Evrópumarkað, en fyrirtækið þrjóskaðist við og taldi að framtíðin lægi ekki í slíkum bílum og það hefur reynst rétt.

### Þvert á evrópska bílaframleiðendur

Toyota bað söluaðila sína í Evrópu að leggja áherslu á bíla með hybrid-tækni árið 2012 þvert á stefnu evrópsku bílaframleiðendanna sem lögðu alla áherslu á dísilbíla. Ef viðskiptavinur vildi prófa Yaris var

honum einnig boðið að prófa Yaris með hybrid-tækni áður en hann fékk að prófa Yaris með dísilvél. Þessir sömu söluaðilar áttu heldur ekki í neinum vanda með að taka inn notaða hybrid-bíla Toyota þar sem þeir héldu endursöluverði svo vel og seldust því jafnharðan aftur.

### 75% fyrirframtana í C-HR eru hybrid

Toyota telur að þegar hybrid-bílar þeirra verða komnir með 50-60% hlutdeild af öllum nýjum seldum Toyota-bílum í Evrópu muni fyrirtækið selja 400-500.000 bíla í Evrópu á ári. Sífellt fleiri fyrirtæki í Evrópu eru farin að halla sér að hybrid-bílum Toyota þar sem endursöluverð dísilbíla þeirra, sem þau hafa hingað til keypt, er orðið svo lágt og því hefur Toyota vart undan að svara fyrirspurnum þeirra. Sem dæmi um góða sölu hybrid-bíla Toyota er hinn nýi C-HR sem liggur á milli þess að teljast fólksbíll og jepplingur. Um 75% af fyrirfram pöntuðum eintökum af honum eru í hybrid-útgáfu og er það eftir spám Toyota fyrirfram. Hann verður ekki í boði með dísilvél.

## Ampera-e fyrst til Noregs

Rafbíllinn Opel Ampera-e var frumsýndur á bílasýningunni í París nú í haust og vakti óskipta athygli. Um er að ræða systurbíl rafbílsins Chevrolet Bolt sem valinn var Bíll ársins í Bandaríkjunum á árinu. Ampera-e hefur ekki síður verið hampað af evrópskum bílagagnrýnendum sem snarlega krýndu hann einn af sigurvegurum 2016 AUTOBEST Awards með titlinum ECOBEST 2016. Í umsógninni kvað dómnefndin upp úr með það að með þessum tímamótaraufbíl hefði Opel tekið forystuna í harðri samkeppni rafbílanna og kynnt til sögunnar „framtiðarlausn í framþróun rafbílaevæðingar Evrópu“, eins og það var orðað. Opel Ampera-e er fullvaxinn 5-manna fjölskyldubíll með 500 km drægi, samkvæmt Evrópska NEDC-staðlinum, sem mun vera u.þ.b. 100 km meira en næsti keppinautur



hans í sambærilegum flokki. Rafhlöðusamstæðan sem er 60 kWh, er innbyggð í gólf bílsins og tekur því ekkert pláss hvorki í fólks- né farangursrýminu. Ampera-e togar 360 Newtonmetra og er aðeins 3,2 sekúndur í 50 km hraða.

### Sala hófst 14. desember

Upphaflega var gert ráð fyrir að bíllinn yrði fánlegur í Evrópu með vorinu, en í ljósi mikillar eftirspurnar gerðu Opel-verksmiðjurnar ráðstafanir til að setja markaðssetningu á Ampera-e í forgang. Nú liggur fyrir að Noregsmarkaður varð fyrir valinu sem fyrsti stökkpallur rafbílsins Opel Ampera-e í Evrópu og hófst formleg sala hans hjá frændum okkar 14. des. sl. Val Opel á Noregi sem upphafspunktur markaðssetningarinnar hefur vakið athygli, en það er stutt þeim rökum að Norðmenn hafi verið með fyrstu þjóðum til að setja sér langtíma stefnu í aukinni rafbílaevæðingu bílaflotans og fylgt henni eftir. Samkvæmt upplýsingum frá Bílaútd Benna, sem er umboðsaðili Opel á Íslandi, standa vonir til að Ampera-e komi til Íslands á næsta ári.

## TUDOR RAFGEYMAR

Vertu viðbúinn kuldanum í vetur!



**TUDOR High Tech rafgeymar**  
í allar gerðir farartækja.

**SKORRI**  
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

Bíldshöfða 12 • 110 RVK • 577 1515 • www.skorri.is

## BÍLAR

www.visir.is/bilar

Útgáfufélag: 365 miðlar ehf. Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

Auglýsingar  
Atli Bergmann  
atlib@365.is, Sími 512 5457

Umsjón blaðsins  
Finnur Thorlacius  
finnurth@365.is







Nýr Volkswagen Tiguan

# Tilhlökkunin er aftur komin í umferð.



Fallegur, dugandi í ófærum, rúmgóður.  
Jón Agnar Ólafsson, Morgunblaðinu

Tígrisdýrið skiptir um ham og stækkar.  
Finnur Thorlacius, Fréttablaðinu

... breytingarnar eru ekki síður í betri aksturseiginleikum.  
Róbert Róbertsson, Viðskiptablaðinu

Við kynnum nýjan og stærri Volkswagen Tiguan. Skarpari hönnun, ríkulegra innanrými og ótal tækninýjungar sameinast í þessum frábæra bíl sem var valinn **jepplingur ársins 2017** af Bandalagi íslenskra bílablaðamanna. Komdu og prófaðu nýjan Tiguan. Við tökum vel á móti þér.

VW Tiguan, verð frá:  
**4.950.000 kr.**



Volkswagen



## Tesla enn á eftir áætlunum í framleiðslu

Tesla náði að framleiða 76.230 bíla í fyrra, en áætlanir fyrirtækisins hljóðuðu upp á 80.000 bíla framleiðslu. Tesla hefur reyndar ávallt sett sér metnaðarfull markmið um framleiðslumagn og ekki er hægt að segja að fyrirtækið hafi skotið mjög fjarri þessu sinni. Hins vegar er pressan mikil á Tesla þar sem fyrirtækið á eftir að framleiða upp í 400.000 pantanir á nýja Model-3 bílum sem verður langdýrasti framleiðslubíll Tesla til þessa og á að kosta um 35.000 dollara. Flestir kunnugir utanaðkomandi aðilar spá því hins vegar að Tesla muni þurfa að fresta útkomu Model-3 bílsins og sumir spá því að enginn slíkur bíll verði afhentur eiganda sínum á næsta ári þó að það hafi verið á stefnuskrá Tesla.

### Áttföldun í framleiðslu á tveim árum

Í spám Elons Musk, forstjóra Tesla, er stefnan að framleiða 500.000 bíla árið 2018, eða 8 sinnum fleiri en í fyrra og finnst sumum það brótt áætlun. Til að setja framleiðslumagn Tesla í fyrra í eitthvert samhengi má geta þess að Ford seldi 72.089 eintök bara af F-150 pallbílnum í nóvember einum. Það er svipað magn og öll framleiðsla Tesla í fyrra. Það er mikið kappsmál að koma framleiðslu Tesla Model-3 í gang sem fyrst þar sem eftirspurn eftir Model-S bílnum fer dvínandi, enda bíllinn ekki alveg nýr af nálinni lengur. Framleiðsla á Model-3 hvílir að stórum hluta á afköstum nýrrar risarafhlöðuverksmiðju Tesla í Nevada, en þar er fjöldaframleiðsla þeirra nú að hefjast af miklum krafti. Til að róa markaðinn aðeins bauð Elon Musk völdum aðilum að skoða þessa verksmiðju í síðustu viku.

# ÁHERSLA Á RAFVÆÐINGU, SJÁLFBIRKNI OG NETTENGINGU

„Ég geri því ráð fyrir að á næstu 5 árum munum við sjá meiri breytingar en átt hafa sér stað sl. 20 ár,“ segir Carlos Ghosn, forstjóri Renault Nissan. Munum ferðast á skilvirkari, öruggari og umhverfisvænni hátt en áður.

Þetta eru þrjú meginviðfangsefni hins alþjóðlega bílaiðnaðar sem knýja framleiðendur til að endurskoða frá grunni hugmyndina um það hvernig bílar framtíðarinnar muni starfa og hvernig við komum til með að stjórna þeim. Þetta segir Carlos Ghosn, forstjóri og stjórnarformaður Renault Nissan. „Ef við gerum hlutina rétt mun tæknin gefa fleira fólki kost á að ferðast á skilvirkari, öruggari og á umhverfisvænni hátt en í dag og fyrir lægra verð en það gerir í dag. Þessi þróun gæti auðveldað daglegt líf og aukið lífsgæði tugi milljóna jarðarbúa. Það eru einkum þrjár grundvallarþættir sem knýja þessa tæknibyltingu:

### Mannfjöldapróun og loftslagsbreytingar

Gert er ráð fyrir að árið 2030 muni um 60% jarðarbúa búa í þéttbýli, þar sem stórborgarsvæðum með fleiri en 10 milljónir íbúa mun fjölga. Að óbreyttu mun umferðarslysum því fjölga auk þess sem þróunin myndi leiða til meiri mengunar og aukinnar orkunotkunar. Baráttan gegn loftslagsbreytingum er meginviðfangsefni núlifandi kynslóða, ekki síst þeirra sem starfa í bílaiðnaði. Strangari umhverfiskröfur verða settar á komandi árum í samræmi við stefnumörkun loftslagsráðstefnunnar í París 2015. Aukið hlutfall rafknúinna farartækja myndi hjálpa mjög í baráttunni gegn loftslagsbreytingum.

### Árangursríkari nýsköpun

Við lifum á tímum þar sem tæknipróun er mjög hröð. Tæknibyltingarnar knýja til breytinga á gömlu



RENAULT ZOE. Carlos Ghosn, forstjóri Renault Nissan, við hlið rafmagnsbílsins Renault Zoe.

Við lifum á tímum þar sem tæknipróun er mjög hröð. Tæknibyltingarnar knýja til breytinga á gömlu gildunum í atvinnulífinu og munu leiða til nýrrar iðnvæðingar þar sem bílaiðnaðurinn verður engin undantekning. Carlos Ghosn

gildunum í atvinnulífinu og munu leiða til nýrrar iðnvæðingar þar sem bílaiðnaðurinn verður engin undantekning. Ég geri því ráð fyrir að á næstu 5 árum munum við sjá meiri breytingar en hafa átt sér stað sl. 20 ár,“ segir Carlos Ghosn, forstjóri Renault Nissan.

## Fyrsta græna vinnuvélin á Íslandi

Til að takast á við hlýnun jarðar og hækkandi eldsneytisverð hafa stærstu framleiðendur heims komið fram með ýmsar nýjungar í vöruúrvali sínu og má þar helst nefna hybrid-bifreiðar. Hybrid-vélar eru þó ekki einungis í bifreiðum þar sem vinnuvélaframleiðandinn Komatsu hefur boðið upp á hybrid-lausn í mörg ár en aldrei hefur neinn íslenskur verktafi látið slag standa og pantað svoleiðis vél, fyrr en nú! Á sviði vinnuvéla voru Komatsu fyrstir á markaðinn með hybrid-lausn árið 2008. Síðan þá hefur verið stöðug þróun og í dag eru yfir 3.500 hybrid-vélar frá Komatsu í notkun um allan heim.

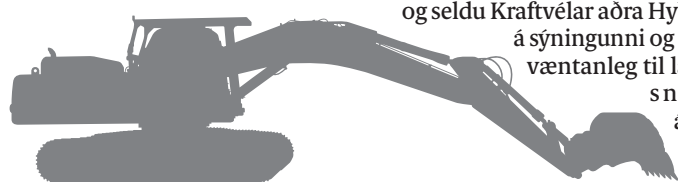
### 20-30% eyðslugrennri

Í síðasta mánuði kom svo fyrsta græna vinnuvélin hingað til landsins og er um að ræða Komatsu HB365LC-3 sem er 36 tonna beltagrafa. Þessi umrædda vél er að

meðaltali 7% dýrari en sambærileg eldsneytisvél en þá kemur á móti að eldsneytiskostnaður er um það bil 20-30% lægri. Miðað við hefðbundna ársnotkun má áætla að það taki 18 mánuði fyrir eldsneytissparnaðinn að ná upp í 7% dýrara vöruverð, allt eftir það er hreinn sparnaður og umhverfisvænn útblástur.

### Seldu aðra á frumsýningunni

Í stuttu máli eru Hybrid-vélarinnar alveg eins og hefðbundnar beltagrafúr nema þegar kemur að snúningi vélarinnar, þar notast Hybrid-vélin eingöngu við rafmagnsmotor sem hleður inn á sig við mokstur vélarinnar. Í tilefni þess að Kraftvélar fengu fyrstu grænu vinnuvélina til landsins þá ákváð fyrir tækið að efna til boðskvölds og bjóða áhugasömum aðilum, sem gætu haft áhuga á þessari vél, að koma og skoða hana. Kynningar kvöldið tókst með eindæmum vél og seldu Kraftvélar aðra Hybrid-vél á sýningunni og er sú vél væntanleg til landsins snemma á þessu ári.



## 25 ára sorgarsaga Saturn merkis GM var táknræn

Fyrir rúmum sex árum greindi General Motors frá því að það ætlaði að leggja niður Saturn-bílamerkið sem hafði verið við lýði frá árinu 1985, þótt fyrstu Saturn-bílarinn hafi ekki komið á markað fyrr en árið 1990. Saturn-merkið er ef til vill ein skýrasta birtingarmynd þeirra endalaus mistaka bandarískra bílaframleiðenda sem gerði þá á endanum órekstrarhæfa og var í kjölfarið bjargað af ríkinu. Bílar með Saturn-merkinu þóttu gegnum árin einkar illa heppnaðir. Ástæðan fyrir stofnun Saturn-merkisins hjá GM var sú samkeppni sem bandarískir bílaframleiðendur fengu með smærri bílum japanskra og evrópskra bílaframleiðenda á níunda áratug síðustu aldar. Því voru bílar Saturn minni en almennt gerðist hjá GM. GM notaði frasa eins og „A brand about people“ og „A different kind of car company“, sem hefði átt að benda til þess að Saturn framleiddi flotta og stefnumarkandi bíla. Það gerði það þó aldrei og hefur notkun á lélegu plasti í bílum líklega aldrei náð meiri hæðum en í bílum frá Saturn.

### Byggðir á Opel-bílum

Fyrstu árin gekk þó vel og höfðu bílar Saturn til hóps fólks sem



SATURN SL ágerð 1991 þótti hvorki falgur né góður bíll, en dæmigerður fyrir framleiðslu Saturn.

kaus eyðslugrennri minni bíla en samt ameríska. Þegar markaðurinn hins vegar uppgötvaði að frekari framþróun á þessum fyrstu bílum Saturn sat á hakanum fór að halla undan fæti. Árið 2000 kynnti Saturn 2000 L bílinn, sem byggður var á Opel Vectra, en Opel-merkið var þá komið undir hatt GM. Einnhvern tíma var haft eftir Jeremy Clarkson að þessi bíll hafi verið svo misheppnaður að hann yrði að teljast einn verst bíll heims frá upphafi, enda hlyti hann að hafa verið teiknaður í kaffihléi af fólki sem hafði engan áhuga á bílum. Stór orð það, en ef til vill nokkuð lýsandi fyrir framleiðslu Saturn-merkisins.

### Eingöngu markaðsdrifið

Saturn hélt áfram að setja á markað bíla sem í raun voru hannaðir af Opel á þeim tíma sem stjarna Opel skein nú ekki hvað skærast, þótt breyttir tímar séu þar á bæ um þessar mundir. Því voru bílar Saturn fremur óspennandi og ófrumlegir. Þess vegna má ef til vill segja að Saturn-merkið hafi alls ekki verið sett á laggirnar til að skapa nýja og spennandi bíla, af því að fyrirtækið var aldrei framleiðslu-drifið, heldur eingöngu markaðsdrifið og í því ljósi harla óspennandi í augum bílaáhugamanna. Fáir grétu brotthvarf Saturn-bíla-merkisins í október árið 2010.





mazda

LANGUR VEGUR FRAMUNDAN. HÚRRA!



## MAZDA CX-3

FJÓRHJÓLADRIFINN FRÁ 3.590.000 KR.  
FRAMDRIFINN FRÁ 2.940.000 KR.

Fádæma veggrip, há sætisstaða ásamt glæsilegri innréttingu gera hverja ferð í Mazda CX-3 að upplifun fyrir skynfærin. i-ACTIV AWD fjórhjóladrifið límir bílinn við veginn og akstursgleðina er erfitt að útskýra en auðvelt að upplifa í reynsluakstri.

SkyActiv spartæknin og lág bilanatíðni Mazda tryggir sparneytni og lágan rekstrarkostnað. Margvíslegur i-ACTIVSENSE öryggisbúnaðurinn tryggir öryggi allra farþega og hjálpar ökumanni að greina og forðast aðsteðjandi hættur.

KOMDU, REYNSLUAKTU OG UPPLIFÐU MAZDA CX-3  
[mazda.is](http://mazda.is)

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

Búnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.



Öruggur staður til að vera á



## KOSTIR OG GALLAR

## TOYOTA C-HR



TOYOTA

- 1,2 EÐA 1,8 L BENSÍNVÉL
- 116-122 HESTÖFL
- FRAMHJÓLADRIF EÐA FJÓRHJÓLADRIF

**Eyðsla** 3,6 l/100 km í bl. akstri  
**Mengun** 82 g/km CO<sub>2</sub>  
**Hröðun** 10,9 sek.  
**Hámarks hraði** 190 km/klst.  
**Verð frá** 3.940.000 kr.  
**Umboð:** Toyota á Íslandi



- Fallegur
- Aksturseiginleikar
- Eyðsla
- Verð



- Skortir öflugri vélarkost
- Lítið skottrými



## TOYOTA C-HR

Hér kveður við nýjan tón í hönnun Toyota-bíla og víst er að mörgum líkar útlit bílsins.

# TÍMAMÓTABÍLL FRÁ TOYOTA

**REYNSLUAKSTUR TOYOTA C-HR** Best heppnaði bíll Toyota á síðustu árum, djarflega teiknaður og gullfallegur bíll sem vekur alls staðar athygli. Auk þess mjög góður akstursbíll og alger sparibaukur. Býðst bæði í hybrid-útgáfu og með spræka 1,2 lítra vél með forþjöppu.

Finnur  
Thorlacius

finnurth@365.is



Það var með mikilli gleði sem brugðið var undir sig betri fætinum og skundað til Madrid að prófa nýjustu afurð Toyota, C-HR. Helsta ástæða þess var hve djarflega og fallega teiknaður þessi bíll er og loks komið að því að Toyota tæki vinkilbeygju hvað útlit bíla sinna varðar og segði skilið við íhaldssamt útlit.

**Toyota C-HR er 4,36 metra langur, eða álíka og fyrsta kynslóð RAV4. Hann er smíðaður á glænýjum undirvagni, reyndar þeim sama og er undir nýjum Prius. Hann er með lægsta þyngdarpunkt bíla í sínum flokki, þ.e. C-stærðarflokki.**

Toyota C-HR er einfaldlega einn mest spennandi bíll sem Toyota hefur nokkurn tíma smíðað. Hann liggur á milli þess að vera fólksbíll og jepplingur, þó svo útlitið bendi til þess að þar fari fremur jepplingur. Bíllinn er fólksbíll að því leyti að hann er með aksturseiginleika fólksbíla þrátt fyrir að sætis-hæðin sé há og sannaðist það vel í mjög svo löngum reynsluakstri í sveitunum kringum Madrid. Ekki verður annað sagt en bíllinn hafi verið reyndur til fulls, en ekin var samsvarandi vegalend og er milli Reykjavíkur og Akureyrar og það

í svo íslensku veðri að leiðangursmenn fengu næstum heimþrá, það er að segja ef það getur tengst hagléli og hita rétt yfir frostmarki.

#### Val um tvær vélargerðir

Toyota C-HR er 4,36 metra langur, eða álíka og fyrsta kynslóð RAV4. Hann er smíðaður á glænýjum undirvagni, reyndar þeim sama og er undir nýjum Prius. Hann er með lægsta þyngdarpunkt bíla í sínum flokki, þ.e. C-stærðarflokki. Fjöðrunarbúnaður bílsins virðist einkar vel heppnaður og tryggir að hliðarhalli hans í beygjum er í

algjöru lágmarki og var það reynt æði oft og haft gaman af á löngum akstrinum. Til reynslu voru báðar vélargerðirnar sem bíllinn kemur með í upphafi, eða 1,8 lítra bensínvél með hybrid-kerfi til aðstoðar og 1,2 lítra bensínvél með forþjöppu. Reyndust þær báðar góðar og álíka aflmiklar þótt smærri vélin hafi þar örlítið snerpuvinninginn. Hins vegar reyndist eyðsla hybrid-bílsins í reynsluakstrinum nokkru minni þrátt fyrir meira sprengirými og munaði þar allnokkru. Samt sem áður var eyðsla turbó-bílsins mjög

## VÖRUBÍLAR OG VINNUVÉLAR

Sérblaðið Vörubílar og vinnuvélar kemur út 31. janúar. Í þessu blaði er hægt að kaupa auglýsingar sem og kynningar.

Áhugasamir hafið samband við:

Jón Ívar Vilhelmsson  
Sími 512 5429  
jonivar@365.is

FRÉTTABLAÐIÐ





viðunandi og því fara þarna tveir mjög eyðslugrannir bílar. Engin dísilvél er í boði í C-HR og er það hið besta mál. Hins vegar kom fram í spjalli við forráðamenn Toyota í Madrid að til greina komi að bjóða seinna meir aflmeiri vél í bílinn. Það er bæði búist við því erlendis sem hér á landi að þrjár af hverjum fjórum kaupendum C-HR velji sér hybrid-bílinn og að þar ráði minni eyðsla mestu, sem og umhverfisþátturinn.

**Mjög lítil eyðsla hybrid-útgáfunnar**

Hybrid-gerðin er með uppgefna 3,6 lítra eyðslu í blönduðum akstri en turbó-bílinn með 5,5 lítra. Í reynsluakstrinum slógu þeir báðir nálægt þessum tölum. 1,8 lítra vélin í hybrid-bílnum er 122 hestöfl en litla 1,2 lítra vélin með forþjöppunni er 116 hestöfl, en með mun meira tog, eða 185 Nm á móti 142. Því er hún snarpari ef hraða skal bílnum og þá í finu lagi að láta það gerast á háum snúningi. Segja má að akstursegingleikar þessa bíls slái út alla aðra Toyota-bíla, ef undan er skilinn GT86 sportbílinn. Hann undirstýrir nánast ekki neitt, mjög gott er að finna honum rými á miðjum vegi, öikumanni finnst hann mjög öruggur og hliðarhalli afar litill í beygjum. Rétt er að benda þeim á, sem velja sér 1,2 lítra turbó-bílinn, að best er að halda honum á yfir 2.500 snúningum og allt að 5.500 snúningum, en þannig fæst mest út úr vélinni. Með þessari vél er líka hægt að fá C-HR með fjórhjóladrifi, en aðeins með framhjóladrifi í Hybrid-útgáfunni.

**3,6**  
lítra eyðsla í hybrid-útgáfu bílsins og 5,5 lítrar í hinni gerð hans.

**Vakti alls staðar athygli**

Toyota C-HR bíllinn er eins og fyrr sagði óvenjulega frísklega teiknaður bíll sem fær augu nálægra til að elta sig og sást það vel er ekið var í höfuðborginni spænsku og vakti hann alls staðar athygli. Toyota hefur einnig lukkast frábærlega við innréttingu bílsins og minnst greinarhöfundur þess ekki að hafa séð betur útfærða og fegurri innréttingu í Toyota-bíl, sem og skemmtilegra litaspil, hönnun, efnisval og frágang. Frábært JBL-hljóðkerfi var í reynsluakstursbílnum með 9 hátölurum og 576 W styrk, en það þarf að panta sérstaklega. C-HR fer í sölu fljótlega á þessu ári og svo mikil spenna er fyrir bílnum laglega að pantanir hafa hrannast upp. Með C-HR kemur einkar heppilegur bíll inn í góða bílafloðu Toyota og ekki er nokkur vafi á því að þessi bíll verður gríðarlega vinsæll hérlandis og mun fást á hóflegu verði, enda fer hér ekki stór bíll, en praktískur þó. Áætluð sala C-HR í Evrópu er 100.000 eintök á ári.



**SÆTIN**  
Mjög falleg sæti eru í bílnum

**INNRETTINGIN**  
er sú fallegasta sem sést hefur í Toyota-bíl

**LITASPIL**  
Bæði litanotkun og efnisval er til fyrirmyndar



**SUZUKI NOTAÐIR BÍLAR**



**SUZUKI Swift GL 4x4.** Skr. 05.2015, ekinn 42 þ.KM, bensín, 5 gírar.  
**Verð 2.180.000.**  
Rnr.101473.



**NISSAN Note Visia.** Skr. 05.2011, ekinn 107 þ.KM, bensín, 5 gírar.  
**Verð 1.230.000.**  
Rnr.101513.



**MAZDA 3 Core.** Skr. 09.2015, ekinn 17 þ.KM, bensín, 6 gírar.  
**Verð 2.490.000.**  
Rnr.101412.



**HONDA Jazz Elegance.** Skr. 05.2014, ekinn 42 þ.KM, bensín, sjálfskiptur.  
**Verð 2.480.000.**  
Rnr.101430.



**SUZUKI Swift GL.** Skr. 06.2015, ekinn 29 þ.KM, bensín, 5 gírar.  
**Verð 1.890.000.**  
Rnr.101438.



**SUZUKI SX4 S-Cross GL 2WD.** Skr. 12.2015, ekinn 6 þ.KM, bensín, 5 gírar.  
**Verð 3.280.000.**  
Rnr.101422.



**SUZUKI Grand Vitara Premium.** Skr. 12.2010, ekinn 106 þ.KM, bensín, 5 gírar, upphækkaður, dráttarbeisli.  
**Verð 2.150.000.**  
Rnr.101485.



**SUZUKI Grand Vitara Limited.** Skr. 01.2013, ekinn 68 þ.KM, bensín, sjálfskiptur, sóllúga, dráttarbeisli.  
**Verð 3.380.000.**  
Rnr.101478.



**KIA Picanto LX.** Skr. 06.2013, ekinn 55 þ.KM, bensín, 5 gírar.  
**Verð 1.290.000.**  
Rnr.101496.



Suzuki bílar hf • Skeifan 17 • 108 Reykjavík • Sími 568 5100 • www.suzuki.is

**Komdu og skoðaðu úrvalið**





Þessir fallegu afturendar eiga það sameiginlegt að vera mismunandi útgáfur bílsins úr American Graffiti, Deuce Coupé Hot Rod.

# KALKÚNAKEYRSLAN Í NÍTJÁNDA SINN

54 manna íslenskur hópur fór á Daytona Turkey Run en á hverju ári í 19 ár samfelld hefur Sigurður Lárusson ásamt Ícelandair skipulagt hóperð á sýninguna vinsælu. Nú þegar er hafin skipulagning á tuttugu ára afmælisferðinni á næsta ári.

**T**urkey Run bílasýningin er orðin mörgum Íslendingum vel kunn en hún fær nafn sitt vegna þess að hún er haldin á þakkargjörðarhátiðinni, þar sem kalkúnn er hátíðarrétturinn þá helgina eins og flestir þekkja. Reyndar mætti þýða nafnið á sýningunni sem Kalkúnakeyrsluna upp á íslensku en síðustu helgina í nóvember síðastliðnum var hún haldin í 43. sinn. Það var líka í nítjándu skiptið sem Sigurður Lárusson í samstarfi við Ícelandair var með skipulagða hóperð á sýninguna vinsælu. Hópur 54 Íslendinga var með að þessu sinni og fékk undirritaður að fljóta með.

## Sex þúsund bílar

Sýningin var fyrst haldin árið 1974 og voru þá aðeins 40 bílar meðlima Daytona Beach Street Rods til sýnis. Hún fór þó ört stækkandi og árið 1989 var sýningin í fyrsta sinn haldin á hinni risavöxnu Daytona International Speedway kappakstursbraut. Sýningin er líka risavaxin í sniðum og í ár voru yfir 6.000 bílar til sýnis auk annars varnings sem til sýnis var eða sölu, en stór hluti svæðisins var þakinn básum með allt frá gömlum bílútvörpum upp í endursmíðaðar átta gata keppnisvélar til sölu. Sýningin virðist líka vera vinsæl hjá bílaklúbbum víðsvegar um Bandaríkin og fjölmenntu margir þeirra í hópum og voru með afmörkuð svæði á sýningunni. Sýningin er skemmtileg fyrir margra hluta sakir. Þar ægir saman alls konar gerðum bíla, hvort sem það eru óbreyttir fornbílar eða mikið breyttir götukaggar, ryðgaðir Rat Rods eða gljáfægðir gullvagnar. Bílarnir virðast líka mikið vera á hreyfingu því að margir tóku þá út af sýningarsvæðinu seinni-partinn svo að rúnturinn eftir



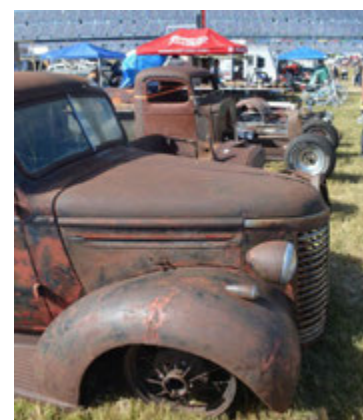
Flestir hinna rúmlega fimmtíu Íslendinga sem heimsóttu sýninguna í ár samankomnir fyrir hópmyndatöku á laugardeginum. Maðurinn með rauðu axlaböndin er stjórnandi sýningarinnar en Sigurður og hann eru perluvinir eins og sjá má.

Atlantic Avenue þar sem hótél Íslendinganna var, gat verið ansi líflægur á kvöldin.

## Leitin að gullvagninum

Eitt af því sem undirritaðan langaði

mikið að sjá á þessari sýningu var eintak af tveggja dyra Chevrolet Impala 1959, en faðir minn átti slíkan bíl á sokkabandsárunum og til eru margar góðar sögur af þeim gullvagni. Á fyrsta degi rakst maður



strax á nokkur eintök af Impala 1960, bæði tveggja og fjögurra dyra, með eða án blæju en sá bíll er nokkuð frábrugðinn 1959 bílnum og þá sérstaklega ljósinn. Á degi tvö fannst svo í horni sýningarinnar

**Eitt af því sem undirritaðan langaði mikið að sjá á þessari sýningu var eintak af tveggja dyra Chevrolet Impala 1959, en faðir minn átti slíkan bíl á sokkabandsárunum.**

eintak af 1959 bíl með augnaljósum að aftan en þá var það því miður fjögurra dyra týpa. Það var ekki fyrr en á þriðja degi sem það hljóp á snærið hjá undirrituðum en í pyttinum á brautinni, næst aðalsvæði sýningarinnar, leyndist eintak af slíkum bíl sem meira að segja keppti í Daytona-keppninni á árum áður. Það var tveggja dyra bill af rétttri árgærd, með 348 vélinni og svokölluðum „sixpack“ blöndungum og Turboglide-skiptingu. Þannig skilaði billinn 320 hestöflum óbreyttur frá framleiðanda sem þótti nokkuð gott. Það má segja nánast öruggt að hver og einn finnur eitthvað við sitt hæfi á þessari skemmtilegu sýningu, því að þessi bíll er ekki mjög algengur.

## Afmælisferð í burðarliðnum

Sigurður Lárusson er þegar farinn að skipuleggja 20 ára afmælisferðina og býst við að bryddað verði upp á einhverju skemmtilegu af tilefninu. „Við erum þegar komin með dagsetningar fyrir 2017 en farin verður tveggja vikna ferð 16.-29. nóvember fyrir þá sem vilja gera gott frí úr ferðinni, enda margt skemmtilegt að skoða í nágrenni Daytona,“ sagði Sigurður í stuttu viðtali við blaðamann. „Elsti bær Bandaríkjanna, St. Augustine, er í aðeins klukkustundar fjarlægð frá Daytona sem og NASA Kennedy Space Center. Einnig er stutt í skemmtigarða Disney, Universal og Seaworld í Orlando.

Njáll Gunnlaugsson





## Ótrúlegt tilboð á nokkrum Stema 2.7 og 3.5 tonna tækjakerrum



Lækkun upp á kr. 130.000,-

2.7 tonna tækjakerra á aðeins kr. 669.000,- án vsk  
3.5 tonna tækjakerra á aðeins kr. 769.000,- án vsk

| Smákerrur   | Snjósleðakerrur  | Flutningakerrur  | Sturtukerrur             | Tækjakerrur              | Bílakerrur               |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
|---|--|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|---------------------------------|--|----------------------|---------|---------------|--------|-----------------|---------|--|--|------|------|------------------------|------------|--------------------------|------------|--------------------------|--|---------------|--------|-----------------|---------|--|
| <p>Stema 550 og 750 Basic. Einnig yfirbyggingar, lok, segl og skjólborðahækkanir.</p> <p>Stærð á palli: 201x108 cm<br/>Heildarstærð: 292x150x87<br/>Burður: 615 kg<br/>Dekkjastærð: 13"<br/>Þyngd: 135 kg</p> | <p>Stema 750 MUT kerrur fyrir snjósleða og fjórhjól með stórum gaffli og hallanlegum palli.</p> <p>Stærð á palli: 313x128 cm<br/>Heildarstærð: 599x210x73 cm<br/>Burður: 559 kg<br/>Dekkjastærð: 13"<br/>Þyngd: 191 kg</p> | <p>Stema 2700 og 3500 kg flutningavagnar á frábæru verði. Afgreiddir með hliðarborðum, skráningu og tilbúin til notkunar.</p> <table border="1"> <tr> <td>2700</td> <td>3500</td> </tr> <tr> <td>Stærð á palli: 401x203</td> <td>401x203 cm</td> </tr> <tr> <td>Heildarstærð: 568 x 216 x 70 cm</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Dekkjastærð: 4 x 13"</td> <td>4 x 13"</td> </tr> <tr> <td>Þyngd: 466 kg</td> <td>466 kg</td> </tr> <tr> <td>Burður: 2234 kg</td> <td>3034 kg</td> </tr> </table> | 2700                     | 3500                     | Stærð á palli: 401x203   | 401x203 cm | Heildarstærð: 568 x 216 x 70 cm |  | Dekkjastærð: 4 x 13" | 4 x 13" | Þyngd: 466 kg | 466 kg | Burður: 2234 kg | 3034 kg | <p>Stema 2700 kg sturtuvagnar með rafdrifinnar vökvadælu. Sérþöntun á sturtuvögnum með aftur- og hliðarsturtu.</p> <p>Stærð á palli: 301x153 cm<br/>Heildarstærð: 441 x 166 x 70 cm<br/>Dekkjastærð: 4x13"<br/>Þyngd: 650 kg<br/>Burður: 2050 kg</p> | <p>Stema 2700/3500 tveggjahásinga. Sterkar og öflugar kerrur með sliskjum á góðu verði.</p> <table border="1"> <tr> <td>2700</td> <td>3500</td> </tr> <tr> <td>Stærð á palli: 301x141</td> <td>301x165 cm</td> </tr> <tr> <td>Heildarstærð: 503/202/66</td> <td>503/227/66</td> </tr> <tr> <td>Dekkjastærð: 195/50 R13C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Þyngd: 725 kg</td> <td>750 kg</td> </tr> <tr> <td>Burður: 1975 kg</td> <td>2750 kg</td> </tr> </table> | 2700 | 3500 | Stærð á palli: 301x141 | 301x165 cm | Heildarstærð: 503/202/66 | 503/227/66 | Dekkjastærð: 195/50 R13C |  | Þyngd: 725 kg | 750 kg | Burður: 1975 kg | 2750 kg | <p>Stema 3500 bílavagnar með sliskjum, hallanlegum palli og búnaði til að draga tæki upp á hann.</p> <p>Stærð á palli: 400x201 cm<br/>Heildarstærð: 599x210x73 cm<br/>Burður: 2660 kg<br/>Dekkjastærð: 13"<br/>Þyngd: 840 kg</p> |
| 2700  | 3500   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Stærð á palli: 401x203  | 401x203 cm   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Heildarstærð: 568 x 216 x 70 cm   |  |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Dekkjastærð: 4 x 13"  | 4 x 13"  |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Þyngd: 466 kg   | 466 kg   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Burður: 2234 kg   | 3034 kg  |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| 2700  | 3500   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Stærð á palli: 301x141  | 301x165 cm   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Heildarstærð: 503/202/66  | 503/227/66   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Dekkjastærð: 195/50 R13C  |  |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Þyngd: 725 kg   | 750 kg   |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Burður: 1975 kg   | 2750 kg  |  |                          |                          |                          |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |
| Kr. 105.741,- án vsk  | Kr. 212.194,- án vsk   | Frá kr. 483.120,- án vsk   | Frá kr. 791.120,- án vsk | Frá kr. 799.000,- án vsk | Frá kr. 599.000,- án vsk |            |                                 |  |                      |         |               |        |                 |         |  |  |      |      |                        |            |                          |            |                          |  |               |        |                 |         |  |

### Stema 750 kerrur fyrir iðnaðarmenn



- flatvagn sem tekur hefðbundna stærð af tréplötum
- hægt að vera með skjólborð (auðvelt að taka af)
- box fyrir tækjageymslu eða verkstæði (aukabúnaður)
- box er með tveimur hurðum og læst með lykli
- box er með festingum á hlið fyrir hurðir við opnun
- þessi kerra er ekki skráningarskyld og ber 573 kg

Stema Systema 750 (pallur 251x153) er á kr. 199.000,- án vsk

### Stema 750 boxkerrur fyrir ferðalög



- farangurskerra fyrir minni langferðabíla
- farangurskerra fyrir ferðafólk á bilaleigubílum
- flutningakerra fyrir fólk með fjölbreyttan búnað
- tækjakerra fyrir sjálfstæða iðnaðarmenn
- lok á kerrum eru læst með lykli og með vökva lyftitjakk
- hægt er að fá skjólborðahækkun og boxhæð er þá um 90 cm

Stema 550 með loki er á aðeins kr. 182.111,- án vsk

| Gerð kerru        | Verð áður (án vsk) | Verð í dag (án vsk) | Lækkun |
|-------------------|--------------------|---------------------|--------|
| 550 Basic kerrur  | Kr. 104.032,-      | Kr. 91.548,-        | 12%    |
| 750 Basic kerrur  | Kr. 120.161,-      | Kr. 105.741,-       | 12%    |
| 750 MUT kerrur    | Kr. 241.129,-      | Kr. 212.194,-       | 12%    |
| 2700 kerrur       | Kr. 549.000,-      | Kr. 483.120,-       | 12%    |
| 3500 kerrur       | Kr. 599.000,-      | Kr. 527.120,-       | 12%    |
| 2700 sturtukerrur | Kr. 899.000,-      | Kr. 791.120,-       | 12%    |
| 3500 bílakerrur   | Kr. 849.000,-      | Kr. 799.000,-       | 5.9%   |
| 2700 bílakerrur   | Kr. 649.000,-      | Kr. 599.000,-       | 7.7%   |

# ÁSAFL

Hjallahrauni 2 - 220 Hafnarfjörður  
Sími 562 3833 - asafl@asafl.is - www.asafl.is



KOSTIR OG GALLAR  
KIA OPTIMA

• BENSÍN- OG DÍSLVÉL • 141-245 HESTÖFL • FRAMHJÓLADRIF

**Eyðsla** 4,2 l/100 km í bl. akstri  
**Mengun** 110 g/km CO<sub>2</sub>  
**Hröðun** 10,9 sek.

**Hámarkshraði** 200 km/klst  
**Verð frá** 4.690.000 kr.  
**Umboð:** Askja



- Útlit
- Aksturseginnleikar
- Alaðinn búnaði



- Stýring tekur stundum fram fyrir hendurnar á ökumanni
- Lágur framendi



**KIA OPTIMA** hefur ávallt þótt fagur bíll, en ekki versnaði hann í langbaksgærd.

# OPTIMA FEGURÐ Í FJÓRUM ÚTGÁFUM

**REYNSLUAKSTUR - KIA OPTIMA** Fjórða kynslóð Optima fæst nú sem langbakur, tengiltvinnbíl, skutbíl og í GT-kraftaútgáfu. Kærkomnar viðbætur á einum fallestasta bíl götunnar. Nýja kynslóðin hlaðin tækni og með glæsilegt innanrými.

Finnur Thorlacius  
finnurth@365.is



Alt frá því að Kia kynnti þriðju kynslóð Optima-bílsins árið 2010 hafa bílaáhugamenn mært útlit hans. Bíllinn teiknaði Peter Schreyer, aðalhönnuður Kia frá árinu 2006 og einn best metni bílahönnuður heims þá og nú. Nú er fjórða kynslóð Optima komin á markað og er hann á leiðinni til landsins. Peter Schreyer var enn við teikni-borðið við hönnun hans og ef eitt-hvað er hefur bíllinn enn fríkað og mikið bæst við hvað nýja tækni áhrærir. Það sem meira er að nú hefur bæst við langbakur, tengiltvinnútgáfa og öflugri gerð hans, en það hefur einmitt verið það sem aðdáendum bílsins hefur þótt skorta á allt til þessa. Margir munu fagna þessu aukna framboði á þessum fallega bíl og er undirritaður einn þeirra. Kia Optima er bíll í þeim stærðarflokki fólkubíla sem átt hefur undir högg að sækja bæði hér á landi sem erlendis, ekki síst vegna aukins framboðs á jepplingum. Þó seljast bílar í þessum flokki í skipsförmum um allan heim, en Optima keppir við vinsæla bíla eins og Volkswagen Passat, Ford Mondeo, Mazda6 og Honda Accord, svo einhverjir séu nefndir, en hefur samt tekist vel upp í samkeppninni. Þessi stærðarflokkur bíla er kallaður D-Segment og hefur sala bíla í þeim flokki staðnað á síðustu árum í Evrópu í 1,3 milljóna bíla sölu og er svipaðri sölu spáð á næstu tveimur árum. Enn fremur hefur sala langbaka í D-flokki líka



**MIKID PLÁSS** er í langbaksgærdinni og allt skipulag til fyrirmyndar í öllum gerðum bílsins.

**ALLT Í LEDRI** Tengiltvinnbílinn er klæddur leðri í grunnútgáfunni.

staðnað í um 50% seldra bíla og er því áfram spáð.

## Gullfallegur að innan og hlaðinn tækni

Kia Optima af fjórðu kynslóð var prófaður í haust í München í Þýskalandi og vart hægt að finna betri aðstæður til að prófa slíkan bíl á bestu vegum álfunnar. Allt í

senn voru í prufu sedan-útfærsla bílsins, langbakurinn, GT-kraftaútgáfan og tengiltvinnbílinn. Var þar úr mörgu góðu að velja. Afar góð tilfinning var að setjast um borð því á móti manni tekur ein af fallegri innréttingum bíla og vart hægt að greina muninn frá mun dýrari lúxusbílum. Reyndar var þriðja kynslóðin fríð að

innan líka, en enn hefur Kia bætt í fágunina og efnisvalið betra og sætin frábær. Í GT-útgáfunni eru leðurklædd sportsæti stöguð með rauðum þræði og virkilega fyrir augað. Í tengiltvinnútgáfunni eru leðursæti staðalbúnaður og innrétting hans ekki mikill eftirbátur GT-útgáfunnar. Skottrými er gott í þessum stóra bíl, eða 552 og 1.686 lítrar ef aftursætin eru lögð niður. Auk þess eru nokkuð stór geymsluhólf undir farangursgólfinu sem koma sér vel fyrir verðmæta hluti og búnað sem alltaf á að vera í bílnum. Margar aðrar sniðugar lausnir fylgja, svo sem farangursnet, stangir á brautum til að hemja farangur, 12 volta tengi og öryggisnet fyrir ofan aftursætin.

## Stífur, en frábær í akstri

Akstur Optima reyndist mjög ánægjulegur, en hann er þó með stífari fjöðrun en flestir keppinautar hans. Hún er engu að síður ekki of hörð en sportleg fyrir vikið. Einhverjir myndu kjósa mýkri fjöðrun, en það myndi líklega koma niður á aksturseginnleikum. Þeir eru til fyrirmyndar, utan þess að stundum fannst manni að bíllinn væri að leiðrétta sig á vegi og stýringin væri því ekki fullkomlega á bílstjórans valdi. Með öllum þeim aðstodarkerfum sem eru í mörgum nýjum tæknivæddum bílum vill þetta oft verða raunin, en telst ekki til kosta að mati greinarskrifara. Mikid af akstursöryggisbúnaði er í bílnum, hann staðnæmist sjálfur við aðsteðjandi hættu ef ökumaður gerir það ekki sjálfur, getur sjálfur haldið jöfnu bili frá bílnum á undan, er með blindpunkts- og akreinaskipatavíðvörðun, nálgunarvara og í leiðsögukerfi bílsins má sjá leyfilegan

hámarkshraða á öllum vegum. Háu ljósin lækka sjálf við aðsteðjandi umferð, bíllinn leggur sjálfur í stæði og fá má 360 gráðu myndavélasýn kringum bíllinn. Fá má 490 watta Harman Kardon hljóðkerfi í bíllinn með 8 hátölurum og bíllinn þá sem hljómleikahöll. Skottið opnar sig sjálf með nálgunarskynjara og sætin eru bæði með hitara og kæli. Þarna fer því hátæknivæddur bíll, en sumt af þessum búnaði þarf að panta sér.

## 7 gíra sjálfskipting með tvöfaldri kúplingu

Optima er nú með 7 gíra sjálfskiptingu með tveimur kúplingum sem svínvirkar. Bíllinn kemur með rafstýrðum dempurum frá Sachs og má stjórna aksturshegðun bílsins með stjórnatakka sem einnig hefur áhrif á skiptingar og snúning vélar. 1,7 lítra díslvélin er nú með 27% minni mengun og ætti það að flytja Optima vel niður um vörugjaldsflokk. Auk þess er vélin 5% sneggri í 100 og með 5% meira tog. Er þessi vél 141 hestafl og með 340 Nm tog. Auk hennar má fá 245 hestafla bensínvél og með henni er bíllinn 7,4 sekúndur í hundradíð. Tengiltvinnútgáfan er 205 hestöfl, með uppgefna 1,6 lítra eyðslu og kemst 980 km á fullum tanki og rafhleðslu. Fyrstu 54 km kemst hann á rafmagninu einu saman. Mjög spennandi bíll þar á ferð með engin vörugjöld og býðst því á góðu verði. Það má því segja að Optima sé nú loks við hvers manns hæfi og ánægjulegt að sjá þessar nýju útgáfur hans. Þarna fer einn fallestasta bíll götunnar, hlaðinn nýjustu tækni. Í Optima finnast fáir gallar, aðeins áðurnefnt inngríp í stýringu og fremur lágur framendi bílsins.





Fimm ára ábyrgð



# VIÐ KYNNUM Á STÓRA SVIÐIÐ TIVOLI XLV

— FJÓRHJÓLADRIFINN OG SJÁLFSKIPTAN SPORTJEPPA —

Ævintýrið heldur áfram. Öll þekkjum við fjórhjóladrifnu Íslandsvinina frá SsangYong; Rexton, Korando og Tivoli, nú kynnum við á stóra sviðið nýjasta meðlim þessarar geðþekku jeppagrúppu; Tivoli XLV.

Tivoli XLV er vel útlátinn og sækir rokkað útlitið til litla bróður síns og nafna, en er extra langur og einstaklega fjölhæfur. SsangYong jepparnir hafa vakið mikla athygli fyrir hönnun, hagstætt verð og frábæra aksturseiginleika. Tivoli XLV er þar enginn undantekning og býður uppá staðalbúnað sem er aðeins fáanlegur í mun dýrari sportjeppum.

TIVOLI - VERÐ FRÁ: 3.290.000 KR.  
TIVOLI XLV - VERÐ FRÁ: 3.890.000 KR.

Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.



Sérfræðingar í bílum

Verið velkomin í reynsluakstur!

Reykjavík  
Tangarhófða 8  
Sími: 590 2000

Reykjanesbær  
Njarðarbraut 9  
Sími: 420 3330

Bílaríki, Akureyri  
Glerárgötu 36  
Sími: 461 3636

benni.is.

Opíð:  
Virka daga frá 9:00 til 18:00  
Laugardag frá 12:00 til 16:00



SSANGYONG





## Stórsýning HEKLU 2017 næsta laugardag

Þetta er í annað árið í röð sem HEKLA blæs til stórsýningar. Í fyrra sló stórsýningin öll aðsóknarmet en okkur taldist til að vel yfir 2.000 manns hefðu komið og notið dagsins með okkur. Allir salir verða nýttir til hins ýtrasta því við teflum fram öllum okkar bílaflota. Auk þess að halda allsherjar bílaveislu með úrval tilboða verðum við með frábærar frumsýningar og forsjningar, auk þess sem forsala hefst á ótrúlega flottum bílum. Ókrýnd frumsýningarstjarna dagsins er án efa nýjasti Q-meðlimur Audi, jeppingurinn Audi Q2, sem Íslendingar hafa beðið eftir með óþreyju frá því tilkynnt var um komu hans á síðasta ári. Mitsubishi frumsýnir jeppinginn ASX með nýju útliti og nýr Volkswagen up! verður kynntur til leiks. Volkswagen atvinnubílar forsjna svo aðra kynslóð lúxuspallbilsins Amarok.

### Skoda Kodiaq jeppinn frumsýndur

Fyrsti jeppinn í fullri stærð frá Skoda, Skoda Kodiaq, verður án efa einn heitasti bíll ársins. Við höfum fengið gríðarlega mikið af fyrirspurnum um bílinn og ætlum að nýta tækifærið og hefja forsölu á honum á stórsýningunni. Að auki verður forsala hafin á nýjum e-Golf með mikið auknu drægi en samkvæmt NEDC-staðlinum (New European Driving Cycle) kemst hann nú allt að 300 kílómetra. Það verður margt um að vera í sýningarsölunum; veitingar, tattúbar fyrir börnin, veltibíllinn verður á staðnum og reynsluakstur í boði.



### Mercedes Benz framúr BMW

Eftir 12 ára veru sem stærsti lúxusbílaframleiðandi heims hefur BMW nú fallið í annað sætið á eftir Mercedes Benz. Benz náði að selja 2,08 milljónir bíla í fyrra og þó svo að endanlegar sölutölur frá BMW séu ekki ljósar enn þá er alveg víst að Benz hefur tekið fram úr BMW þetta árið. Þegar nóvembertölurnar voru ljósar hafði Mercedes Benz tæplega 70.000 bíla forskot á BMW, en þá hafði Benz selt 1.993.619 bíla á móti 1.824.490 bílum BMW. Í þriðja sæti kom svo Audi með rétt um 1,8 milljóna bíla sölu. Vöxtur Mercedes Benz hefur á síðustu árum verið nokkru hraðari en hjá bæði BMW og Audi og allar líkur eru á því að Benz sé komið á toppinn til að vera og láta þessa kórónu ekki svo auðveldlega afhendi á næstu árum.

## PEUGEOT SKRÓPAR Á FRANKFURT MOTOR SHOW

Æ algengara virðist að stórir bílaframleiðendur sniðgangi stærstu bílasýningar heimsins. Franski bílaframleiðandinn Peugeot hefur nú tilkynnt að fyrirtækið ætli ekki að sýna bíla sína á komandi bílasýningu í Frankfurt á næsta ári. Það gerir Peugeot vegna þess að fyrirtækið vill leggja meiri fjármuni í markaðssetningu á netinu og með því þurfi að spara í öðrum markaðskostnaði, þar á meðal þátttöku á bílasýningum. Hjá Peugeot hefur markaðskostnaður á netinu hækkað úr 15 prósentum í 30 á undan-

förnum þremur árum og til stendur að hækka hann í 50% við enda þessa áratugar. Peugeot hefur einnig sagt að fyrirtækið vilji frekar verja fjármunum í sýningar á bílum sínum þar sem tilvondandi kaupendur geta prófað bíla þeirra, en það er ekki hægt á bílasýningum eins og í Frankfurt. Enn ein ástæða þess að Peugeot sniðgengur bílasýninguna í Frankfurt er sú að markaðshlutdeild Peugeot í Þýskalandi er aðeins 1,7%. Peugeot mun væntanlega seint sniðganga bílasýninguna stóru í París sem haldin er annað hvert ár.



[www.krokur.net](http://www.krokur.net)  
**522 4600**

## Taktu Krók á leiðarenda

Krókur er fyrirtæki sem að hefur sérhæft sig í flutningum og björgun ökutækja. Félagið rekur einnig þjónustumiðstöð fyrir tjónaökutækja þar sem veitt er ahlíða þjónusta í meðhöndlun tjónabifreiða og annarra bifreiða samkvæmt óskum viðskiptavina.

Krókur býður m.a. uppá:

- Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum



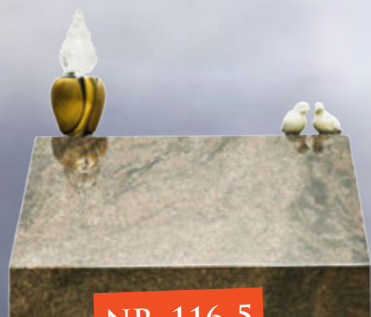
**KRÓKUR**  
á þinni leið

Suðurhraun 3, 210 Garðabær



# MIKIÐ ÚRVAL FALLEGRA LEGSTEINA Á MJÖG GÓÐU VERÐI

ÁLETRUN OG UPPSETNING ERU INNIFALIN Í VERÐUNUM



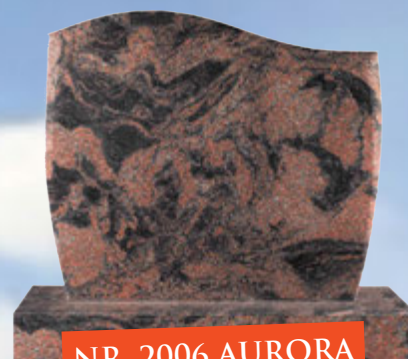
NR. 116-5  
VERÐ KR. 209.000



NR. 2042  
VERÐ KR. 178.900



NR. 2046  
VERÐ KR. 251.900



NR. 2006 AURORA  
VERÐ KR. 245.900



NR. 104 SHANXI BLACK  
VERÐ KR. 325.900



NR. 113 PARADISO  
VERÐ KR. 285.900



NR. 2021  
VERÐ KR. 294.900



NR. GS 1002  
VERÐ KR. 589.000



NR. 118 PARADISO  
VERÐ KR. 305.900



NR. 129-3 SHANXI BLACK  
VERÐ KR. 395.900

FYLGIHLOTIR FYLGJA EKKI MEÐ  
AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ UTAN HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS

## ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á STEININUM?

GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ  
HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á  
LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ  
OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM  
ERU FARNIR AÐ HALLA.



BÆJARHRAUNI 26,  
HAFNARFIRÐI

**Graníthöllin**  
Legsteinar

SÍMI 555 3888  
GRANITHOLLIN.IS



## BÍLAMARKAÐURINN



MAZDA 6 wagon optimun awd. DIESEL Árgæð 2015, ekinn 75 PKM, dísel, sjálfskiptur Verð 3.690.000. Rnr.233868.BILAMARKAÐURINN.IS 5671800



M.BENZ E 250 bluetec 4matic cdi Árgæð 2015, ekinn 12 PKM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.980.000. Rnr.223978. BILAMARKAÐURINN .IS 5671800



VW Caravelle TDi 4Motion.9 MANNA Árgæð 2014, ekinn 73 PKM, dísel, 6 girar. Verð 4.990.000. Rnr.109428. BILAMARKAÐURINN.IS 5671800

Bílamarkaðurinn  
Smiðjuvegi 46E, Kópavogi  
Sími: 567 1800

## Bílaplan.is



FORD F350 crew 4x4. Árgæð 2008, ekinn 211 PKM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.470.000. Rnr.107763.á staðnum



AUDI A6 avant. Árgæð 2012, ekinn 100 PKM, dísel, sjálfskiptur 7 girar. Verð 5.990.000. Rnr.107767



DACIA Duster 4x4. Árgæð 2014, ekinn 121 PKM, dísel, 6 girar. Verð 2.190.000. Rnr.107761.á staðnum

Bílaplan.is  
Við Breiðhöfða, 110 Reykjavík  
Sími: 552 6000  
Opíð 10 - 18 virka daga og 12 - 15 laugard.  
www.bilaplan.is

## STÓRA BÍLASALAN



VW Caddy 1.6 Dísel Árgæð 2013. Ekinn 83p.km. Beinsk. Klæddur innan. Verð aðeins 1.590.000kr án VSK. Raðnr 135939. Sjá á www.stora.is



VW Caddy 1.6 Dísel Árgæð 2012. Ekinn 24p.km. Beinsk. Innbyggt hillukerfi. Verð aðeins 1.790.000kr án VSK. Raðnr 135937. Sjá á www.stora.is



VW Caddy 1.6 Dísel Árgæð 2014. Ekinn 53p.km. Beinsk. Klæddur innan. Verð aðeins 1.890.000kr án VSK. Raðnr 135770. Sjá á www.stora.is

Stóra bílasalan  
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík  
Sími: 5861414  
http://www.stora.is

## bilauppbod.is

### PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur  
Sími: 522 4610  
www.bilauppbod.is

### Bílar til sölu



Til sölu frábær bíll í snattið/skólann/ aukabíll. Lítið ekinn og í toppstandi. Aðeins 3 eigendur. Bíllinn fæst með ríflegum strg afslætti. Ásett verð 560.000-kr fæst á 390.000-kr strg. Uppl. í s. 779 2416



### TIL SÖLU BMW X5

Til sölu BMW X5 e53 árg 01/07, ekinn 109 þús, xenon aðalljós, panoramabak og dráttarkrókur sími 8942255



Nissan Pickup 2003 ek, 220 Extracab, belti fyrir 4. Vél þarfnast lagfæringar. Verð tilboð. S. 770 5144

### Bílar óskast

### BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.

Má þarfnast lagfæringa.  
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

### Vinnuvélar



### TIL SÖLU MAN

Til sölu MAN 35-440 árg 2012 ekinn 140 þús 8x4 og glussa fram drif krani Fassi 48 tonnmetra árg 2016 8 glussa útskot, spil, framlöpp sturtu pallur 5,2 metrar +vör bíllinn er til sýnis upp í Krafti sími 8925855

### Hjólbarðar

## VAKA



### FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

Ný og notuð dekk í miklu úrvali. Tökum notuð dekk uppí ný. VAKA S: 567 6700.

### ÞJÓNUSTA

### Pípulagnir

#### PÍPULAGNIR

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

Uppl. í s. 663 5315

### Bókhald

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

## Baðviftur



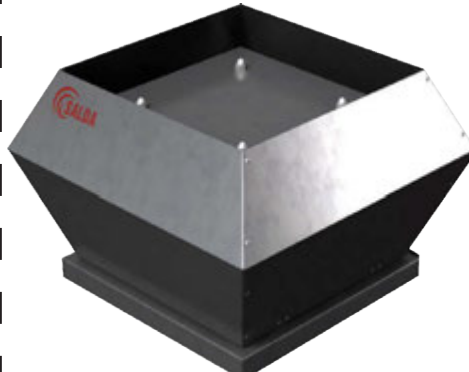
VENTS

## Röraviftur

Innbyggð hljóðgildra



## Þakblásarar



## Plötuviftur



## Centrifugal



Úrvalið er hjá okkur!

viftur • blásarar • stýringar • blikk

ishúsið

## Grindarviftur



## Stokkaviftur



## Lönaðar-blásarar



Elektrovent  
INDUSTRIAL FANS

## Loftræsti-samstæður



SALDA

viftur.is  
-andaðu léttar

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



VSK uppgjör. Skil á gögnum/miðum til RSK. Skattskýrslur. Bókhald. Stofnun fyrirtækja. FRAMTALSPJÓNUSTAN, Ármúla 19. Sími 533 1533.

**Málarar**

**REGNBOGALITIR**

Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna unnin af fagmönnum. Góð umgengni. malarar@simnet.is Sími 8919890

**Búslóðaflutningar**

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

**Húsviðhald**

**Parketslípun**  
sólfallaslípun | parketlagir  
551 1309 / 690 5115  
golflist@golflist.is  
www.golflist.is

Tek að mér flísalagnir og múrvinnu. Er með mikla reynslu. Uppl. í síma 855-4420 Tim

**Spádómar**

Símaspá, spái í spil. Tímapantanir. S. 891 8727 Stella. Geymið auglýsinguna

**Rafvirkjun**

Löggiltur rafverktaki getur bætt við sig verkefnum Getum komið í undirverktöku fyrir aðra rafverktaka eða byggingarverktaka í lengri og skemmri tíma Áratuga reynsla og vönduð vinnubrögð. S:763-9757

**RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025**

Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildir rafverktaki. rafneisti@simnet.is

**KEYPT & SELT**

**Óskast keypt**

**KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR**

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

Jón og Óskar - jonogoskar.is s. 552-4910.

Ábendingahnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)

**HEILSA**

**Nudd**

**TANTRA NUDD**

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

**SKÓLAR & NÁMSKEIÐ**

**Ökukennsla**

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

**HÚSNÆÐI**

**Geymsluhúsnæði**

**WWW.GEYMSLAEITT.IS FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR!**

á minna en 7 m<sup>2</sup>. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

**GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464**

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

**ATVINNA**

**Atvinna í boði**



**BAKARAMEISTARINN GLÆSIBÆ.**

leitar eftir ábyrgðafullum, heilsuhaustum og duglegum eistaklingum til starfa. Starfið felst í afgreiðslu og þjónustu við viðskiptavini, bakstri, kaffigerð, þrifum og áfyllingu vinnutími er frá 7-15 virka daga.

Áhugasamir umsækjendur geta fyllt út umsókn á heimasíðu okkar bakarameistarinn.is

**GEFÐU HÆNU**  
gjofsemgefur.is  
907 2003

**fasteignir**

**FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.**  
ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.  
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is  
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

**Laugarásvegur 44**

Eignin verður til sýnis í dag frá kl. 17.15 – 17.45



Fallegt og vel skipulagt 269,5 fm. einbýlishús á tveimur hæðum auk um 50,0 fm. óskráðs rýmis á neðri hæð hússins við Laugardalinn í Reykjavík. Stórt hol með útgengi á svalir til suðurs. Rúmgóðar samliggjandi stofur. Fjögur rúmgóð herbergi, þar af eitt mjög stórt sem hægt er að skipta upp í tvö herbergi. Badherbergi og gestasalerni eru nýlega endurnýjað. Lóðin er með hellulagðri innkeyrslu með hitalögnum undir og hellulagðri og flísalagðri stétt fyrir framan húsið. Verð 98,9 millj. Staðsetning eignarinnar er virkilega góð á eftirsóttum stað við Laugardalinn.

**TRAUSTI**  
fasteignasala

Kristján Baldursson hdl.  
Löggiltur fasteignasali og leigumálarari  
867-3040

**ÁLFKONUHVARF 47, BJALLA 303**



**OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 10. JANÚAR KL. 17:30-18:00**

Vel skipulögð og rúmgóð 4ra herbergja íbúð með góðu útsýni í Álfkonuhvarfi í Kópavogi. Eignin er skráð alls 131,5 fm. þar af er 10,4 fm. geymsla. Rúmgóð herbergi með skápum. Stórar 15 fm. flísalagðar svalir. Þvottahús innan íbúðar. Badherbergi með sturtu og baðkari. Verð: 41,5 millj.

Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is, s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík

**nám**

**Stjórnendanám í fjarnámi**

Verkstjórn er hagnýtt fjarnám fyrir starfandi og verðandi millistjórnendur í framleiðslu- og þjónustufyrirtækjum.

Námið eykur faglega og hagnýta þekkingu og veitir aukin tækifæri á vinnumarkaði.

Næsta námskeið hefst 17. febrúar 2017.

Gríptu tækifærið, því námið er styrkhæft hjá öllum stéttarfélögum í samræmi við réttindi hvers og eins.

Nánari upplýsingar veitir: Kristján Óskarsson, kro@nmi.is

Skráðu þig núna á vef Nýsköpunarmiðstöðvar Íslands, www.nmi.is



Starfsmenntasjóður SA og VSSI



**SUNNUDAGA KL. 20:00**



# TÍMAMÓT



Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Sigríður Kjartansdóttir**  
hjúkrunarheimilinu Eir, áður til heimilis á Aflagrandu 40, Reykjavík,  
lést á Hjúkrunarheimilinu Eir 31. desember sl. Útför hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

**Sveinbjörg Guðmundsdóttir** **Jan Ólafsson**  
**Steinunn Þorsteinsdóttir** **Kristján Pálmar Arnarsson**  
**Guðbjörn Þorsteinsson**  
barnabörn og langömmubörn.



Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug vegna andláts ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður og afa,  
**Hannesar E. Aðalbjörnssonar**  
bílamálarameistara,  
síðast til heimilis að Heiðarlundi 9.

Sérstakar þakkir fær starfsfólkið á Vífilsstöðum sem og allir þeir sem gerðu útför hans fallega og hlýlega í alla staði. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

**Guðrún Árnadóttir**  
**Árni Hannesson** **Anna María Emilsdóttir**  
**Sveinbjörn Hannesson** **Svandís Dagbjartsdóttir**  
**Björn Þór Hannesson**  
**Kristin Halla Hannesdóttir** **Árni Jón Eggertsson**  
og barnabörn.



Ástkær móðir, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Margrét Kristjánsdóttir**  
frá Höfn, Dýrafirði,  
Lönguhlíð 3, Reykjavík,

andaðist aðfaranótt 31. desember á Landspítalanum, Vífilsstöðum. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 12. janúar klukkan 13.00.

**Ólafur Halldór Georgsson** **María Inga Hannesdóttir**  
**Auðun Georg Ólafsson** **Ásta Einarsdóttir**  
**Kári Pétur Ólafsson** **Hugrún Birgisdóttir**  
og langömmubörn.



Ástkær eiginmaður, faðir, stjúpaðir, tengdafaðir, afi og sonur,  
**Þórarinn Viðar Hjaltason**  
sálfræðingur,

lést á líknardeild LSH í Kópavogi laugardaginn 17. desember. Útförin verður gerð frá Neskirkju fimmtudaginn 12. janúar kl. 13.00.

**Helga Kristinsdóttir**  
**Eliás Pétur Þórarinsson** **Íris Svala Gunnarsdóttir**  
**Jón Orri Jónsson** **Margrét Sæný Gísladóttir**  
**Jökull Máni Jónsson**  
**Ólöf Erla Þórarinsdóttir**



Hestamennskan hefur fylgt Kristbjörgu frá sjö ára aldri bæði í leik og starfi. Hér er hún að afmarka skeiðvöll.

## Heldur upp á árið í heild

Hestakonan Kristbjörg Eyvindsdóttir á Grænhóli í Ölfusi er sextug í dag. Hún heldur upp á það með markmiðum um að gera eitthvað skemmtilegt í hverjum mánuði ársins.

„Ég og bóndinn erum jafngömul og eigum afmæli með viku millibili. Við höldum vígalega veislu þegar við urðum 100 ára saman en nú ætlum við að hafa annan hátt á,“ segir hestakonan Kristbjörg Eyvindsdóttir á Grænhóli í Ölfusi sem er sextug í dag. Bóndi hennar er Gunnar Arnarsson. Saman stunda þau hrossarækt, útflutning, tamningu, stöð-hestahald og þjálfun og eru margverðlaunuð fyrir ræktun sína sem lengst af hefur verið kennd við Auðsholtshjáleigu. Börnin þeirra tvö, Eyvindur Hrnannar og Þórdís Erla, starfa bæði með þeim.

Nú hyggjast þau hjón fagna árinu í heild og brydda upp á einhverju skemmtilegu í hverjum mánuði, saman og með fjölskyldunni. Þegar er búid að plana ferð til Eyja í febrúar. „Sonur okkar



**Við höldum vígalega veislu þegar við urðum 100 ára saman en nú ætlum við að hafa annan hátt á.**

spilar með meistaraflokki Selfoss, við ætlum að fylgjast með strákunum og gera smá menningar- og frændræknisferð úr þessu,“ segir Kristbjörg, sem er fædd í Vestmannaeyjum. En hvernig kynntist hún hestamenskunni?

„Pabbi hafði verið í sveit sem strákur

og ákvað að fá sér hest þegar ég var um sjö ára. Þá var fyrir aðeins einn hestur í Eyjum, Gamli Rauður í Gerði, 32 vetra dráttarklár sem var fyrir löngu kominn á eftirlaun. Þar með hófst hestamennskan sem síðan hefur fylgt mér bæði í leik og starfi. Hún hefur veitt mér ótrúlega lífsfyllingu og leitt til kynna af mögnuðu fólki og hestum, byrjaði sem áhugamál en breyttist smátt og smátt í að verða lífsviðurværi.“

Enga tölu kveðst Kristbjörg hafa á verðlaununum sem þau Gunnar hafa fengið. „Búið og hrossin okkar hafa unnið til fjölda verðlauna og auðvitað er gaman að fá viðurkenningar en ánægjan kemur þó fyrst og fremst þegar gripirnir okkar blómstra og fylla okkur stolti.“  
gun@frettabladid.is



Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

**Þór Pálsson**

dvalarheimilinu Bæjarási, Hverahlíð 24, Hveragerði,

lést 4. janúar. Jarðarförin fer fram 16. janúar kl. 13.00 frá Fossvogskirkju.

**Atli Heiðar Þórsson** **Lilja Guðmundsdóttir**  
**Árni Þórsson**  
**Kitty Arnars Árnadóttir**  
**Eyrún Arnars Árnadóttir**  
og barnabarnabörn.



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Sigríð Lárusdóttir**

sjúkraliði, Reykjaflöt, Hrunamannahreppi,

verður jarðsungen miðvikudaginn 11. janúar kl. 13.00.

**Finnbogi Jóhannsson**  
börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.



**Ari V. Ragnarsson**

fyrirverandi kennari frá Naustahvammi, Norðfirði, til heimilis að Lynghólum 24, Garðabæ,

lést á Sólvangi í Hafnarfirði 1. janúar 2017. Útförin fer fram frá Garðakirkju mánudaginn 16. janúar kl. 13.00.

**Gyða Guðmundsdóttir**  
**Kristrún Halldórsdóttir**  
**Hulda Halldórsdóttir**  
**Sigurður B. Halldórsson**  
**Inga S. Ragnarsdóttir**  
**Gestur J. Ragnarsson**



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

**Gunnar Þórir Þórmundsson**

Bakkatjörn 10, Selfossi,

lést á heimili sínu að kvöldi nýársdags. Útförin fer fram frá Selfosskirkju fimmtudaginn 12. janúar kl. 14.00. Þeim sem vilja minnst hans er bent á Krabbameinsfélagið.

**Sólrún Ragnarsdóttir** **Elísa Rós Jónsdóttir**  
**Stefán Þór Gunnarsson** **Elísa Rós Jónsdóttir**  
**Þórmundur Ingi Gunnarsson**  
**Lilja Björg Gunnarsdóttir**  
**Sigurbjörg Tinna Gunnarsdóttir**  
**Lilja Björk Arnardóttir** **Bjarni Tómas Jónsson**  
**Ragna Björg Arnardóttir** **Tyrtingur Guðmundsson**  
og barnabörn.

**ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS**

Auðbrekku 1, Kópavogi

SÍÐAN 1996



ALÚÐ • VIRÐING • TRAUÐ • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:  
**581 3300 & 896 8242**

Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er

Sverrir Einarsson

www.utfarin.is

Kristin Ingólfssdóttir

**ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR**

Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið **timamot@365.is**.

Auglýsingar á að senda á **auglysingar@frettabladid.is** eða hringja í síma 512 5000.





# Rafgeymar

Meðal  
viðskiptavinna  
Yuasa eru:



PSA PEUGEOT CITROËN

## YBX rafgeymarnir frá Yuasa hafa hærra kaldræsi og endast lengur



  
**YUASA**  
stærsti  
rafgeymaframleiðandi  
í heiminum

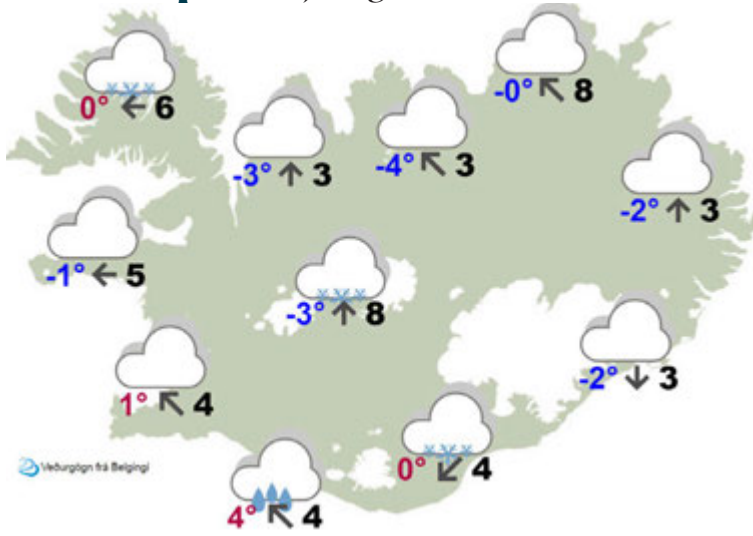
 **Stilling**

Stilling hf. | Sími 520 8000 | [www.stilling.is](http://www.stilling.is) | [stilling@stilling.is](mailto:stilling@stilling.is)



# VEÐUR & MYNDASÖGUR

## Veðurspá Þriðjudagur



Hægur vindur á landinu og dálitil él, en norðaustan 10-15 m/s og snjócoma norðantil á Vestfjörðum og á Ströndum. Frost yfirleitt 0 til 8 stig. Vaxandi norðanátt og snjócoma norðanlands seint í kvöld.

## Miðvikudagur

|                                   |                                     |                                   |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Reykjavík</b><br>-1°<br>↙ 16   | <b>Ísafjörður</b><br>-6°<br>↙ 15    | <b>Akureyri</b><br>-4°<br>↓ 13    |
| <b>Egilsstaðir</b><br>-3°<br>↓ 15 | <b>Kirkjubæjarkl.</b><br>-2°<br>↙ 5 | <b>Hveravellir</b><br>-7°<br>↙ 11 |

## Fimmtudagur

|                                    |                                      |                                   |
|------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Reykjavík</b><br>-5°<br>↖ 8     | <b>Ísafjörður</b><br>-11°<br>↙ 9     | <b>Akureyri</b><br>-14°<br>→ 6    |
| <b>Egilsstaðir</b><br>-14°<br>→ 12 | <b>Kirkjubæjarkl.</b><br>-10°<br>↓ 9 | <b>Hveravellir</b><br>-19°<br>↓ 4 |

## Þrautir

### Krossgáta

- LÁRÉTT**
- hland
  - úr hófi
  - svipuð
  - fálm
  - hljóta
  - titill
  - fet
  - kallorð
  - frjó
  - á sjó
  - sprinkl
  - pedali
- LÓDRÉTT**
- tind
  - á fæti
  - freðmýri
  - skjön
  - pest
  - tæfa
  - amboð
  - ala
  - hibýli
  - tveir eins

|    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|
| 1  |    | 2  | 3  | 4  | 5  |
| 6  | 7  |    | 8  |    |    |
| 9  |    | 10 |    | 11 |    |
| 12 |    |    | 13 |    |    |
|    | 14 |    |    |    | 15 |
| 16 |    |    | 17 |    |    |
| 18 |    | 19 |    |    | 20 |
| 21 |    |    |    |    |    |

**LAUSN**

**LÁRÉTT:** 2. piss, 6. of, 8. lík, 9. þát, 11. fá, 12. þrón, 14. lík, 13. orf, 15. fæða, 16. hus, 19. íl.  
**LÓDRÉTT:** 1. topp, 3. íl, 4. síffreni, 5. ská, 7. farsótt, 10. skref, 16. hó, 17. fræ, 18. út, 20. íð, 21. stíg.

### Skák Gunnar Björnsson

Sveinbjörn Sigurðsson (1.702) valdi langflottustu vinningsleiðina í skák sinni við Ágúst Ívar Arnason á Skákþingi Akureyrar.



### Svartur á leik

1... Dh1+! 2. Bxh1 Hxh1#. Sveinbjörn er einn 13 keppenda á Skákþinginu sem hófst í fyrradag. Mikil er um að vera í skáklífi landans þessa dagana.

[www.skak.is](http://www.skak.is): Íslensk skákmót.

## Sudoku

### LÉTT

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

### MIDLUNGS

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

### ÞUNG

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 5x3 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.

Lausn síðustu sudokuro

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

## Myndasögur

### PONDUS



### GELGJAN



### BARNALÁN



NÝJA-LAUGARDALSHÖLLIN 31. JÚLÍ

# RED HOT CHILI PEPPERS

pepsi MAX

MÍÐASALA Á MIÐLÍSI - WWW.SENA.IS/RHCP

seña LIVE!



# STÓRÚTSALA TÖLVULISTANS

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR!

1.000 TÖLVUVÖRUR Á STÓRÚTSÖLUVERÐI

FARTÖLVUR  
ALLT AÐ  
-34%

SKJÁKORT  
ALLT AÐ  
-42%

HÁTALARAR  
ALLT AÐ  
-43%

PRENTARAR  
ALLT AÐ  
-42%

TURNKASSAR  
ALLT AÐ  
-54%

FLAKKARAR  
ALLT AÐ  
-37%

SMÁTÖLVUR  
ALLT AÐ  
-33%

NETBÚNAÐUR  
ALLT AÐ  
-60%

MÓÐURBORÐ  
ALLT AÐ  
-38%

MÝS OG LYKLABORÐ  
ALLT AÐ  
-50%

SKJÁIR  
ALLT AÐ  
-35%

HEYRNARTÓL  
ALLT AÐ  
-70%

KOMDU ÁÐUR EN BESTU ÚTSÖLUTILBOÐIN KLÁRAST!

**TÖLVULISTINN**



## Sonurinn og konan pabbi hans

LEIKHÚS

Hún pabbi

★★★★★

Borgarleikhúsið í samstarfi við Trigger Warning

**Listrænn stjórnandi:** Kara Hergils  
**Höfundar:** Halla Þórlaug Óskarsdóttir og Kara Hergils í samstarfi við leikhópinn

**Leikstjóri:** Pétur Ármannsson

**Leikari:** Hannes Óli Ágústsson

**Frumsamín tónlist:** Högni Egilsson

**Leikmynd:** Þórdís Erla Zoëga

**Ljósahönnun:** Kjartan Darri Kristjánsson

**Dramaturg:** Andrea Vilhjálmssdóttir

Á mörkum sviðsetningar og raunveruleikans mætast leikarinn Hannes Óli Ágústsson og pabbi hans, transkonan Anna Margrét Grétarsdóttir, sem fór í kynleidirtingu á sextugsaldri. Hún pabbi var frum-sýnt síðastliðinn föstudag og er samstarfsverkefni sviðslistahópsins Trigger Warning og Borgarleikhússins.

Eftir 57 ára feluleik gafst Anna Margrét upp og tilkynnti fjölskyldu sinni að hún ætlaði að hefja kynleidirtingarferli. Á yfirborðinu fjallar Hún pabbi um þetta ævilanga ferðalag Önnu Margrétar að sínu sanna sjálfi, frá því að vera fædd karlmaður en að vera kona, og viðbrögð sonar hennar þegar h e i m s y n d hans umturnast.

Sýningin fjallar samt sem áður um miklu meira: Fjölskyldubönd, feluleiki og samfélagslegar væntingar.

Sviðsetningin er einföld, nánast í kabarettstíl, og leikstjórinn Pétur Ármannsson gerir nokkuð vel að afmarka sviðið og setja allan fókus á leikarann þó að Litla sviðið sé ekki endilega nægilega vel nýtt. Ljósahönnun Kjartans Darra Kristjánssonar er að sama skapi vafningalaus en hugvitsamlega brotin upp með skörpum lýsingarbreytingum. Sömmuleiðis er leikmynd Þórdísar Erlu Zoëga fagurfræðilega skýr og látlaus.

Hannes Óli hikar ekki við að kryfja fjölskyldusamskipti til mergjar með góðri aðstoð Köru Hergils og Höllu Þórlaugar Óskarsdóttur sem halda utan um handritið, en Kara er einnig listrænn stjórnandi sýn-

ingarinnar. Góðri viðbót af finum húmor er stráð inn í frásögnina og sviðshreyfingarnar eru hressandi og hjartnæmar.

Sviðsverund og nærvera Hannesar Óla er einlæg og laus við alla tilgerð. Hann er hér til að segja áhorfendum sögu konunnar pabba síns frá sínu eigin sjónarhorni með aðstoð fjölskylduljósmynda, popplaga og bíómynda barnæskunnar. Tímasetningar hans eru gríðarlega góðar og samband hans við áhorfendur traust. Kvikmyndabrotin eru hugvitsamlega saumuð inn í frásögnina þar sem nostalgia æskuáranna er skoðuð upp á nýtt og endurskilgreind.

Atriðið þar sem faðir, móðir og sonur halda upp á aðfangadag í síðasta sinn saman er gjörsamlega ógleymanlegt og sprenglæglegt. Þarna endurspeglast spennitreyja hefðanna, íslenska listin að ræða alls ekki um hlutina og leikritið sem fjölskyldur leika, jafnvel þegar tilvist þeirra er að hrynja allt í kringum þau. Einhver þarf bara að rétta grænu baunirnar, hrósa hryggnum og láta eins og allt sé í lagi.

Högni Egilsson semur tónlist sýningarinnar sem er lágstemmd og lætur lítið fyrir sér fara framan af en nær algjörum listrænum hápunkti þegar Hannes Óli fremur eins konar helgisið með því að ganga um sviðið á háum hælum bóksaflega íþyngdur ævisögu pabba síns. Þarna small allt saman í einstaklega áhrifaríku atriði þar sem ekkert er sagt en öllu komið fyrir í einfaldri gjörð.

Í heildina er Hún pabbi hnitmiðuð og hreinskilin sýning um flókið málefni, hún hefði jafnvel mátt vera lengri og grafa dýpra en slíkt er kannski til of mikils mælst. Hannes Óli Ágústsson er sérlega hæfileikaríkur leikari sem vert er að gefa fleiri tækifæri. Sviðshöpurinn Trigger Warning kemur sterkur til leiks með hjálp Borgarleikhússins og áhorfendur eru hvattir til þess að ljá þessari áhrifaríku sýningu bæði eyru og augu.

Sigríður Jónsdóttir

**NIÐURSTAÐA:** Afhjúpanði sýning sem er í senn sorgleg, hjartnæm og bráðfyndin.



Hannes Óli Ágústsson er sérlega hæfileikaríkur leikari sem vert er að gefa fleiri tækifæri, segir í leikdómi.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Ásdís Sif Gunnarsdóttir og Kathy Clark fyrir framan Wind and Weather Window Gallery við Hverfisgötuna. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

## Gjörningar gegn skammdegi

Þrjár gjörningalistakonur sýna á næstunni seríu gjörninga í skemmtilegu en óvenjulegu galleríi við Hverfisgötuna.

Við Hverfisgötuna í Reykjavík er rekið skemmtilegt gallerí sem kallast Wind and Weather Window Gallery sem gæti útlagst Gluggagalleríið út í veður og vind. Galleríið er listamannarekið en núna þessa dimmustu daga ársins ætla nokkrar gjörningakonur að sýna þar seríu í þremur hlutum. Það er gjörningalistakonan Kathy Clarke sem heldur utan um verkefnið og hún segir að fyrsta verkið hafi fengið góðar viðtökur þegar það hóf göngu sína um síðustu helgi.

„Fyrsta verkið, þá vinnum við Ásdís Sif Gunnarsdóttir gjörningalistakona þetta saman. Hún ætlar að koma fram alls fimm sinnum á því tímabili sem hún er með galleríið. Það er öllum velkomið að koma og taka þátt en Ásdís Sif býður fólki að setjast fyrir framan gluggann en hennar persóna er völvan Madame Lilith sem kemur frá öðrum tíma og rúmi jafnvel. Madame Lilith mun svo bjóða upp á spádómsfundi og færa fólki upplýsingar um óendanlega nærveru með aðstoð upplýs-

**MÉR FINNST LÍKA SKEMMTILEGT VIÐ ÞETTA AÐ SVIÐIÐ ER NÁNAST EINS OG HLIÐARSÝNINGARVIÐ Á KARNIVALI.**

ingataekni. En þegar völvan er ekki til staðar í líkama þá verður hún til staðar fyrir tilstilli upptökutækni.“ Einnig er hægt að panta tíma hjá völvunni í gegnum netfangið asdissifgunnarsdottir@gmail.com en sýningarnar eru einnig allar straumspilaðar í beinni útsendingu á artzine.is.

„Mér finnst líka skemmtilegt við þetta að sviðið er nánast eins og hliðarsýningarvið á karnivali. Í þessari innsetningu situr Madame Lilith í hásæti sínu innan um allt sitt hafurtask. Mér finnst þetta vera áhugaverð og skemmtileg leið til þess að lýsa upp skammdegið þessa dimmustu daga vetrar og færa fólki eitthvað skemmtilegt sem er bóksaflega frá öðrum heimi.“

Kathy segir að síðasta sýningin hjá Madame Lilith verði þann 20 janúar og í framhaldinu taki Ásta Fanney Sigurðardóttir við. Sýning Ástu nefnist Ráðgjafinn og þar mun verða boðið upp á þjónustu í gluggaskrifstofu innra eftirlits. Ráðgjafinn kemur til með að skoða ýmsar ráðgátur sem leynast í strúktúrum hversdagsins. „Ásta Sigríður er myndlistarkona en einnig tónlistarkona og ljóðskáld. Þessi sýning er því óræð blanda af alls konar miðlum sem safnast saman í fyrirbæri sem hún nefnir Zolta, þar sem mynstur glundroðans er gert að viðfangsefni.“

Í febrúar tekur svo þriðja listakonan við en það er Katrín Inga Jónsdóttir. Þessi þriðja sýning seríunnar kallast Nuðdarinn. „Katrín Inga ætlar að kynna nýningu lista með þeirri nánú þjónustu sem fótanudd er. Hún leggur upp með að miðla einlægninni sem listin vinnur að í þjónustu við samfélagið. En fótanuddið er myndhverfing yfir það sem listamenn gera á öðrum sviðum og miðlar djúpri nærveru með sambærilegum hætti.“

magnus@frettabladid.is

## Að missa barn

Séra Ingileif Malmberg fjallar um barnsmíssi á fræðslukvöldi Nýrrar dögunar miðvikudaginn 11. janúar kl. 20:00 í safnaðarheimili Háteigskirkju.

Ókeypis aðgangur og allir velkomnir.



**NÝ DÖGUN**  
Samtök um sorg og sorgarviðbrögð

www.nydogun.is • www.sorg.is • sorg@sorg.is





Jobs By  
H&M

**VIÐ LEITUM AÐ STJÓRNENDUM Í NÝJAR VERSLANIR OKKAR Í REYKJAVÍK**

Fylgist þú vel með tísku og átt auðvelt með að hvetja aðra til árangurs? Við leitum að verslunarstjórum, deildarstjórum, uppgjörsfulltrúa og markaðs- og upplýsingafulltrúa sem elska tísku. Viltu starfa í lífandi og hröðu umhverfi sem er þekkt fyrir góðan starfsanda og sterka liðsheid? Hjá H&M gefst tækifæri til að vaxa og þróast í starfi og er þín velgengni okkur ekki síður mikilvæg en okkar eigin árangur í viðskiptum.

MÁTAÐU ÞIG Í NÝTT STARF OG SÆKTU UM Á [CAPACENT.IS/HM](http://CAPACENT.IS/HM)



**LAUGARÁS BÍÓ** *midi.is*

**THE GREAT WALL** 2D ENS TAL - SÝND KL. 8, 10,15

**SYNGDU** 2D ÍSL TAL - SÝND KL. 5.40  
2D ENS TAL - SÝND KL. 5.40, 8

**ASSASSIN'S CREED** SÝND KL. 10.25

**VAIANA** SÝND KL. 8, 10.35

**VAIANA** SÝND KL. 5.40

**GLEDILEGT NÝTT ÁR**

**SAMBÍÓIN SAMbio.is**

**MONSTER TRUCKS** FRÁ LEIKSTJÓRA ICE AGE  
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

**COLLATERAL BEAUTY** FRÁ LEIKSTJÓRA ICE AGE  
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

**ROGUE ONE** ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

**FANTASTIC BEASTS** ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

**VAIANA** ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

**SYNGDU** ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

| ALFABAKKA                        | EGILSHÖLL                          | KRINGLUNNI                    | NÚMERUÐ SÆTI |
|----------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|--------------|
| MONSTER TRUCKS KL. 6-8           | MONSTER TRUCKS KL. 5:40-8-10:20    | MONSTER TRUCKS KL. 5:40       |              |
| COLLATERAL BEAUTY KL. 6-8        | COLLATERAL BEAUTY KL. 5:50-8-10:10 | COLLATERAL BEAUTY KL. 8-10:20 |              |
| SYNGDU ISL TAL 2D KL. 5:30       | ROGUE ONE 2D KL. 5:10-8-10:45      | ROGUE ONE 3D KL. 6-9-10:20    |              |
| ROGUE ONE 3D KL. 5:30-8:20-10:20 | OFFICE CHRISTMAS PARTY KL. 10:40   | OFFICE CHRISTMAS PARTY KL. 8  |              |
| ROGUE ONE 2D VIP KL. 5:30-8:20   | VAIANA ISL TAL 2D KL. 5:30         | VAIANA ISL TAL 2D KL. 5:40    |              |
| OFFICE CHRISTMAS PARTY KL. 10:20 | FANTASTIC BEASTS 2D KL. 8          | AKUREYRI                      |              |
| VAIANA ISL TAL 2D KL. 5:30       | MONSTER TRUCKS KL. 5:30-8          | MONSTER TRUCKS KL. 6          |              |
| ALLIED KL. 8:20                  | THE GREAT WALL KL. 10:20           | COLLATERAL BEAUTY KL. 8       |              |
| FANTASTIC BEASTS 2D KL. 8:20     | COLLATERAL BEAUTY KL. 8            | ROGUE ONE 3D KL. 8:20         |              |
|                                  | ASSASSIN'S CREED KL. 10:20         | ROGUE ONE 2D KL. 10:20        |              |
|                                  | SYNGDU ISL TAL 2D KL. 5:30         | VAIANA ISL TAL 2D KL. 5:40    |              |

Traust og örugg þjónusta fyrir fyrirtæki og einstaklinga

[www.simafelagid.is](http://www.simafelagid.is)

**Símafélagið**



Í kvöld kemur fram kvintett pianóleikarans Baldvins Snæs Hlynssonar á Kexi Hosteli. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

**ÚTSAJA!**

**COMO HÆGINDASTÓLL**  
Æðislega nettur og þægilegur.  
Þrjár litir: brúnn, grár og ljós-kremadur.

**Á MÁNUDI ADEINS 2.956 kr.\***  
FULLT VERÐ 43.500 kr.  
ÚTSÖLUVERÐ 29.580 kr.

**32% AFSLÁTTUR!**

**rekkjan**  
HEILSURÚM

\* Miðað við 12 mánaða vaxtalausan raðgreiðslusamning með 3,5% lántökgjaldi og 405 kr. greiðslugjaldi

Ábendingahnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)

**SAFT**

ÞEYKINGA ÖRVERGANDI FRA ÖLÓGLEIÐI EFNÍ Á NETINGU

**BIO PARADIS** HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

|                        |       |
|------------------------|-------|
| Lion                   | 17:30 |
| Gimme Danger           | 17:45 |
| Grimmd                 | 17:45 |
| David Bowie Is         | 20:00 |
| Slack Bay              | 20:00 |
| Eiðurinn ENG SUB       | 20:00 |
| Captain Fantastic      | 22:30 |
| Absolutely Fabulous    | 22:30 |
| Embrace of the Serpent | 22:15 |

**W&A** David Bowie Is

**Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur**

hvar@frettabladid.is

**Uppákomur**

**Hvað?** Bókmenntakvöld á Bókasafni Seltjarnarness – Nóttin sem öllu breytti  
**Hvenær?** 19.30  
**Hvar?** Bókasafn Seltjarnarness, Eiðistorgi 11

Sóley Eiríksdóttir var ellefu ára gömul, ein heima með systur sinni og vini hennar, nóttina afdrifariku sem hið eftirminnilega snjóflóð féll á Flateyri árið 1995 og splundraði húsinu þeirra og mörgum húsum í grennd. Klukkustundum saman lá hún undir snjófarginu meðan örvæntingarfullt björgunarfólk hamaðist við leit í öngþveitinu sem ríkti í þorpinu. Sóley var heppin; hún lifði af. Ekki vissir hennar og nítján aðrir. Sóley kemur í heimsókn í Bókasafn Seltjarnarness þriðjudaginn 10. janúar kl. 19.30 og fjallar um bók sína Nóttin sem öllu breytti sem hún skrifaði ásamt Helgu Guðrúnu Johnson. Allir velkomnir.

eftir ungt bandarískt leikskáld sem hefur vakið mikla athygli í Bandaríkjunum og í Evrópu. Höfundurinn, hin 34 ára Annie Baker, hlaut bandarísku Pulitzer-verðlaun fyrir besta leikritið árið 2014. Höfundur: Annie Baker Þýðing: Halldór Halldórsson. Leikstjórn: Dóra Jóhannsdóttir. Leikmynd og búningar: Helga I. Stefánsdóttir. Lýsing: Þóroddur Orri Pétursson. Leikgervi: Elín S. Gísladóttir. Hjóð: Garðar Borgþórsson. Leikarar: Davíð Þór Katrínarson, Hjörtur Jóhann Jónsson, Kristín Þóra Haraldsdóttir.

**Fundir**

**Hvað?** Málstofa um skekkjur og vantalíð í greiðsluöfnuði  
**Hvenær?** 15.00  
**Hvar?** Seðlabanki Íslands

Málstofa um skekkjur og vantalíð í greiðsluöfnuði verður haldin í dag í Seðlabanka Íslands. Tómas Örn Kristinsson, framkvæmdastjóri gagnasöfnunar og upplýsingavinnslu í Seðlabanka Íslands, mun fjalla um efnid út frá lokaritgerð til meistaraáráða við Nova Information Management School, sem er deild í Universidade NOVA í Lissabon. Á málstofunni verður fjallað um ýmsar rannsóknir sem hafa verið gerðar á liðnum skekkjur og vantalíð í greiðsluöfnuði og tölfraeðilegar rannsóknir höfundar á þessu sviði. Þar er m.a. skoðuð fylgni milli ólíkra liða í greiðslufafnaðaruppgjöri og uppgjöri á erlendra stöðu við skekkjur og vantalíð, sem og fylgni annarra efnahagslegra liða við sömu stærð.

**Hvað?** Green Screen: Greedy Lying bastards – Environmental Films  
**Hvenær?** 18.30  
**Hvar?** Farfuglaheimilið í Laugardal

**Hvað?** Ræman  
**Hvenær?** 20.00  
**Hvar?** Borgarleikhúsið

Nýtt verk sem hlaut Pulitzer-verðlaunin 2014. Ræman er einstaklega vel skrifað og hjartnæmt leikrit



**2 MARAÐON**  
**NOW**

## HEILL HEIMUR AF SKEMMTUN VIÐ HÖNDINA

Stöð 2 Maraðon NOW er ný streymisveita fyrir  
snjallsíma, spjaldtölvur, Apple TV og vefspilara.\*

**3** MÍN AÐ SKRÁ SIG  
DAGAR FRÍTT

**2.990 KR. Á MÁNUÐI**

2now.is |

**2 MARAÐON**  
**NOW**

SÉRSTAÐA  
STÖÐ 2 MARAÐON NOW

**NETFLIX**

JÁ

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA

NEI

JÁ

TEXTAÐ EFNI

AÐEINS AÐ HLUTA

JÁ

TALSETT BARNAEFNI

AÐEINS AÐ HLUTA

JÁ

HBO

NEI

JÁ

ÍÞRÓTTIR OG FRÉTTIR

NEI

NEI

ERLENT NIÐURHAL  
(AUKINN KOSTNAÐUR)

JÁ

JÁ

GREIÐA TIL STEF

NEI

JÁ

GREIÐA SKATTA Á ÍSLANDI

NEI

365

\*Þjónustan er einnig aðgengileg á myndlyklum Símans



## DAGSKRÁ

## Þriðjudagur

## STÖÐ 2

07.00 The Simpsons  
 07.20 Ærslagangur Kalla kaninu og félaga  
 07.45 The Middle  
 08.10 Mike & Molly  
 08.30 Ellen  
 09.15 Bold and the Beautiful  
 09.35 The Doctors  
 10.15 First Dates  
 11.05 Drop Dead Diva  
 11.50 Suits  
 12.35 Nágrannar  
 03.00 American Idol  
 13.40 American Idol  
 15.00 American Idol  
 15.45 Planet's Got Talent  
 16.10 Anger Management  
 16.30 The Simpsons  
 16.55 Bold and the Beautiful  
 17.20 Nágrannar  
 17.45 Ellen  
 18.30 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinna dagskrá.

18.55 Íþróttir Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.

19.05 Fréttir Stöðvar 2  
 19.20 Anger Management  
 19.40 Modern Family  
 20.05 Bright Lights. Starring Debbie Reynolds and Carrie Fisher Heimildarmynd sem gerð var um mæðurnar Carrie Fisher og Debbie Reynolds nú fyrir stuttu en þær létust báðar í lok ársins 2016. Farið er yfir glæstan feril þeirra beggja, líf, ástir og órlög þessara mæðgna sem settu svip sinn á Hollywood. Carrie Fisher var þekktust fyrir hlutverk sitt sem Leia prinsessa í Star Wars-myndunum og móðir hennar Debbie Reynolds var þekktust fyrir hlutverk sitt í söngvamyndinni Singing in the Rain frá árinu 1952 þar sem hún lék á móti Gene Kelly.

21.45 Timeless  
 22.30 Blindspot  
 23.15 Black Widows  
 00.00 Nashville Þriðja þáttaröð þessara frábæru þátta þar sem tónlistin spilar stórt hlutverk og fjallar um kántrí-söngkonunar Raynu Jaymes og Juliette Barnes sem eiga í stöðugri valdabaráttu. Með aðalhlutverk fara Connie Britton og Heyden Panettiere.  
 00.45 The Brink  
 01.20 NCIS  
 02.05 11/22/63  
 02.55 Legends  
 03.40 Covert Affairs

## STÖÐ 2 SPORT

07.00 Premier League  
 08.40 Premier League  
 10.20 Messan  
 11.50 Landsleikir Íslands  
 14.10 Premier League  
 15.50 NBA  
 17.45 Ensku bikarmörkin 2017  
 18.15 Landsleikir Íslands  
 19.55 League Cup  
 22.00 FA Cup  
 23.40 Ensku bikarmörkin 2017  
 00.10 Domino's-deild kvenna

## STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 Premier League  
 08.45 Premier League  
 10.25 Premier League  
 12.05 Premier League Review  
 13.00 NFL  
 15.20 NFL  
 17.40 NFL  
 20.00 NFL  
 22.20 UFC Unleashed 2016  
 23.05 UFC Live Events 2016

## ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió  
 FM 89,5 Retro  
 FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan  
 FM 93,5 Rás 1  
 FM 95,7 FM957

FM 96,3 FM Suðurland  
 FM 96,7 Létt Bylgjan  
 FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan  
 FM 99,4 Útvarp Saga  
 FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

BRIGHT LIGHTS:  
DEBBIE REYNOLDS AND CARRIE FISHER

Heimildarmynd um mæðurnar Carrie Fisher og Debbie Reynolds en þær létust báðar í lok ársins 2016. Farið er yfir glæsilegan feril þeirra beggja, líf, ástir og órlög þessara mæðgna sem settu svip sinn á Hollywood. Carrie Fisher var þekktust fyrir hlutverk sitt sem Leia prinsessa í Star Wars-myndunum og móðir hennar Debbie Reynolds var þekktust fyrir hlutverk sitt í söngvamyndinni Singing in the Rain.

ÞRÆLGÓÐUR  
ÞRIÐJUDAGUR

Fáðu þér áskrift á 365.is

365



## TIMELESS

Stórskemmtilegir spennuþættir um þríeyki sem ferðast aftur í tímann og freistar þess að koma í veg fyrir þekktu glæpi sögunnar og þar með gjörbreyta heims-sögunni eins og við þekkjum hana.



## BLINDSPOT

Hörkuspennandi þættir um Jane Doe sem er gengin aftur til liðs við FBI eftir þriggja mánaða pyntingar sem hún slapp naumlega frá.



## WHAT LIES BENEATH

Á yfirborðinu leikur allt í lyndi hjá fyrirmyndarhjónum Norman og Claireen en draugar fortíðar elta húsbóndann uppi og ekki er allt sem sýnist.



## KLOVN

Sprenglæggileg þáttasería um þá félaga Frank og Casper og ótrúleg ávintýri þeirra sem oft á tíðum eru meira en lítið neyðarleg.



Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag.

365.is

## STÖÐ 3

17.40 Cristela  
 18.05 Raising Hope  
 18.25 The New Girl  
 18.50 Modern Family  
 19.15 Heilsugengið  
 19.45 Mayday  
 20.30 Last Man on Earth  
 20.55 Schitt's Creek  
 21.20 The Americans  
 22.05 The Wire  
 23.05 Klovn  
 23.30 The Mentalist  
 00.15 Man Seeking Woman  
 00.35 Supernatural  
 01.20 Mayday  
 02.05 Last Man on Earth  
 02.25 Schitt's Creek  
 02.45 The Americans  
 03.30 Tónlist

## KRAKKASTÖÐIN

07.00 Könnuðurinn Dóra  
 07.24 Mörgæsirnar  
 07.47 Doddi litli og Eyrnastór  
 08.00 Áfram Diego, áfram!  
 08.24 Svampur Sveinsson  
 08.49 Lalli  
 08.55 Rasmus Klumpur  
 09.00 Ævintýri Tinna  
 09.25 Hvellur keppnisbill  
 09.37 Stóri og Litli  
 09.49 Gulla og grænjaxlarnir  
 10.00 Víkingurinn Viggó  
 10.13 Zigby  
 10.25 Strumpanir  
 10.47 Mæja býfluga  
 11.00 Könnuðurinn Dóra  
 11.24 Mörgæsirnar  
 11.47 Doddi litli og Eyrnastór  
 12.00 Áfram Diego, áfram!  
 12.24 Svampur Sveinsson  
 12.49 Lalli  
 12.55 Rasmus Klumpur  
 13.00 Ævintýri Tinna  
 13.25 Hvellur keppnisbill  
 13.36 Stóri og Litli  
 13.48 Gulla og grænjaxlarnir  
 14.00 Víkingurinn Viggó  
 14.13 Zigby  
 14.25 Strumpanir  
 14.47 Mæja býfluga  
 15.00 Könnuðurinn Dóra  
 15.24 Mörgæsirnar  
 15.47 Doddi litli og Eyrnastór  
 16.00 Áfram Diego, áfram!  
 16.24 Svampur Sveinsson  
 16.49 Lalli  
 16.55 Rasmus Klumpur  
 17.00 Ævintýri Tinna  
 17.25 Hvellur keppnisbill  
 17.36 Stóri og Litli  
 17.48 Gulla og grænjaxlarnir  
 18.00 Víkingurinn Viggó  
 18.13 Zigby  
 18.25 Strumpanir  
 18.47 Mæja býfluga  
 19.00 Happily N'Ever After

Doddi Litli og Eyrnastór kl. 07.47, 11.47 og 15.47



## BÍÓSTÖÐIN

12.15 Vaski grisinn Baddi  
 13.45 Semi-Pro  
 15.15 Admission  
 17.00 Vaski grisinn Baddi  
 18.30 Semi-Pro Will Ferrell og Woody Harrelson eru drepfyndnir í þessari hressilegu gamanmynd um sjálfskipuðu goðsögnina Jackie Moon, eiganda, þjálfara og aðal-leikmann ömurlegasta körfubolta-liðs sem sögur fara af.  
 20.10 Admission  
 22.00 What Lies Beneath  
 00.15 Ender's Game Kvikmynd frá árinu 2013 þar sem Harrison Ford fer meðal annars með hlutverk. Myndin fjallar um Ender Wiggin sem er ungur drengur sem er gæddur óvenjulegum hæfileikum. Yfirmenn herafans vilja fá Ender með sér til að berjast við geimverur sem gerðu næstum út af við mannkynið 70 árum áður.  
 02.10 The Big Nothing  
 03.35 What Lies Beneath Háspennnumynd um fyrirmyndarhjónum Norman og Claire Spencer. Á yfirborðinu leikur allt í lyndi en draugar fortíðarinnar elta húsbóndann uppi. Fyrir ári hélt hann framhjá Claire sem enn þá veit ekkert um það. Sjálf upplifir hún undarlega atburði sem eiga eftir að varpa nýju og ógeðfelldu ljósi á hjónaband hennar.

## RÚV

17.05 Downton Abbey  
 17.50 Tánmálsfréttir  
 18.00 KrakkaRÚV  
 18.01 Hopp og hí Sessami  
 18.25 Hvergi drengir  
 18.50 Krakkafréttir  
 19.00 Fréttir  
 19.25 Íþróttir  
 19.30 Veður  
 19.35 Kastljós  
 20.10 Örkin  
 20.40 Cuckoo  
 21.15 Castle  
 22.00 Tíufréttir  
 22.15 Veðurfréttir  
 22.20 Fallið  
 23.20 Spilaborg  
 00.10 Kastljós  
 00.40 Dagskrárlök

## SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify  
 08.00 America's Funniest Home Videos  
 08.20 Dr. Phil  
 09.00 The Bachelor  
 10.30 Síminn + Spotify  
 13.20 Dr. Phil  
 14.00 The Good Place  
 14.20 No Tomorrow  
 15.05 Life In Pieces  
 15.25 American Housewife  
 15.50 Survivor  
 16.35 The Tonight Show  
 17.15 The Late Late Show  
 17.55 Dr. Phil  
 18.35 Everybody Loves Raymond  
 19.00 King of Queens  
 19.25 How I Met Your Mother  
 19.50 Black-ish  
 20.15 Royal Pains  
 21.00 Rosewood  
 21.45 Madam Secretary  
 22.30 The Tonight Show  
 23.10 The Late Late Show  
 23.50 CSI: Cyber  
 00.35 Sex & the City  
 01.00 Bull  
 01.45 Quantico  
 02.30 Rosewood  
 03.15 Madam Secretary  
 04.00 The Tonight Show  
 04.40 The Late Late Show  
 05.20 Síminn + Spotify



# ÚTSALA Á PLASTBOXUM

**20-25% AFSLÁTTUR AF MÚRBÚÐARVERÐI**

**Enn meira úrval!**



**4 litir  
2 stærðir**

5807 52 lítra ~~1.971~~ **1.577**  
5808 72 lítra ~~2.559~~ **2.047**



301 með hjólum 150 lítra 71x52x44cm ~~3.990~~ **3.192**



G 002 með hjólum 52 lítra 58x42x34 cm ~~2.149~~ **1.719**  
G 003 með hjólum 28 lítra 49x36x28 cm ~~1.279~~ **1.023**



G 8855 42 lítra 53x37x31cm ~~1.790~~ **1.343**



G 801 18 lítra 43x28x23,5 cm ~~865~~ **692**  
G 802 11 lítra 35,5x24x20,5 cm ~~637~~ **510**  
G 803 6 lítra 28,5x20x18,5 cm ~~484~~ **387**  
G 804 2,5 lítra 23x16x14 cm ~~370~~ **296**  
G 805 23 lítra 50x33,5x27 cm ~~1.373~~ **1.099**



**4 litir  
3 stærðir**

5005 3,5 lítra ~~489~~ **391**  
5006 7,5 lítra ~~785~~ **628**  
5007 15 lítra ~~995~~ **746**

**3 litir**

Grænt, bleikt, blátt



m/hjólum+loki 90 lítra ~~2.658~~ **2.126**



G B003 með hjólum 28 lítra 49x36x28 cm ~~1.470~~ **1.162**



5055 28x18,5x14,4 cm ~~489~~ **391**  
5056 41x29x15 cm ~~884~~ **707**  
5057 41x29x25,5 cm ~~983~~ **786**



G 8858 með hjólum 35 lítra 80x39,5x16 cm ~~1.990~~ **1.592**



13 lítra ~~440~~ **352**

m/loki  
60 lítra ~~2.590~~ **1.943**

8019  
2 litir  
m/loki 20 lítra ~~983~~ **786**

**Reykjavík** Kletthálsi 7. Opið virka daga kl. 8-18, laug. 10-16  
**Reykjanesbær** Fuglavík 18. Opið virka daga kl. 8-18  
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is



## MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!





Leikkonan Diane Kruger þurfti að hafa sig alla við þegar hún hafði keypt heilan helling í Westside Market.



Anna Kendrick á hraðferð eftir verslunarleiðangur í Kate Somerville.



Stórleikarinn Sylvester Stallone tók léttan göngutúr í borg englanna þar sem sólin skín þessa dagana.  
NORDICPHOTOS/GETTY

## Frægir á ferð og flugi

Fína og fræga fólkið þarf eins og við öll að takast á við hversdagslífið eftir hátíðarnar. Leikkonurnar Anna Kendrick og Diane Kruger, fóru í verslunarleiðangur í Kate Somerville, þar sem fræga fólkið kaupir húðvörur og í Westside Market.

Rapparinn Will.i.am fyrir utan BBC Radio One í London.



**Vitamix**  
Pro750 galdurinn á bak við ferskt hráefni

- Nýtt útlit, öflugri og hljóðlátari
- Stiglaus hraðastýring ásamt pulse rofa og 5 prógrömmum
- Uppskriftabók fylgir

Rauðagerði 25 108 Rvk Sími 440-1800 [www.kaelitaekni.is](http://www.kaelitaekni.is)



**BRYGGJAN BRUGGHÚS**  
bistro & brewery

Jólaplattinn í hádeginu og um helgar 3.200 kr

BRYGGJAN BRUGGHÚS \* GRANDAGARÐI 8 101 REYKJAVÍK  
00354 456 4040 \* WWW.BRYGGJANBRUGGHUS.IS



Paris Hilton með nýjasta chihuahua-hundinn sinn. Hún fékk hann í október síðastliðnum og hefur vakið töluverða athygli þar sem hundurinn er agnarsmár.



Arnold Schwarzenegger röltir um götur Los Angeles þessa dagana með spelku á fætinum.



# GÓÐ VERÐ Í JANÚAR



Kristall  
Jarðarberja og limónu  
**99** KR  
500 ML  
198 kr/l



GATORADE  
Red orange  
**149** KR  
500 ml  
298 kr/l



Weetos  
Heilhvæitihringir  
**399** KR  
350g  
1140 kr/kg



Weetabix  
24 stk.  
**399** KR  
430g  
928 kr/kg



Alpen stangir  
3 tegundir  
**199** KR  
145g  
1372 kr/kg



Freyju Hris  
Venjulegt og karamellu  
**299** KR  
200g  
1495 kr/kg



Froosh  
Allar tegundir  
**299** KR  
250 ml  
1196 kr/l



Amino Energy  
Allar tegundir  
**2699** KR  
270g  
9996 kr/kg



Háls Mentól  
Sitrónu, paló, eukalyptus  
**199** KR  
150g  
1327 kr/kg



Fylltur hjúp lakkris  
**169** KR  
150g  
1127 kr/kg



OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN ICELAND,  
ENGIHJALLA, VESTURBERGI OG ARNARBAKKA





Öll jól eru  
*Gítarjól*

Landsins besta úrval  
af gíturum  
í öllum verðflokkum

**TÓNASTÖÐIN**  
Allt fyrir tónlistarmanninn

Tónastöðin • Skípholti 50d • Reykjavík • sími 552 1185 • tonastodin.is



Raumgestalt bretti  
Verð frá 2.980 kr.

**kokka**  
laugavegi 47

laugavegi 47 | www.kokka.is | kokka@kokka.is



**ARCTIC CAT**

Allar gerðir af Arctic Cat vélsleðum, sport, touring og fjallasleðar. Kíktu við og skoðuðu úrvalið.

**NITRO** Urðarhvarfi 4 / 203 Kópavogi  
Sími 557 4848 / www.nitro.is



**Nýjar vörur frá ENDURANCE**

**Útsöluaðilar:**

Útílf – Kringlunni – Smáralind • Sportver Akureyri • Toppmenn & Sport Akureyri  
K Sport Keflavík • Nína Akranesi • Sportbær Selfossi • Axel Ó Vestmannaeyjum

**Dreifingaraðili:** DanSport ehf. Hægt að sjá vörur á [dansport.is](http://dansport.is)



Lára Kristín er 22 ára fótboltakona og sálfræðinemi. Hún vinnur fyrir sér með því að keyra leigubíl um helgar.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

# Leigubílstjórastarfið hentar vel með námi og íþróttum

Fótboltakonan **Lára Kristín Pedersen** starfar sem leigubílstjóri. Lára veur gjarnan athygli hjá farþegum sínum enda er ekki algengt að setjast upp í leigubíl og á móti manni tekur ung stelpa. Lára segir starfið vera afar skemmtilegt og henta vel með námi og íþróttum.

„Ég hef nú reyndar ekki ekið lengi,“ segir Lára Kristín Pedersen aðspurð hversu lengi hún hefur starfað sem leigubílstjóri. „Ég tók meiraprófið bara núna í haust og er búin að vera að keyra síðan. Þetta er mjög skemmtilegt, það eru ekki margir sem eru að kaupa það að mér finnst þetta skemmtilegt en ég hef mjög gaman af þessu.“

Lára sér þó ekki fram á að gera þetta að framtíðarstarfi að eigin sögn þó að henni þyki þetta skemmtilegt. En hvernig kom þetta til? „Ég einhvern veginn fór oft niður í bæ og var alltaf sú sem var á bíl. Svo var ég farin að skutla fólki heim, alltaf fleirum og fleirum, og hafði gaman af því. Og þá ákvað ég bara að fara að hagnast á því og skellti mér í meiraprófið,“ segir Lára sem er í sálfræðinámi samhliða því að starfa sem leigubílstjóri og stunda fótbolta með Stjórnunni. Hún segir leigubílstjórastarfið henta vel með námi. „Já, að minnu mati hentar þetta vel. Þetta er frjálst starf og maður getur ráðið sér sjálfri. Ég vinn um helgar og ræð hvernig ég keyri þannig að ég þarf ekkert að vera alveg frá átta til átta á næturnar. Ég skipulegg vinnuna bara í takt við hversu mikið er að gera.“

Lára kveðst ekki hafa neinn áhuga á bílum en henni þykir gaman að

**ÉG HEF ENGAN ÁHUGA Á BÍLUM SKO EN MÉR FINNST GAMAN AÐ KEYRA. ÉG ER LIKA MIKIL TÓNLISTAR-ÁHUGAKONA OG MÉR FINNST GAMAN AÐ FINNA GÓÐA TÓNLIST OG KEYRA UM.**

**„Maður hefur alveg lent í einhverju tæpu“**

Lára veur gjarnan athygli hjá farþegum sínum og fólk er forvitnið, „Já, fólk er áhugasamt og maður spjallar við flesta. Maður nær að kynna fullt af fólki sem er alltaf gaman. En maður hefur líka lent í einhverjum minna skemmtilegum atvikum, sem fylgir því kannski að vera ung ljóshærð stelpa. Maður hefur alveg lent í einhverju tæpu en kannski minna en flestir búast við. Þá þarf maður að vera með bein í nefinu, en ég hef ekki lent í neinu lífshættulegu.“

En hvað segja vinir og fjölskylda? „Foreldrarir eru kannski með smá áhyggjur. En ég reyni bara að sannfæra þau um að þetta sé kannski ekki eins hættulegt og maður býst við í upphafi.“

Eins og áður sagði vinnur Lára um helgar en henni finnst hún ekki vera að missa af neinu þó að hún sé að vinna þegar margir aðrir eru að sletta úr klaufunum. „Nei, alls ekki. Ég er bara von því að „missa af“. Maður tekur íþróttirnar fram yfir allt þannig að það er ekki eins og maður sé niðri í bæ að djamma hvort sem er. Í þessu starfi fæ ég bara smjörþefinn af því að djamma án þess að drekka áfengi. Ég hef nefnilega alveg gaman af djamminu og gaman af því að vera í kringum drukkið fólk, ég skemmti mér konunglega,“ segir Lára sem þykir alls ekkert krefjandi að umgangast fullt fólk þegar hún sjálf er edrú. „Nei, bara skemmtilegt. Ég hef næga þolinmæði.“ [gudnyhronn@365.is](mailto:gudnyhronn@365.is)



rúnta. „Ég hef engan áhuga á bílum sko, en mér finnst gaman að keyra. Ég er líka mikil tónlistar-áhugakona og mér finnst gaman að finna góða tónlist og keyra um. Þannig að já, mér finnst gaman að keyra en ég hef engan áhuga á bílum!“

**SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI:** Svanur Valgeirsson [svanur@365.is](mailto:svanur@365.is) **ALMENNAR AUGLÝSINGAR:** SÍMI 512-5401: Gústaf Bjarnason [gustaf@365.is](mailto:gustaf@365.is), Hafsteinn Hafsteinsson [hafsteinn@365.is](mailto:hafsteinn@365.is), Hjördis Zoëga [hjordis@365.is](mailto:hjordis@365.is), Sigfús Örn Einarsson [sigfus@365.is](mailto:sigfus@365.is), Örn Geirsson [orn.geirsson@365.is](mailto:orn.geirsson@365.is) **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann [atli.bergmann@365.is](mailto:atli.bergmann@365.is), Jóhann Waage [johannwaage@365.is](mailto:johannwaage@365.is), Jón Ivar Vilhelmsson [jonivar@365.is](mailto:jonivar@365.is), Ólafur H. Hákonarson [olafurh@365.is](mailto:olafurh@365.is), **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNÍ:** Sólveig Gísladóttir [solveig@365.is](mailto:solveig@365.is) og Vera Einarsdóttir [vera@365.is](mailto:vera@365.is) **RÁDAUGLÝSINGAR / FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrónnar Helgason [hroonnar@365.is](mailto:hroonnar@365.is), Viðar Ingi Pétursson [vidar@365.is](mailto:vidar@365.is) **ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir [arnarut@365.is](mailto:arnarut@365.is), Sigrún Helga Guðmundsdóttir [sigrunh@365.is](mailto:sigrunh@365.is)



# FRÁBÆR BÍLL

## ENN BETRI DÍLL

NÝ SENDING  
Á ÞESSU  
FRÁBÆRA  
TILBOÐI

**TOYOTA YARIS**  
ÁRGERÐ 2016

**AÐEINS KR.**

**1.990**

ÞÚSUND

Með veglegum  
kaupauka



26 ÞÚS.  
Á MÁNUÐI\*

**KAUPAUKI  
AÐ VERÐMÆTI**

**KR.**

**200.000**

FYLGIR ÖLLUM BÍLUM

- ✓ NÝJAR ÁLFELGUR
- ✓ NÝ VETRARDEKK
- ✓ FILMUR Í AFTURGLUGGUM

**LÍTID NOTAÐIR TOYOTA YARIS  
ÁRGERÐ 2016 \*\***

Á AÐEINS 1.990 ÞÚSUND KR.  
MEÐ VEGLEGUM KAUPAUKA

- ✓ ALLIR BÍLAR YFIRFARNIR OG Í ÁBYRGÐ \*\*\*
- ✓ ALLT AÐ 90% FJÁRMÖGNUN
- ✓ TIL Í ÝMSUM LITUM
- ✓ HANDFRJÁLS BÚNAÐUR (BLUETOOTH)
- ✓ GÓÐ ENDURSALA
- ✓ TÖKUM BÍLA UPPÍ
- ✓ ALLIR BÍLAR MEÐ USB OG AUX

\* Miðað við 20% útborgun

\*\* Yaris 1,0 bensín eknir á bílinu 25-29 þúsund km

\*\*\* Ábyrgð gildir frá fyrsta skráningardegi í mars 2016

Aukahlutir á mynd samlitir speglar og húnar fylgja ekki.  
Meðfylgjandi álfelgur eru sambærilegar.

**586 1414**

stora@stora.is · stora.is  
facebook.com/storabilasalan

  
opið í dag 10-18  
kaffi á könnunni

**STÓRA BÍLASALAN**

Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík



# FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð 512 5000 [Visir](#)

Ritstjórn 512 5200 Fax: 512 5301 ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild auglysingar@frettabladid.is Prentun Ísafoldarprentsmiðja

PÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VIÐSVEGAR UM LANDIÐ.  
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.



FRÉTTABLAÐIÐ  
mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing Dreifing dreifing@postdreifing.is  
Ef blaðið berst ekki 800 1177

## Bakþankar

Erlu Bjargar  
Gunnarsdóttur



## Átakaferlið

Hátíðirnar með sínum samviskulausu huggulegheitum eru liðnar. Skyldunni til að njóta æðislega mikið og troða í sig lokið. Og maður er rétt búinn að bölvu síðasta flugeldinum á þrettándanum þegar skellurinn kemur. Ljósaseriurnar farnar úr gluggunum og undarlegt eirðarleysi heltekur mann sem einkennist af ráfi á milli sófa og nammiskápsins. Náð í koll og athugað hvort það sé ekki eitthvað þarna á bak við. Þíndir í sig vondu marsipan-molarnir frá Nóa.

Þetta varð svo raunverulegt í gærkvöldi þar sem ég úðaði í mig lakkriskurli sem varð afgang þegar ég bakaði lakkrisstoppa á aðventunni. Um leið sat ég með visa-kortið í höndunum og borgaði fyrir átaksnámskeið á líkamsræktarstöð. Fikill að taka síðasta skammtinn um leið og hann pantar innlögn á Vogu.

Já. Tími rjómans og ljómans er liðinn og við tekur síðasti smókurinn og sykurfraðvörð. Strangur svipur og sjálfsagi. En engar áhyggjur. Það er talað um að það taki 21 dag að þróa nýjar venjur. Eftir fáeina daga í heilsuhyði rifjast upp gömul grein um að áramótaheit séu úrelt og maður eigi bara að reyna að vera betri manneskja alla daga ársins. Í hjartanu, sko. Nokkrum dögum síðar deilir einhver myndbandi á Facebook af hundrað ára dansandi konu sem hefur aldrei farið í ræktina og alltaf leyft sér allt og átt miklu hamingjuríkara líf en eineggja tvíburi hennar sem borðaði aldrei kjöt, reykti ekki og drakk ekki og hljóp sjö maraþon. Og er löngu dauð. Og eftir um það bil tvær vikur finnst okkur við hafa fundið tilgang lífsins og förum að skoða sumarþæklinga og skipuleggja sumarfrí með ástvinum.

Ég spái því að þessu átaka-ástandi verði aflétt fyrir næstu mánaðamót eða svona um það bil á degi tuttugu.

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN Í ENGIHJALLA, VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

OPIÐ 24 TÍMA

Iceland



## PRENTVERK

Vantar fyrirtækið þitt gæða prentefni? Við bjóðum fjölbreyttar lausnir hvort sem er í offset eða stafrænt. Komdu við í kaffisopa og við finnum leið sem hentar best hverju sinni.

Guðjón Ó  
VISTVÆNA PRENTSMIÐJAN  
Sími 511 1234 • www.gudjono.is

# ÚTSALA

## 25-50%

afsláttur af skiptidýnum, eldri gerðum, útlitsgölluðum dýnum, koddum, lökum o.fl. o.fl. o.fl.

Fyrstir koma fyrstir fá!

12 mán. vaxtalauser greiðslur\*

\*3.5% lántökugjald

www.svefn.is

Svefn & heilsa  
★★★★★

Fimm stjörnu verslun

Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233  
Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150  
Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00  
Laugardaga 12:00 - 16:00

Umboðsaðilar: Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði | Lúxus húsgögn - Egilsstöðum