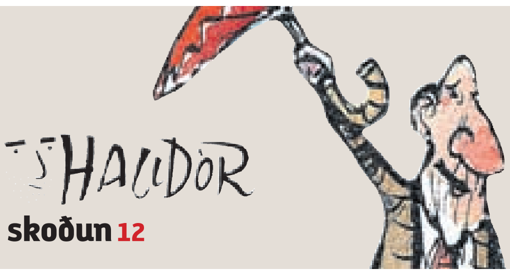


skoðun 12

2 SÉRBLÖÐ
í Fréttablaðinu
Allt
Bílar

Fimm góðar venjur
Ýmislegt er sameiginlegt í mataræði þeirra þjóða sem hafa hæstan meðalaldur.
allt 4

FRÉTTABLAÐIÐ

Þriðjudagur
19. október 2010
245. tölublað 10. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Fjölskyldufaðir bestur
Stefán J. Arngrímsson vann Íslandsmótið í póker.
fólk 26

Aldrei, aldrei
Enginn stjórnmálamaður getur ráðskast með lífeyrissjóðina, segir Kjartan Jóhannsson.
skoðun 12

Framtíð Rooneys óljós
Wayne Rooney gæti verið á förum frá Manchester United.
sport 22

veðrið í dag

BJARTAST SUNNAN TIL Í dag má búast við NA- og A-áttum, 3-8 m/s. Norðanlands má búast við skúrum eða slydduéljum og vestanlands þykknar heldur upp með skúrum er líður á daginn. **VEÐUR 4**

Vilja ekki styrki frá Evrópusambandinu

Óvíst er hvort ríkið þiggir svonefnda IPA-styrki Evrópusambandsins. Tveir ráðherrar VG ætla ekki að þiggja styrkina og málið er í bið hjá tveimur öðrum.

STJÓRNMÁL Talsverð andstaða er innan Vinstrihreyfingarinnar - græns framboðs við að íslenska ríkið þiggi svonefnda IPA-styrki frá Evrópusambandinu.

Styrkirnir standa umsóknarríkjum sambandsins til boða og eru fyrst og fremst ætlaðir til að búa stjórnsýslu þeirra undir aðild að því.

Samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins er sú skoðun ríkjandi innan VG að ekki beri að þiggja slíka styrki. 28 milljónir evra, 4,3 milljarðar króna, standa Íslendingum til boða.

Tveir ráðherrar VG, Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra og Jón Bjarnason, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra, hafa þegar ákveðið að sækjast ekki eftir styrkjum til verkefna í sínum ráðuneytum.

Ögmundur Jónasson hefur sett umsóknir forvera sinna á ís. Bæði Kristján Möller og Ragna Árnadóttir, sem gegndu þeim ráðherraembættum sem Ögmundur sinnir nú, höfðu sótt um styrki til tilgreindra verkefna. Samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins ætlar Ögmundur að endurskoða þær ákvarðanir.

Í mennta- og menningarmálaráðuneytinu hefur verið unnið að umsóknum vegna tveggja verkefna en óvíst er hvort þeim verður fylgt eftir. Í umhverfisráðuneytinu er á hinn bóginn unnið að umsóknum.

Ráðherrar Samfylkingarinnar vilja allir nýta styrkina.

Eftir því sem næst verður komist er framhald málsins í óvissu. Ráðherranefnd um Evrópumál hefur ekki fjallað um það en þaðan liggur leið þess inn í ríkisstjórn. **- bþs**

KVENNAFRÍ UNDIRBÚIÐ Um tuttugu konur komu saman í gær að Hallveigarstöðum í Reykjavík til að mála kröfuspjöld fyrir kvennafríið næsta mánudag. Undirbúningur hófst fyrir alvöru fyrir nokkrum mánuðum og er nú að ná hámarki, enda í mörg horn að líta. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

BALTASAR KORMÁKUR Á leið til Bandaríkjanna þar sem hann leikstýrir myndinni Contraband, sem er endurgerð á Reykjavík-Rotterdam. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Baltasar flytur til New Orleans:
Semur við risann Universal

FÓLK Baltasar Kormákur kvikmyndaleikstjóri og Working Title Films hafa náð samkomulagi við kvikmyndaverið Universal um framleiðslu og dreifingu á kvikmyndinni Contraband, endurgerð myndarinnar Reykjavík-Rotterdam.

Baltasar flytur út til New Orleans á sunnudag og mun væntanlega dveljast þar ytra í sex mánuði ef undanskildir eru nokkrir dagar sem leikstjórinn fær í jólafrí. „Ætli ég klári þá ekki tökurnar á Djúpinu,“ segir Baltasar í samtali við Fréttablaðið. **- fgg /** **sjá síðu 26**

Prestur ósammála flokknum:
Skólar úthýsi ekki kirkjunni

STJÓRNMÁL Séra Bjarni Karlsson, varaborgarfulltrúi Samfylkingarinnar, er ósammála fulltrúum flokks síns í mannréttindaráði Reykjavíkur sem telja að fulltrúar trúfélaga eigi ekki erindi í skóla borgarinnar og hætta eigi kirkjuferðum á skólatíma.

Bjarni segir þetta lýsa vanþekkingu á eðli mannfélagsins. „Hingað til hefur það verið aðall íslenskrar menningar að samfélagið hefur átt trúnað um það atlæti sem börnum er búið þvert á allar lífsskoðanir. Eigi það að breytast verður sú ákvörðun ekki tekin af mannréttindaráði Reykjavíkurborgar,“ skrifar Bjarni á bloggsíðu sína. **- gar /** **sjá síðu 4**

Skiptar skoðanir innan Orkuveitunnar um leiðir til að hagræða í rekstrinum:
Skert störf eða fjöldauppsagnir

ATVINNUMÁL „Skelfingarástand“ er í Orkuveitunni vegna boðaðra fjöldauppsagna að sögn Kjartans Magnússonar, fulltrúa Sjálfstæðisflokksins í stjórn fyrirtækisins.

„Ég er alveg hissa á því hversu lengi lokið hefur haldist á pottinum,“ segir Kjartan sem óskaði í gær eftir aukafundi í stjórn Orkuveitunnar. Kjartan segir ástæðuna þá að hann hafi fregnað að trúnaðarmenn fyrirtækisins hafi fyrir nokkru meðal annars lagt það til að starfshlutfall starfsmanna yrði skert í stað þess að grípa til fjöldauppsagna.

Kjartan fundaði með trúnaðarmönnum Orkuveitunnar í gær. Þangað kom einnig Helgi Þór Ingason forstjóri og tók þátt í umræðunum. Engin formleg niðurstaða varð af fundinum.

Skiptar skoðanir virðast meðal starfsmanna um næstu skref. „Margir hafa það viðhorf að það þurfi einfaldlega að klára þetta mál því mórallinn sé alveg í lágmarki; það þurfi bara að rífa af plásturinn. En samkvæmt hugmyndabanka sem efnt var til meðal starfsmanna eru ýmsir sem tala fyrir því að menn reyni að koma í veg fyrir fjöldauppsagnir með skertu starfshlutfalli eða lækkun launa,“ segir Stefán Pálsson, einn trúnaðarmanna Orkuveitunnar. **- gar**

BÓKA-
MARKAÐUR
Fræðirit fyrir
fróðleiksfúsa
er í Skeifunni 3.
Opið kl. 10-18.
30-70% afsláttur.
Hið íslenska bókmenntafélag
sími 588-9060

SPURNING DAGSINS

Bjarki, ertu ekki bara þú?

„Jú, einmitt, ég er ekki þessi Bieber. Þótt það sé fínt að vera líkt við hann vil ég bara vera ég – Bjarki Lár.“

Bjarki Lár er fimmtán ára söngvari úr Hafnarfirði sem slegið hefur í gegn með lagið Bara þú. Bjarka er stundum líkt við kanadísku unglingastjörnuna Justin Bieber.

Arion banki selur Haga í áföngum og áformar skráningu félagsins í Kauphöllina:

Vill fá kjölfestufjárfesti í Haga

VIÐSKIPTI Arion banki, sem á 99,5 prósent í Högum, hyggst selja kjölfestufjárfesti á bilinu 15 til 29 prósenta hlut í fyrirtækinu, sem áður var í eigu Baugsfjölskyldunnar svokölluðu.

„Fyrsta skref bankans verður að bjóða til sölu kjölfestuhlut í því skyni að fá til liðs við félagið fjárfesti sem veita mun félaginu forystu til lengri tíma. Að lokinni sölu á kjölfestuhlut í Högum verður fagfjárfestum og almennum fjárfestum gefið færi á að kaupa hluti í félaginu, og í kjölfarið en áformað að skrá hlutabréf félagsins í íslensku kauphöllinni,“ segir í tilkynningu sem Arion banki sendi frá sér í gær. Skráningin í Kauphöllina er áætluð á næsta ári.

HÖSKULDUR H. ÓLAFSSON Bankastjórinn í Arion segir að fyrst og fremst eigi að ná sem hagstæðustu verði fyrir Haga. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þó að ósk Arion banka sé að Hagar verði í dreifðri eign munu ýmsir innlendir og erlendir aðilar hafa lýst áhuga á að eignast stærri hluti í Högum og jafnvel fyrirtækið allt. Bankinn ætlar að skoða öll tilboð og gefur fjárfestum sem áhuga hafa á að kaupa allan hlutinn kost á því að leggja inn tilboð á fyrsta stigi söluferlisins.

„Fyrir bankann er númer eitt að selja fyrirtækið á sem hagstæðustu verði,“ sagði Höskuldur H. Ólafsson bankastjóri í viðtali við Stöð 2 í gærkvöld. - gar

Lukkuleg hjón í Hafnarfirði:

Fengu stóra vinninginn

FÓLK Það voru lukkuleg hjón sem komu við hjá Íslenskri getspá með vinningsmiða í lottóinu upp á rúmar 56 milljónir.

Miðann góða keypti heimilisfaðirinn í Snælandi á Reykjavíkurvegi í Hafnarfirði. Hann hlustaði svo á útdráttinn með öðru eyranu á laugardagskvöldið og heyrði kunnuglegar tölur þar sem hann hafði valið þær allar sjálfur. Annar vinningshafi hafði keypt miða í Select við Vesturlandsveg í Reykjavík og fékk 2 milljónir í Jókernum. - gb

Fangar eru án gæslu inni á sjúkrahúsum

Afplánunarfangar sem liggja á sjúkrahúsi um skemmri eða lengri tíma eru ekki vaktaðir af fangaverði séu þeir ekki taldir hættulegir. Nýlega strauk fangi í tvígang. Lýst var eftir honum í fyrra skiptið en í hið síðara gaf hann sig fram.

FANGELSISMÁL Afplánunarfangar sem þurfa að leggjast á sjúkrahús eru ekki vaktaðir af fangavörðum, svo fremi sem þeir eru ekki taldir hættulegir. Þetta segir Páll E. Winkel, forstjóri Fangelsismálastofnunar.

Skammt er liðið síðan kvenkyns fangi strauk af sjúkrahúsi í tvígang með skömmu millibili. Í fyrra sinnið auglýsti lögregla eftir konunni, sem hafði verið alvarlega veik. Í seinna skiptið skilaði hún sér aftur af sjálfsdáðum.

„Þegar fangi í afplánun veikist verðum við að meta það hverju sinni hvort fanginn teljist hættulegur sjálfum sér eða öðrum,“ segir Páll. „Ef við teljum okkur hafa fullvissu fyrir því að fangi sé annars vegar verulega veikur og þurfi að fara á sjúkrahús og að hann sé hins vegar hættulaus, þá erum við ekki með vaktir fangavarða yfir viðkomandi.“

Spurður hvað valdi því að fangavörður fylgi ekki fanga á spítala segir Páll að það sé talið óþarft, auk þess sem sólarhringsvaktir af því tagi séu gríðarlega dýrar.

„Sólarhringurinn kostar um það bil eitt hundrað þúsund krónur,“ útskýrir Páll og bætir við að vaktakostnaðurinn sé fljótur að vinda upp á sig, sé um nokkurra daga eða jafnvel vikna dvöl á sjúkrahúsi að ræða.

Spurður hvort algengt sé að fangar noti tækifærið og láti sig hverfa af spítalanum segir Páll það hafa gerst í ákveðnum tilfellum.

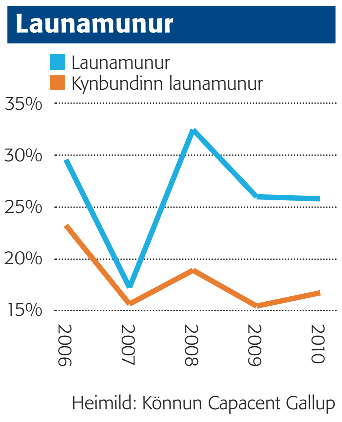
„Þá er einfaldlega litið á það sem strok og hefur afleiðingar fyrir fangann. Þá er gefin út handtökubeiðni og viðkomandi síðan færður í afplánun aftur þegar hann næst. Í sumum tilvikum skila menn sér sjálfir. Yfirleitt ganga þeir ekki lengi lausir þar til þeir finnast, sem vill því miður oft verða á stöðum sem þekktir eru sem samastaðir fíkniefnaneytenda. En í heildina gengur þetta ágætlega í langflestum tilvikum.“

Páll segir að almennt sé nokkuð um að fangar þurfi að leggjast inn á sjúkrahús. Sumir komi til afplánunar eftir langvarandi neyslu og vandamál tengd henni. Stundum þurfi sjúkrahúslegu til að koma þeim til heilsu á ný jan leik.

jss@frettabladid.is

LANDSPÍTALINN VIÐ HRINGBRAUT Páll E. Winkel, forstjóri Fangelsismálastofnunar, segir nokkuð um að fangar þurfi að leggjast inn á sjúkrahús. Ef fangarnir séu ekki taldir hættulegir séu fangaverðir ekki látnir vakta þá. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Launamunur



Heimild: Könnun Capacent Gallup

Kynbundinn launamunur:

Munur aukist í 16,7 prósent

JAFNRÉTTISMÁL Kynbundinn launamunur meðal félagsmanna í Eflingu, Hlíf og Verkalýðs- og sjómannafélags Keflavíkur og nágrennis (VSFK) mælist nú 16,7 prósent samkvæmt nýrri könnun. Munurinn hefur aukist lítillega frá því í fyrra, þegar hann mældist 15,7 prósent. Árið 2008 var munurinn 18,9 prósent.

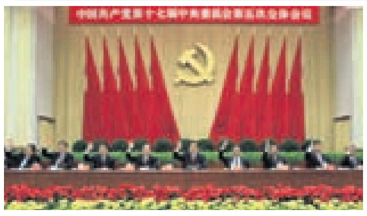
Kvenkyns félagsmenn í stéttarfélögunum þremur eru með 25,8 prósentum lægri laun en karlkyns félagsmenn. Þegar tekið hefur verið tillit til aldurs, starfsaldurs, starfsstéttar og vinnutíma er kynbundinn launamunur hins vegar 16,7 prósent. - bj

Innbrot í þrjá bústaði:

Þjófar ófundnir

LÖGREGLUMÁL Brotist var inn í þrjá sumarbústaði á Suðurlandi.

Tveir bústaðanna eru í Heiðabyggðarlandi og eru í eigu stéttarfélags. Þetta er í þriðja sinn sem brotist er þar inn á innan við ári. Í tvö fyrri skiptin náðust þjófarnir með þýfið. Í þetta sinn hafa hinir fingralöngu enn ekki fundist. Þeir stálu flatskjáum. Þriðji bústaðurinn er við Apavatn og einnig í eigu stéttarfélags. Þaðan var stolið raftækjum. - jss



ÞING KOMMÚNISTAFLOKKSINS Um helgina var afgreidd næsta fimm ára áætlun efnahagslífsins. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Xi hækkaður í tign:

Lýðræðið bíður seinni tíma

KÍNA, AP Xi Jinping, varaforseti Kína, þykir nú líklegur til að taka við af Hu Jintao forseta á næsta flokksþingi kínverska Kommúnistaflokksins, sem haldið verður eftir þrjú ár.

Xi var á efnahagsþingi flokksins um helgina hækkaður í tign innan herráðs flokksins.

Línur skýrðust þó lítt á þinginu um hugsanlegar lýðræðisumbætur. Wen Jinbao forsætisráðherra, sem hefur talað um nauðsyn slíkra umbóta, virðist eiga í baráttu við íhaldssamari félaga sína í flokknum. - gb

Skoðar öryggisleit á flugvelli:

Gullna hliðið lokað áfram

SAMGÖNGUR Engin áform eru uppi um að opna á ný forgangshlið í vopnaleit á Keflavíkurflugvelli sem lokað var sumarið 2007. Þetta kemur fram í áliti umboðsmanns Alþingis.

Hliðinu, sem gjarnan var nefnt Gullna hliðið, var ætlað að flýta för farþega á dýrari farrýmum í gegnum öryggisleit. Hliðinu var lokað í kjölfar fréttaflutnings, og óskaði umboðsmaður í kjölfarið upplýsinga um heimildir til að starfrækja sérstakt hlið.

Umboðsmaður fylgdi málinu eftir nýverið og fékk þær upplýsingar að ekki stæði til að opna hliðið á ný, og er málinu því lokið af hálfu umboðsmannsins. - bj

Frakkar mótmæla hækkun eftirlaunaaldurs enn af fullri hörku:

Enn skortir eldsneyti í Frakklandi

FRAKKLAND, AP Starfsmenn olíuhreinsistöðva í Frakklandi virtu að vettugi beiðni stjórnvalda um að þeir sneru aftur til vinnu. Eldsneytisskortur verður því viðvarandi í landinu enn um hríð.

Starfsmennirnir efndu til mótmæla víða um land gegn hækkun eftirlaunaaldurs. Hópar ungmenna tóku þátt í mótmælunum og bifreiðastjórar bættust einnig í hópinn.

Franska þjóðin er afar ósátt við ákvörðun stjórnvalda um að hækka lágmarks eftirlaunaaldur úr 60 árum í 62 ár, en hámarksaldur á jafnframt að hækka úr 65 árum í 67 ár.

Nicolas Sarkozy forseti mælir fyrir daufum eyrum þótt hann bendi á að eftirlaunaaldur í Frakklandi verði eftir sem áður sá lægsti sem þekkist í Evrópu. Hann nær heldur ekki eyrum þjóðarinnar þótt hann bendi á að Frakkar lifi nú mun lengur en áður og að eftirlaunasjóðir séu óðum að rýrna.

ÓEIRÐIR Í FRAKKLANDI Til átaka kom víða um land í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Verkföll olíuvinnslustarfsmanna hafa haft gríðarleg áhrif í Frakklandi. Ökumenn hafa hamstrað eldsneyti í stórum stíl, en bensínstöðvar eru að tæmast hver af annarri. - gb

METAN
Kynntu þér notkun og kosti metaneldsneytis á **metan.is**.

Metan-lán

Landsbankinn býður nú hagstæð yfirdráttarlán til þeirra sem vilja breyta bílnum og skipta yfir í umhverfisvænna og ódýrara eldsneyti. Í boði er lán með hagstæðari vaxtakjörum en hefðbundið yfirdráttarlán og er lánstími til allt að 48 mánaða.

Metaneldsneyti hefur verið notað til að knýja bíla hér á landi í áratug og reynslan verið góð. Hægt er að uppfæra allar gerðir bensínbíla með beinni innspýtingu og margar gerðir dísilbíla. Ávinningurinn er margþættur:

- Umhverfisvænna eldsneyti
- 40-45% lægri eldsneytiskostnaður
- Minni hávaði frá vél
- Sömu þægindi í akstri
- Innlent eldsneyti
- Gjaldeyrissparnaður
- Græn atvinnustarfsemi
- Aukið orkuöryggi

Landsbankinn vill með þessu leggja sitt af mörkum til samfélagsins og komandi kynslóða.

Nánari upplýsingar á landsbankinn.is eða í næsta útibúi.

NBI hf. (Landsbankinn), kt. 471008-0280.
ENNEMM / SÍA / NM44020

GENGIÐ 18.10.2010

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	111,41	111,95
Sterlingspund	177,10	177,96
Evra	155,04	155,90
Dönsk króna	20,788	20,910
Norsk króna	19,049	19,161
Sænsk króna	16,710	16,808
Japanskt jen	1,3717	1,3797
SDR	175,15	176,19

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR

206,7045

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

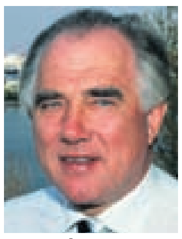
Landsbankinn segir farið að öllum verklagsreglum við afskriftir:

Hámarka endurheimtur hjá Nónu

FJÁRMÁL „Landsbankinn fór í einu og öllu að verklagsreglum þegar skuldir Nónu ehf. voru afskrifaðar í janúar 2010," segir í tilkynningu frá Landsbankanum.

Nóna er dótturfélag Skinneyjar-Þinganess. Einn eigenda þess félags er Halldór Ásgrímsson, fyrrverandi forsætisráðherra. Hlutur Halldórs í Skinney-Þinganesi er 2,37 prósent að sögn Landsbankans sem kveðst engar skuldir hafa afskrifað hjá félaginu.

Landsbankinn segir að skuldir Nónu hafi verið færðar niður í 100 prósent af eignavirði til samræmis við þágildandi reglur bankans. Samhliða hafi eigendur Nónu lagt félaginu til nýtt fé. Komið hefur fram að Landsbankinn afskrifaði 2,6 milljarða króna hjá Nónu.



HALLDÓR ÁSGRÍMSSON

„Með þessari leið og endurskipulagningu á skuldastöðu Nónu ehf. telur bankinn sig hámarka endurheimtur sínar af lánum til fyrirtækisins," segir Landsbankinn þar sem núgildandi reglur heimila niðurfærslu skulda í 90 prósent af eignavirði samhliða 10 prósenta framlagi eigenda. „Öllum fyrirtækjum með greiðslugetu stendur sú leið til boða," segir Landsbankinn og kveður viðskiptavini Landsbankans njóta jafnræðis. „Það þýðir að fyrirtækjum er hvorki ívilnað né refsað þó einhver eigandi þeirra kunni til dæmis að hafa starfað í stjórnmálum um lengri eða skemmri tíma." - gar

Stjórnvöld í Kína:

Mótmæli leyfð gegn Japönum

KÍNA, AP Kínversk stjórnvöld gáfu góðfúslega leyfi sitt til fjöldamótmæla í nokkrum borgum, en þeim var beint gegn Japan. Sums staðar fóru mótmælin úr böndunum og til átaka kom við lögreglu.

Mikil reiði hefur gripið um sig meðal almennings í Kína vegna deilna um yfirráðarétt nokkurra eyja, sem Kínverjar kalla Diaoyueyjar en Japanar Senkaku-eyjar. Þegar reiðin tók að beinast gegn kínverskum stjórnvöldum virðast þau hafa talið skynsamlegra að leyfa mótmælin. - gb

Telur tillögu meirihlutans bitna á þjónustu við börnin

Tillögur mannréttindaráðs um samstarf kirkju og skóla kveða á um að fagfólk eins og sálfræðingar eigi að sinna áfallahjálp í skólum fremur en prestar. Við erum fagfólkið, segir verkefnastjóri Þjóðkirkjunnar.

MENNTAMÁL Séra Halldór Reynisson, verkefnisstjóri fræðslusviðs Þjóðkirkjunnar, segir tillögur meirihluta mannréttindaráðs Reykjavíkur um breytingar á samstarfi skóla og kirkjunnar koma sér á óvart. Hann segist ekki hafa heyrt af óánægju meðal skólastjórnenda varðandi samstarfið.

Nái breytingartillögurnar fram að ganga munu embættismenn trúfélaga ekki lengur starfa á nokkurn hátt í leik- og grunnskólum á höfuðborgarsvæðinu. Samstarfi kirkju og skóla verður hætt, sem og heimsóknir barna í kirkjur og fermingarfræðsla á skólatíma. Þegar leita þarf aðstoðar vegna sálrænna áfalla skal kalla til fagaðila á borð við sálfræðinga frekar en fulltrúa trúfélaga.

Varðandi þá tillögu að fagfólk eins og sálfræðingar eigi að annast áfallahjálp í skólum frekar en prestar segir Halldór að fáir vinni eins mikið með sorg og áföll.

„Við erum fagfólkið," segir hann. „Þegar um mjög alvarleg áföll eins og dauðsföll er að ræða eru það mál sem við erum fagaðilar í. Ef það má ekki kalla okkur til að gæta að velferð barnanna er ekki verið að tryggja þeim börnum hina bestu þjónustu."

Margrét Sverrisdóttir, formaður mannréttindaráðs, segir tillögurnar á gráu svæði og mikilvægt sé að halda áfram með þá vinnu sem nú þegar hafi verið unnin. Foreldrum sé vissulega frjálst að útvega börnunum sínum hverja þá áfallahjálp sem henti, en fulltrúar trúarhópa muni ekki sinna þessum störfum af hálfu skólans á skólatíma.

„Skólinn hefur sitt hlutverk og kirkjan sitt. Hvor stofnun fyrir sig á að virða hlutverk hinnar, en til þess verður að móta skýrar reglur."

Margrét segir mikilvægt að taka fram hvaða atriði felist ekki í hugmyndum mannréttindaráðs. Hún nefnir þar breytingar á námsefni eins og kristinfræði, jólaföndri, sálmasöng og öðru slíku.

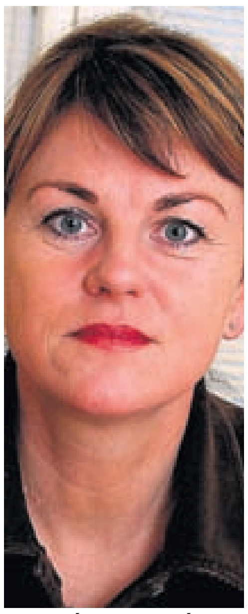
Björk Vilhelmsdóttir, formaður velferðarráðs, segir mestu máli skipta að málið sé unnið í sátt borgar og kirkju. Ekki sé ráðlegt að taka burt samstarf sem verið hafi til staðar í áratugi án þess að hafa um það samráð beggja aðila.

„Það er grundvallaratriði að virða trúfrelsi fólks, en einnig rétt fólks til trúar," segir Björk.

sunna@frettabladid.is

BJÖRK VILHELMSDÓTTIR

SÉRA HALLDÓR REYNISSON



MARGRÉT SVERRISDÓTTIR

Yfirlýsing frá stjórn SAMFOK

„Stjórn SAMFOK telur mikilvægt að fram fari markviss umræða skólafólks og foreldra um þessi mál og telur brýnt að skoða vandlega rök með og á móti því að taka með þessum hætti ákvörðunarrétt um innra starf úr höndum skólayfirvalda og foreldra."

„Stjórn SAMFOK telur að svo stöddu hvorki ljóst að framkomnar tillögur endurspegli vilja meirihluta foreldra né að ákvæði stjórnarskrár kalli á þær. Stjórnin telur brýnt að fram fari opin og málefnaleg umræða um þessi mál og að sjónarmið og afstaða foreldra verði höfð til hliðsjónar við ákvarðanatöku."

Samtök foreldra grunnskólabarna í Reykjavík

Niðurstöður úr skýrslu starfshóps um samstarf skóla og kirkju frá árinu 2007:

Fara börnin í heimsókn í kirkju á vegum skólans?

Stofnun	Já, fyrir jól	Já, fyrir jól og páska	Nei, aldrei
Leikskóli	67,6%	2,7%	23,0%
Grunnskóli	81,6%	2,6%	5,3%

Hanga uppi auglýsingar frá kirkjunni í skólanum?

Stofnun	Já	Nei
Leikskóli	56,9%	43,1%
Grunnskóli	64,9%	35,1%

Eru börn send heim með auglýsingar frá kirkjunni?

Stofnun	Já	Nei
Leikskóli	11%	89,9%
Grunnskóli	65,8%	34,2%

ANNA CHAPMAN Þekktust rússnesku njósnaranna. NORDICPHOTOS/AFP

Medvedev veitir orður:

Forseti heiðrar hóp njósnara

RÚSSLAND, AP Dmitrí Medvedev Rússlandsforseti veitti rússneskum njósnurum, sem bjuggu í Bandaríkjunum þar til í sumar þegar upp upp komst um ráðabruggið, æðstu orðu rússneska ríkisins við hátíðlega athöfn í Kreml í gær.

Fyrir fjórum mánuðum fengu Rússarnir tíu að fara aftur til Rússlands í skiptum fyrir fjóra Bandaríkjamenn, sem hlotið höfðu dóm í Rússlandi fyrir njósnir.

Rússnesku njósnararnir fengu höfðinglegar móttökur við komuna til Rússlands í sumar. - gb

LEIÐRÉTTING

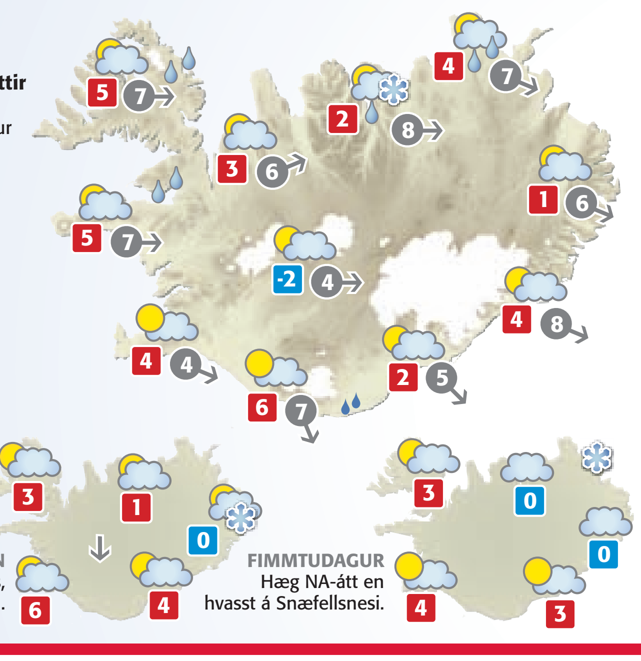
Ekki er rétt sem fram kom í Fréttablaðinu í gær að verkjalyfið Parkódín Forte sé ekki til hjá dreifingaaðila. Aðeins ein pakkningastærð af lyfinu er á biðlista, það er með þrjú hundruð stykkjum. Hið rétta er að pakkningin er til í heildsölu fram í janúar á næsta ári.

VEÐURSPÁ

Soffía Sveinsdóttir veðurfréttamaður

SVALT Í VEÐRI

Loks kom að því að hitastigið lækkaði á landinu! Næstu dagar einkennast af tiltölulega hægum vindi, norðlægum áttum og svölu veðri. Búast má við nokkuð björtu veðri sunnan til en norðanlands eru horfur á lítils háttar úrkomu. Hlýjast verður allra syðst.



Á MORGUN 3-10 m/s, hvassast austan til.

FIMMTUDAGUR Hæg NA-átt en hvasst á Snæfellsnesi.

HEIMURINN

Alicante	21°
Basel	17°
Berlín	9°
Billund	12°
Frankfurt	9°
Friedrichshafen	10°
Gautaborg	10°
Kaupmannahöfn	10°
Las Palmas	24°
London	12°
Mallorca	19°
New York	15°
Orlando	30°
Ósló	8°
París	12°
San Francisco	18°
Stokkhólmur	9°

Vindhraði er í m/s. Hitastig eru í °C. Gildistími korta er um hádegi.

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is ALMENNAR SÍMI 512-5401: Hendrik Sigurðsson hendrik@frettabladid.is, Guðmundur Steinsson gudmundurs@365.is, Laila Awad laila@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is, Sigmundur Halldórsson sigmundur@frettabladid.is
ALLT SÍMI 512-5402: Jóna María Hafsteinsdóttir jmh@365.is, Henný Árnadóttir henny@365.is, Þórdís Hermannsdóttir thordish@365.is SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5016: Sigríður Hallgrímsdóttir sigridurh@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynurs@365.is, Bjarni Þór Sigurðsson bthor@365.is, Benedikt Freyr Jónsson benediktj@365.is
RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403: Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407: Sigurlaug Aðalsteinsdóttir sigurlaug@365.is, Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Guðný Gunnlaugsdóttir gunny@365.is

CHERBOURG tungusófi
Fallegur, dökkbrúnn tungusófi með PU áklæði á frábæru verði. Stærð: B282 x H80 x D167/92 sm.

VERÐ ÁÐUR: 169.950,-

119.950,-

SPARIÐ 50.000

AÐEINS ÓDÝRARI!

TILBOÐIN GILDA 19.10-20.10

POUL skrifborðsstóll
Glæsilegur skrifborðsstóll með innbyggðri gaspumpu sem tryggir stiglausa hæðarstillingu.

SPARIÐ 15.000

FULLT VERÐ: 29.950,-

14.950,-

NOVA hægindasófar
Glæsilegur hægindasóll með svörtu PU áklæði. Hægt að halla baki og lyfta skemli. Stærð: B90 x H103 x D95 sm.

SPARIÐ 20.000

VERÐ ÁÐUR: 54.950,-

34.950,-

DREAMZONE™

SPARIÐ 2.000

ST. 90 X 200 SM. ÁÐUR: 5.995,-

3.995,-

PLUS T10 eggjabakkadýna
Eggjabakkalöguð dýna úr kaldsvampi sem eykur þægindi og vellíðan. Þykkt: 5 sm.
Stærðir: 140 x 200 sm. Áður: **6.995,-** Nú: **4.995,-**

SPARIÐ 1.000

3 STK.

VERÐ ÁÐUR: 2.495,-

1.495,-

Stuttermabolir
Fínir stuttermabolir. 3 stk. saman í pakka. Nokkrar stærðir. Fást í hvítum og svörtum lit. Efni: 100% bómull. Gott og vandað hálsmál

høie
The Way we live in Scandinavia

SÆNGURTASKA FYLGIR

SPARIÐ 2.000

VERÐ ÁÐUR: 7.995,-

5.995,-

HØIE UNIQUE sæng og koddi
Vönduð thermosæng fyllt með 2 x 600 gr. af holtrefjum. Koddinn er fylltur með 500 g. af holtrefjum.
St. 50 x 70 sm. Sængurtaska fylgir. Sæng: 140 x 200 sm.

SPARIÐ 10.000

VERÐ ÁÐUR: 29.990,-

19.990,-

SINGER 4210 saumavél
Virkilega góð og vönduð SINGER saumavél. Er með öllum helstu grunnsporunum.

SPARIÐ 1.000

VERÐ ÁÐUR: 2.495,-

1.495,-

Taubleyjur
12 taubleyjur saman í pakka. Stærð: 70 x 70 sm.
Efni: 100% bómull.

Birt með fyrirvara um prentvillur.

RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

www.rumfatalagerinn.is

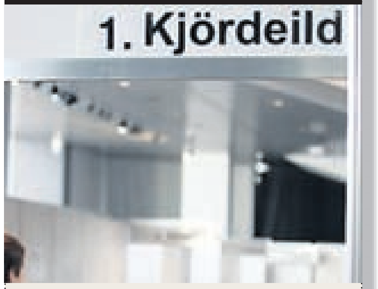
U.Þ.B. 25% AFSLÁTTUR

VERÐ ÁÐUR: 1.695,-

1.295,-

Plastkassi 30 lítra
Góður 30 lítra plastkassi með smelltu loki.
Stærð: 46,5 x 35,5 x 25,7 sm.

KJÖRKASSINN



Þekkir þú einhvern sem er í framboði til stjórnlagaþings?

Já	42,2%
Nei	57,8%

SPURNING DAGSINS Í DAG

Þiggur þú húsaleigubætur?

Segðu þína skoðun á visir.is

vísir

Stjórnarmyndunartilraunir fóru enn eina ferðina út um þúfur í Belgíu:

Engin málamiðlun í sjónmáli

BELGÍA, AP Tilraunir til að mynda nýja ríkisstjórn í Belgíu fóru eina ferðina enn út um þúfur í gær, fjórum mánuðum eftir þingkosningar.

Nokkrir stjórnmálaleiðtogar hafa gert árangurslausar tilraunir til stjórnarmyndunar, en harkalegar deilur frönskumælandi og flæmskumælandi íbúa landsins hafa komið í veg fyrir að þingmeirihluti verði að veruleika.

Í þetta var skiptið var það Bart de Wever, leiðtogi Nýja flæmska bandalagsins, stærsta stjórnmálaflokks landsins, sem fór á fund Alberts konungs og sagðist ekki hafa haft erindi sem erfiði.

BART DE WEVER Leiðtogi flæmskumælandi aðskilnaðarsinna náði ekki að mynda meirihluta. NORDICPHOTOS/AFP

Flokkur de Wevers fékk 27 prósent atkvæða og hafði lagt áherslu á að skipta landinu upp, eins og flæmingjar í norðurhluta landsins hafa margir hverjir barist fyrir, en frönskumælandi Vallónar í suðurhlutanum mega ekki heyra á það minnst.

Hann kynnti í síðustu viku tillögur að málamiðlun, sem snerust um að flæmskumælandi og frönskumælandi hlutar landsins tækju að sér skattheimtu að hluta, og fengju þar með traustari tekjustofna.

Frönskumælandi stjórnmálamenn höfnuðu þessum hugmyndum samstundis, og því fór sem fór. **- gb**

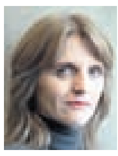
Hugmyndum STEF mótmælt:

Fjögur þúsund undirskriftir

MÓTMÆLI Rúmlega 4.100 manns hafa nú skrifað nafn sitt á undirskriftalista á netinu til að mótmæla fyrirhuguðum áætlunum STEFs um aukin internetgjöld.

„Við mótmælum hér með hugmynd STEFS um álagningargjöld á nettengingum hjá viðskiptavinum sem eru í viðskiptum hjá netveitum á Íslandi. Við ætlum ekki að greiða hærri gjöld fyrir nettengingar hjá okkur og allra síst ef aurinn fer til STEFS sem á að kalla STEFGJÖLD! þið takið nú nóg af okkur,“ segir á síðunni www.netfrelsi.is. - sv

Framboð til stjórnlagaþings


Ásdís Hlökk Theodórsdóttir

Freyja Haraldsdóttir

Gísli Kr. Björnsson

Jóna Sólveig Elínardóttir

Kolbrún Baldursdóttir

Maríanna Bergsteinsdóttir

Salvör Nordal

Sigfríður Þorsteinsdóttir

Signý Sigurðardóttir

Sigursteinn Másson

Sindri Guðmundsson

Soffía Sigurgeirsdóttir

Sveinbjörg Birna Sveinbjörnsdóttir

Fjöldi framboða kom öllum í opna skjöldu

Um 500 manns hafa boðið sig fram til stjórnlagaþings. Nú er farið yfir hvort atkvæðin séu öll gild. Séu ágallar gefst fólki færi á að laga þá. Í kjölfarið verður útbúið kynningarefni fyrir frambjóðendur og kosningakerfið sem fáir þekkja.

FRÉTTASKÝRING

Hvernig verður staðið að kynningu á frambjóðendum og kosningakerfinu til stjórnlagaþings?

Mun fleiri skiluðu inn framboðum til stjórnlagaþings en nokkurn óraði fyrir. Framboðsfrestur rann út á hádegi í gær og á síðustu metrunum bættust um 350 frambjóðendur í hópinn. Alls hafa um 500 skilað inn framboði.

HJALTI ZÓPHÓNÍASSON

„Þetta kom okkur algjörlega í opna skjöldu,“ segir Þórhallur Vilhjálmsson, aðallögfræðingur Alþingis og ritari landskjörstjórnar.

Landskjörstjórn mun vinna að því næstu daga að keyra saman meðmælalista frambjóðenda og fara yfir þá að öðru leyti til að kanna hvort á þeim séu ágallar eða hvort einhverja meðmælendur sé að finna á fleiri en einum lista. Því verki skal lögum samkvæmt vera lokið á hádegi á fimmtudag. Þórhallur segir að sú tímasetning muni standast, en jafnvel þurfi að bæta við starfsfólki í ljósi fjöldans. „Þetta setur okkur í svolítið skrítna stöðu. Þetta er töluvert umfangsmeira verk en við áttum von á.“

Komi ágallar í ljós gefast frambjóðendum tveir dagar til að bæta úr þeim, eða fram á laugardag. Því er ólíklegt að endanlegur fjöldi frambjóðenda liggi fyrir fyrr en eftir helgi. Þá mun landskjörstjórn gefa hverjum frambjóðanda númer og að lokum birta listann með öllum gildum framboðum. Frestur til þess rennur út 3. nóvember.

Það kemur síðan í hlut dómsmálaráðuneytisins að útbúa kynningarefni fyrir frambjóðendur. Hjalti Zóphóníasson skrifstofustjóri segir að þótt fjöldi frambjóðenda hafi komið flatt upp á fólk í ráðuneytinu eigi ekki að verða mikið vandamál að útbúa slíkt efni. Frambjóðendur hafi verið beðnir um að skila inn stuttri kynningu á sjálfum sér og erindi sínu á þingið, og bæklingurinn muni byggja á þeim kynningum.

Bæklingurinn verður tilbúinn áður en utankjörstaðakosning hefst 10. nóvember, og verður þá dreift í takmörkuðu upplagi til sýslumanna og utanríkisþjónustunnar. Hann fer svo í almenna dreifingu á öll heimili þegar nær dregur kosningunni. „Það má ekki dreifa þessu of snemma, þá fer þetta bara í tunnuna,“ útskýrir Hjalti.

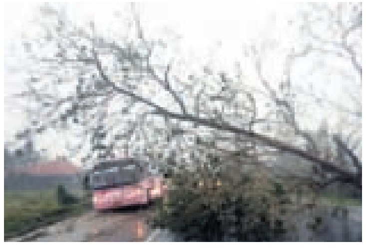
Annað sem þarf að útskýra fyrir fólki er kosningakerfið og hvernig skal greiða atkvæði. Kerfið er nýtt fyrir Íslendingum, á ensku heitir það „single transferable vote“, en íslensk þýðing er ekki til. Kerfið er hugsað til að atkvæði kjósenda fullnýtist sem allra best.

Landskjörstjórn mun hafa umsjón með að kynna almenningi kerfið, og fer það kynningarátak af stað um eða eftir mánaðamót. „Það verður auðvitað að tryggja að fólk skilji þetta en það er ekki búið að ákveða í nákvæmum smáatriðum hvernig staðið verður að því,“ segir Ástráður Haraldsson, formaður landskjörstjórnar, en í dómsmálaráðuneytinu er í skoðun að útbúa sérstakt kynningarmyndband fyrir kerfið.

Kosið verður til stjórnlagaþings 27. nóvember. Það mun síðan taka til starfa í síðasta lagi í febrúar á næsta ári.

stigur@frettabladid.is

ÚRELT? Kristján IX afhenti Íslendingum stjórnarskrána á 1000 ára afmæli Íslandsbyggðar 1874. Hún hefur lítið breyst síðan. Nú á stjórnlagaþing að taka hana til endurskoðunar.



FÁRVIÐRI Eitt versta veður sem komið hefur á Filippseyjum. NORDICPHOTOS/AFP

Fellibylur á Filippseyjum:

Íbúar fluttir frá strandsvæðum

FILIPPSEYJAR, AP Á annað hundrað þúsund manns voru fluttir burt frá strandsvæðum á Filippseyjum áður en fellibylurinn Megi skall á í gær.

Fárviðrið olli miklu tjóni og kostaði að minnsta kosti þrjá menn lífið.

Þegar veðrið gekk niður lágu tré og símastaurar eins og hráviði um landið. Fyrrverandi hershöfðingi sagði undirbúninginn fyrir ofviðrið einna helst hafa líkst undirbúningi fyrir styrjöld.

Veðrið olli einnig miklu tjóni í nágrannaríkjunum, meðal annars í Víetnam og Kína. **- gb**

AFGANISTAN

Þrengir að talibönum

Hersveitir Atlantshafsbandalagsins í Afganistan segjast hafa lokað birgðaflutningaleiðum uppreisnarmanna víða í Afganistan. Uppreisnarveitir bregðast við með því að kúga fé úr heimafólki.

Framboð til stjórnlagaþings

Vilhjálmur Þorsteinsson

Þór Gíslason

Þórður Már Jónsson

Áskriftarsjóður ríkisverðbréfa

Góður ávöxtunarkostur – einnig í áskrift

Við öflum fyrir þig

10,3%

ÁRLEG NAFNÁVÖXTUN*

100% RÍKISTRYGGING

Hafðu samband við ráðgjafa okkar í síma 460 4700 eða kynntu þér málið á www.iv.is

ÍSLENSK VERÐBRÉF

Þar sem þínir hagsmunir ráða ferðinni

Strandgata 3 600 Akureyri | Sigtún 42 105 Reykjavík
Sími: 460 4700 | www.iv.is | iv@iv.is

*Árleg nafnávöxtun frá 15.01.2001 til 31.09.2010. Ávöxtun í fortíð er ekki ávísun á ávöxtun í framtíð.

Áskriftarsjóður ríkisverðbréfa er verðbréfasjóður skv. lögum nr. 30/2003 um verðbréfasjóði og fjárfestingarsjóði. Rekstrarfélag verðbréfasjóða ÍV hf. er rekstrarfélag sjóðsins. Útboðslýsingu og nánari upplýsingar er hægt að nálgast á heimasíðu www.iv.is. Fjárfestar eru hvattir til að kynna sér útboðslýsingu sjóðsins og þá sérstaklega umfjöllun um áhættuþætti.

Ævintýrin gerast í Ölpunum!

Við hjá Úrvali Útsýn tökum þessa dagana á móti bókunum hundruða Íslendinga sem stefna á skíðaferðir í vetur. Hvort sem um er að ræða gamlar skíðakempur eða fólk sem er að fara í fyrsta sinn á skíði, finna allir brekkur við sitt hæfi í Ölpunum.

Gott veður, nægur snjór, frábærar brekkur, ítölsk martargerð og skemmtilegur félagsskapur í heilnæmu fjallalofti Alpanna er eitthvað sem allir ættu að upplifa.

Hafðu samband og kynntu þér úrval skíðaferða hjá Úrvali Útsýn.

ÚRVAL·ÚTSÝN

Skíðaáfangastaðir: Madonna Di Gampiglio (Ítalía), Selva Val Gardena (Ítalía), Davos (Sviss)

Lágmúli 4 108 Reykjavík // sími: 585 4000 // info@uu.is // www.urvalutsyn.is

HEILBRIGÐI Meirihluti þeirra sem þátt tóku í könnuninni eyddi minna í ferðalög og skemmtanir, en fjórðungur eyddi einnig minna til heilbrigðismála. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Um helmingur hefur áhyggjur af fjármálunum:

Fjórðungur eyðir minna í heilbrigði

EFNAHAGSMÁL Fjórði hver félagsmaður í stéttarfélögunum Eflingu, Hlíf og Verkalýðs- og sjómannafélagi Keflavíkur og nágrennis (VSFK), svokölluðu Flóabandalagi, hefur dregið úr útgjöldum sínum til heilbrigðismála vegna versnandi fjárhags. Þetta kemur fram í niðurstöðum nýrrar skoðanakönnunar sem gerð var meðal félagsmanna.

Ríflega helmingur félagsmanna hefur áhyggjur af fjárhagslegri stöðu sinni. Mestar áhyggjur hefur fólk á aldrinum 25 til 34 ára, en ríflega sex af hverjum tíu í þeim hópi hafa áhyggjur af fjárhagnum.

Um fimmtungur félagsmanna hefur leitað sér aðstoðar vegna fjármála sinna, og tíundi hver hefur leitað eftir aðstoð banka eða fjármálastofnana, samkvæmt niðurstöðum könnunarinnar.

Félagar í Eflingu, Hlíf og VSFK vinna yfirleitt hefðbundin láglaunastörf á borð við almenn verkamannastörf, störf við ræstingu, leiðbeinendastörf á leikskólum og önnur sambærileg störf.

Um var að ræða símakönnun sem unnin var af Capacent Gallup fyrir Eflingu, Hlíf og VSFK. Hringt var í 2.366 manns dagana 26. ágúst til 20. september. Svarhlutfallið var 54,4 prósent. - bj

Afar vönduð borðstofuhúsgögn

frá Danmörku á frábæru verði!

skovby®
Excellent Dining Rooms

Stækkanlegt borð f.20 manns
Hönnuður: Per Hansbæk

Mikið úrval, margar viðartegundir - Komdu og kíktu á okkur...

BORÐSTOFU-OG ELDHÚSGÖGN
NÝ SENDING - FULL BÚÐ

Komdu núna og gerðu frábær kaup

Val húsgögn

Ármúla 8 - 108 Reykjavík
Sími 581-2275 ■ 568-5375
Opið Virka daga kl.10-18 / Laugard. kl.11-16

GENGIÐ Á FLOTBJÁLKA Eitt skemmtiatriða á hverfishátíð í Tókýó var hópur fólks sem sýndi færni sína í því að ganga á fljótandi trjádrumbum.
NORDICPHOTOS/AFP

Töluvert magn af síld er komið inn á Breiðafjörð og veiðar að hefjast:

Grandi byrjar síldveiðarnar í Breiðafirði

SJÁVARÚTVEGUR HB Grandi hefur ákveðið að senda Ingunni AK til veiða á íslenskri sumargotssíld og tók skipið nót í Reykjavíkurhöfn í gær. Mikil óvissa hefur verið um það hvort ástand síldarstofnsins væri með þeim hætti að kvóti yrði gefinn út á þessu hausti, en eins og kunnugt er greindist sýking í stofninum.

Samkvæmt ákvörðun sjávarútvegsráðherra hefur hins vegar verið gefinn út fimmtán þúsund tonna byrjunarkvóti. Hlutur Granda er um 1.800 tonn, eins og kemur fram á heimasíðu fyrirtækisins.

Að sögn Vilhjálms Vilhjálmssonar, deildarstjóra uppsjávarsviðs HB Granda, var ákveðið að senda Ingunni til veiða á íslensku sumargotssíldinni, þar sem veðurspáin er óhagstæð fyrir austan landið þar sem skip HB Granda hafa stundað veiðar á norsk-íslensku síldinni. Spáin fyrir vestanvert landið er hins vegar hagstæð en vitað er til þess að töluvert magn af íslensku sumargotssíld heldur sig inni á Breiðafirði um þessar mundir.

Alls eiga skip HB Granda nú óveidd um 1.400 tonn af norsk-íslenska síldarkvótanum, en sífellt erfiðara er að sækja aflann. Að sögn Vilhjálms mun framvinda mála næstu daga skera úr um það hvort veiðunum verður haldið áfram eða hvort eftirstöðvar kvótans verða færðar yfir á næsta ár.

- shá

INGUNN AK Var í Reykjavíkurhöfn í gær að taka nót um borð. Stefnan er sett á Breiðafjörð til veiða á íslenskri sumargotssíld.

Konfúsíusarstofnunin Norðurljós sýnir ...

Stofnun lýðveldis [建國大業] (2009)

Askja st. 132, fimmtudagur 21. október, kl. 17:30

Stórmyndin Stofnun lýðveldis var framleidd í tilefni 60 ára afmælis stofnunar Alþýðulýðveldisins Kína og segir frá atburðum hinnar afdrifaríku borgarastyrjaldar á árunum 1945-1949. Myndin er almennt talin vera fordómalaus, sanngjörn og laus við áróður.

Sýningin er öllum opin og án endurgjalds.
Sýningartími 140 mín.

Kínversk fræði við HÁSKÓLA ÍSLANDS
konfusius@hi.is | www.konfusius.hi.is

北极光孔子学院
KONFÚSÍUSARSTOFNUNIN NORÐURLJÓS
HÁSKÓLI ÍSLANDS

Viðskiptaráð Íslands vill að fjárlagagerð ríkisins verði styrkt með útgjaldaþaki:

Vilja farsælli úrlausn til langs tíma

EFNAHAGSMÁL Með fyrirkomulagi sem eykur gagnsæi og aga í ríkisfjármálum má koma í veg fyrir að sú erfiða staða sem ríkissjóður er nú í endurtaki sig. Þetta kemur fram í áliti Viðskiptaráðs Íslands.

Í álitinu kallar Viðskiptaráð eftir því að trúverðugleiki fjárlagaramma ríkisins verði efldur með innleiðingu bindandi útgjaldaþaks fyrir hvert ráðuneyti yfir heilt kjörtímabil. Með slíku fyrirkomulagi er sagt að draga myndi úr pólitískum þrýstingi á aukin útgjöld, óháð árferði í efnahagsmálum.

Þar segir að rík tilhneiging sé til þess að auka útgjöld í góðæri. Það kalli á niðurskurð þegar verr ári. Þessi stefna ýki hagsveiflur.

„Hugmyndir um hvort ráðast eigi í niðurskurð eða skattahækkanir munu ætíð vera grundvöllur skoðanaskipta í þjóðfélaginu og skal engan undra að svo sé enda hafa báðar aðgerðir neikvæð áhrif á ólíka hagsmuni tiltekinna hópa. Ágreiningur um hvort áhersla eigi að vera á tekjuöflun eða útgjaldastjórnun ætti þó almennt ekki að koma í veg fyrir samstöðu á öðrum sviðum,“ segir í álitinu.

- óká

Á TRÖPPUM STJÓRNARRÁÐSINS Í nýju áliti kemur fram að níutíu prósent forsvarsmanna ríkisstofnana eru hlynnt áætlanagerð til lengri tíma.
FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

ENNEMM / SÍA / NM43755

Ráðning skrifstofustjóra á gráu svæði

Óljóst er hvort auglýsa hefði átt starf skrifstofustjóra borgarstjóra þegar starfinu var breytt verulega á dögunum. Almennt má ganga langt í skipulagsbreytingum án þess að auglýsa, segir lektor í stjórnsýslurétti við Háskóla Íslands.

FRÉTTASKÝRING

Hefði meirihlutinn í borginni átt að auglýsa starf skrifstofustjóra borgarstjóra laust til umsóknar þegar starfinu var breytt verulega?

Skipulagsbreytingar sem gerðar voru hjá Reykjavíkurborg nýverið eru fráleitt óumdeildar. Í þeim fólst að hlutverk skrifstofustjóra borgarstjóra breyttist umtalsvert, og varð skrifstofustjóri að nokkurs konar staðgengli borgarstjóra.

Þrátt fyrir að verulegar breytingar hafi verið gerðar á starfssviði skrifstofustjórans ákvað meirihlutinn að auglýsa starfið ekki laust til umsóknar. Þetta gagnrýndu borgarfulltrúar minnihlutans harðlega. Þeir telja að hér sé raunverulega um að ræða nýtt starf sem búið sé til, og þar með að eðlilegt væri að auglýsa það laust til umsóknar.

Því hafa borgarfulltrúar meirihluta Besta flokksins og Samfylkingarinnar mótmælt. Þeir segja að með þessu sé skrifstofustjóranum tímabundið falið það verkstjórnarhlutverk fyrir hönd borgarstjóra sem borgarritari hafi áður farið með. Trausti Fannar Valsson, lektor í stjórnsýslurétti við lagadeild Háskóla Íslands, segir að almennt auglýsi sveitarfélög stöður sem losni, séu þær ekki beinlínis pólitískar í eðli sínu, eins og gildi

SKYLDUR Breytingar á starfi skrifstofustjóra borgarstjóra vekja að mati minnihlutans spurningar um hvort borgarstjóri sé að víkja sér undan starfsskyldum sínum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

um pólitíska aðstoðarmenn. Það sé þó ekki vegna kvaða í lögum, eins og gildir um ríkið, heldur vegna ákvæða í kjarasamningum og samþykktum sveitarfélaga um að auglýsa skuli laus störf. Ekki er alltaf auðvelt að segja til um hvort breytingar á starfi leiði af sér að Reykjavíkurborg eigi að auglýsa starfið laust til umsóknar, segir Trausti. „Almennt má segja að það megi ganga töluvert langt í skipulagsbreytingum, og í því að færa menn milli starfa hjá sama stjórnvaldi,“ segir Trausti. Hann segir þó varasamt þegar slíkar breytingar séu gerðar til málamynda, til að komast hjá því að auglýsa störfin. „Ef starfi er breytt mikið er í raun verið að búa til nýtt starf, og þar með fara framhjá auglýsingaskyldunni.“ Engin bein regla sé um þetta hjá sveitarfélögum, og í málum af þessu tagi sé því alltaf grátt svæði. Hann tekur fram að hann hafi ekki kynnt sér hvaða breytingar hafi verið gerðar á starfi skrifstofustjórans. Því vildi hann ekki tjá sig um hvort þær breytingar væru svo viðamiklar að auglýsa þyrfti starfið.

Það er þó ekki aðeins starf skrifstofustjóra borgarstjóra sem tekið hefur breytingum. Óumdeilanlega hefur starf Jóns Gnarr borgarstjóra einnig breyst verulega, þar sem skrifstofustjórinn kemur inn á milli borgarstjóra og yfirmanna hjá sviðum borgarinnar á skipuritinu. Minnihluti Sjálfstæðisflokks og Vinstri grænna hefur bent á þetta. Fulltrúar minnihlutans hafa sagt þessar breytingar vekja upp spurningar um hvort borgarstjóri sé að víkja sér undan starfsskyldum sínum. Því hafa fulltrúar meirihlutans hafnað.

Þó að óljóst sé hvort auglýsa hafi átt starf skrifstofustjórans eru væntanlega allir sammála um að ekki þurfi að auglýsa starf borgarstjórans laust til umsóknar þrátt fyrir breyttu hlutverki skrifstofustjórans.

brjann@frettabladid.is

Uppvakningur borgarritarans

Segja má að með breytingum sem meirihlutinn í Reykjavíkurborg hefur gert á starfi skrifstofustjóra borgarstjóra sé embætti borgarritara vakið upp að nýju. Það var lagt niður í nóvember 2007 af þáverandi meirihluta.

Eftir breytingarnar er skrifstofustjórinn æðsti embættismaðurinn í stjórnkerfinu, að borgarstjóra undanskildum. Undir hann heyra sviðsstjórar borgarinnar og aðrir yfirmenn í borgarkerfinu sem áður heyrðu beint undir borgarstjóra.

Skrifstofustjórinn tekur þar með við ákveðnu verkstjórnarhlutverki borgarstjóra, eins og segir í greinargerð með tillögu meirihlutans sem var samþykkt í síðustu viku. Meirihlutinn hefur vísað til þess að fyrir dyrum sé umfangsmikil skoðun á stjórnkerfi borgarinnar. Vinna við það muni lenda að miklu leyti á herðum skrifstofustjórans.

Breytingarnar eru tímabundnar og munu gilda í eitt ár. Ekki þótti rétt að festa stöðuna betur í sessi, þar sem endurskoðun á stjórnkerfinu stendur fyrir dyrum og rétt þykir að sjá þær áherslur sem þar komi fram áður en ákveðið verði hvort þessu fyrirkomulagi verði við haldið.

skoðun

greinar@frettabladid.is

Samkomulag Íslands og Kanada um aukið samstarf í varnarmálum er jákvætt skref.

Nærvera NATO

Samkomulag Íslands og Kanada um samstarf í varnarmálum, sem undirritað var í Brussel í síðustu viku, er ánægjulegur áfangi á þeirri vegferð að treysta öryggi og varnir Íslands eftir brotthvarf varnarliðsins árið 2006.

Samkvæmt samkomulaginu munu Ísland og Kanada auka samráð, upplýsingaskipti og samvinnu um menntun og þjálfun liðsafla, til dæmis starfsmanna Landhelgisgæzlunnar, Keflavíkurflugvallar og Varnarmálastofnunar sem taka þátt í að þjónusta NATO-flugsveitirnar sem hingað koma til að taka þátt í loftrýmisgæzlu. Þá er fyrirhuguð þátttaka Kanadamanna í heræfingum hér á landi.

SKOÐUN

Ólafur Þ. Stephensen
olafur@frettabladid.is

Eftir brottför liðs Bandaríkjamanna á Keflavíkurflugvelli hafa nokkur markviss skref verið stigin til að efla samstarf Íslands og annarra NATO-ríkja.

Tvíhliða samningar hafa áður verið gerðir við nána bandamenn okkar við Norður-Atlantshafið; Noreg, Danmörku og Bretland. Nú bætist Kanada í hópinn, en þessi ríki eiga augljóslega sameiginlega hagsmuni með Íslandi að því er varðar eftirlit með vaxandi skipa- og flugumferð um norðurslóðir og viðbrögð við ýmsum afleiðingum hlýnandi loftslags. Það liggur til dæmis fyrir að leit og vinnsla olíu og gass mun færast norður á bóginn í vaxandi mæli og skipaflutningar með eldsneyti um norðurhöf munu aukast. Öryggi þessarar orkuvinnslu og -flutninga þarf að tryggja, bæði í þágu umhverfisverndar og hernaðarlegs öryggis.

Til viðbótar við samningana við nágrannaríkin hefur Ísland gert samkomulag við Atlantshafsbandalagið um að ríki þess skiptist á að sinna hér loftrýmisgæzlu nokkrum sinnum á ári.

Allt á þetta sinn þátt í að efla öryggi Íslands. Markmiðið er ekki að hér verði landvarnir með sama hætti og þegar varnarliðsins naut við, heldur að tryggja reglubundna nærveru herafla annarra NATO-ríkja. Að hér myndist ekki öryggistómarúm, heldur sé sýnt fram á að NATO hafi áfram áhuga á Íslandi og Norður-Atlantshafinu og að herir aðildarríkjanna séu hér hagvanir og við öllu búnir.

Unnið var ötullega að því að bregðast við brotthvarfi varnarliðsins í tíð ríkisstjórna Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks og síðar Sjálfstæðisflokks og Samfylkingar. Kannski furða einhverjir sig á að núverandi ríkisstjórn, með Vinstri græna innanborðs, standi að gerð samkomulags eins og nú hefur verið gert við Kanada. Það þarf þó ekki að koma á óvart. Fyrirrennari VG, Alþýðubandalagið, lét sig hafa það að hér væri varnarlið og Ísland í NATO, þegar flokkurinn sat í ríkisstjórn. Alþýðubandalagið vildi ekki tefla áhrifum sínum á landsstjórninna í tvísýnu með því að gera varnarmálin að frágangssök. VG sýnir augljóslega sama raunsæi.

Það er reyndar ögn skondið að VG skuli hafa hamazt gegn áformum fyrirtækis, sem vill gera út vopnlausar herflugvélar frá Keflavík, en leggi blessun sína yfir aukið samstarf á sviði alvöru heræfinga. En það sýnir samt að flokkurinn getur axlað ábyrgð þegar um alvörumál eins og varnir og öryggi landsins er að ræða.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRI:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRI:** Steinunn Stefánsdóttir *steinunn@frettabladid.is*
Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds.
Issn 1670-3871

Fáðu ráðgjöf um tímareimaskipti

Er tímareimin komin á tíma?

Fast verð hjá Vélalandi

Skoðaðu fast verð hjá Vélalandi. Hringdu núna í síma 515 7170 og pantaðu tíma.

Verðdæmi um tímareimaskipti:

Nissan Patrol 2,8 dísil Árgerð 1992-2000
Heildarverð, varahlutur og vinna: 56.442 kr.

Toyota Land Cruiser 90 3,0TD Árgerð 1997-2002
Heildarverð, varahlutur og vinna: 43.205 kr.

Ford Focus 1,6 bensín Árgerð 1998-2005
Heildarverð, varahlutur og vinna: 58.366 kr.

Toyota Corolla 1,6 bensín Árgerð 1997-2001
Heildarverð, varahlutur og vinna: 42.652 kr.

Renault Kangoo 1,4 bensín Árgerð 1998-2005
Heildarverð, varahlutur og vinna: 58.230 kr.

Vara þessa tilboðs er eftirmarkaðsvara (non-OEM/ekki original)

Skoðaðu www.velaland.is

Vélaland sérhæfir sig í tímareimum. Komdu í Vélaland og fáðu ráðgjöf um skiptingu á tímareim. Vélaland skiptir fljótt og vel um tímareimina fyrir þig, á föstu verði.

Sjáðu hvar við erum. Hringdu núna í síma 515 7170 og pantaðu tíma.

VÉLALAND

Vélaland • Vagnhöfða 12, 110 Reykjavík • Sími 515 7170 • velaland@velaland.is

FRÁ DEGI TIL DAGS

Endemis vandræði

Gríðarlegur fjöldi frambjóðenda til stjórnlagaþings veldur hvarvetna vandræðum. Fjölmiðlar þurfa til dæmis að gera upp við sig hvernig í ósköpunum þeir ætla að gera þeim öllum skil svo vel sé. Þar vilja væntanlega allir standa sig. Líklega er höfuðverkurinn þó hvergi meiri en í Efstaleiti, enda hefur RÚV lagalegum skyldum að gegna gagnvart þjóðinni. Stofnunin skal lögum samkvæmt tryggja almenningi hlutlægar upplýsingar um mikilvæg málefni, eins og stjórnlagaþingskosningarnar eru sannarlega.

Hver verður fyrstur?

Það þýðir væntanlega að hver frambjóðandi þarf að geta komið boðskap sínum á framfæri í ríkismiðlinum. Og jafnvel þótt hver og einn fengi ekki nema 20 sekúndur til að kynna sig og stefnumál sín tæki það samt vel á þriðja tíma fyrir 500 manns. Og þá ríður á að vera framarlega í röðinni. RÚVarar klóra sér líklega í kollinum næstu daga.

Spurull Kristján

Kristján Þór Júlíusson, fulltrúi Sjálfstæðisflokksins í fjárlaganefnd, er spurull í frétt á Vísi í gær um fyrirhuguð kaup á sendiherrabústað í London fyrir 800 og eitthvað milljónir. „Maður spyr sig hvaða áherslur þetta eru … Það er spurning hvort við eigum að halda þessu öllu úti … Menn spyrja sig hvort það sé nauðsynlegt að eiga sendiráðsbústað fyrir 835 milljónir," spyr Kristján. Þessar áhyggjur Kristjáns eru eðlilegar, enda alls staðar verið að skera við nögl. En ef Kristjáni finnst óforsvaranlegt að kaupa hús í London fyrir hátt í milljarð, væri þá ekki bara rétt af honum að segja það beint út? Maður spyr sig.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR

Aldrei, aldrei

Skuldamál

Kjartan Jóhannsson
fyrrverandi alþingismaður

Helstu stjórnmálamenn landsins og framámenn á ýmsum sviðum hafa undanfarna daga þingað um skuldavandann og þar á meðal reifað að lífeyrissjóðir skuli beint eða óbeint fórna hluta af eignum sínum til þess að borga fyrir almenna niðurskrift skulda.

Hugleiðingarnar um aðkomu lífeyrissjóðanna eru vondar. Sjóðirnir eru eign þeirra sem í þá greiddu og enginn stjórnmálamaður getur tekið sér rétt til þess að ráðskast með þá. Ömurlegast er vitaskuld að horfa upp á að þeir sem teljast talsmenn alþýðu og launafólks skuli fást til að ræða þvílíka ósvinnu. Fráleitast og furðulegast af öllu er þegar fyrrverandi forystumenn samtaka launþega hafna ekki slíku tali umsvifalaust. Þar hverfur trúverðugleiki þeirra. Lífeyrissjóðir eru reistir á trúnaðarsambandi launafólks við stjórnvöld. Með löggjöf var launamanninum gert að trúa lífeyrissjóðnum fyrir hluta af afrakstri vinnu sinnar, hluta af launum sínum, til þess að geyma þau fyrir hann til elliáranna, frekar en að hann forvaltaði þessa peninga sjálfur. Þennan sáttmála má ekki rjúfa.

Enginn stjórnmálamaður, hvar í flokki eða skoðanahópi sem hann stendur, á að láta sér til hugar koma eignaupptöku af því tagi sem hér um ræðir. Allir þeir flokkar sem hafa átt fulltrúa á Alþingi undanfarna áratugi, hvort sem þeir eru nú utan stjórnar eða innan, hafa átt sína hlutdeild í gerð og viðhaldi þessa sáttmála launamannsins við sjóð sinn, löggjafann og ríkisvald. Því er ótrúlegt og dapurlegt að horfa á tillögur frá sumum stjórnmálaflokkanna eða áhrifamanna innan þeirra, þar sem ekki

> Hugleiðingarnar um aðkomu lífeyrissjóðanna eru vondar.

grillir í skilning á ábyrgð þeirra á sáttmálanum fyrir áfergju í almenna niðurskrift skulda. Slíkt sómir ekki, engum flokki, engum stjórnmálamanni.

Sú stofnun, það stjórnvald, sem gerði öllum að leggja hluta af tekjum sínum í lífeyrissjóð, getur ekki og má ekki síðar ákveða að láta hirða þennan sparnað til annarra verkefna. Það væri griðrof. Aldrei, aldrei, má það gerast.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **SÍMI:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRAR:** Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is*, Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* og Höskuldur Daði Magnússon (dægurmál) *hdm@frettabladid.is*
HELGAREFNI: Sigríður Björg Tómasdóttir *sigridur@frettabladid.is* **MENNING:** Bergsteinn Sigurðsson *bergsteinn@frettabladid.is* **ALLT OG SÉRBLÖÐ:** Roald Eyvindsson *roald@frettabladid.is* og Sólveig Gísladóttir *solveig@frettabladid.is*
ÍÞRÓTTIR: Henry Birgir Gunnarsson *henry@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Persónukjör að fornu og nýju

Í DAG

Sverrir Jakobsson
sagnfræðingur

Persónukjör hefur lengi verið hjartans mál tiltekins hluta þjóðarinnar – stundum jafnvel kynnt sem hin tæknilega útfærsla á kosningum sem verði flestra meina bót. Er þá væntanlega gengið út frá þeirri forsendu að íslenskir stjórnmálamenn hafi almennt verið betri og réttsýni fyrir 1959 þegar hlutfallskosningar voru endanlega teknar upp á Íslandi. Fyrir þann tíma var stór hluti þingmanna kjörinn í svokölluðum einmenningskjördæmum þar sem kjósendur gátu kosið á milli einstaklinga. Í raun stóð valið í þessum kjördæmum þó oftast á milli eins stórbónda úr Sjálfstæðisflokknum og annars úr Framsóknarflokknum.

Núna geta þeir sem komnir eru á efri ár og ólust upp í dreifbýli endurnýjað kynni sín við þetta form en fyrir stóran hluta þjóðarinnar er hér nýmæli á ferð. Það á nefnilega að kjósa til stjórnlagaþings með persónukjöri. Um 500 manns hafa nú skilað inn framboði og verður kosið á milli þeirra á grundvelli verðleika þeirra sem einstaklinga.

Aðferðin sem á að nota er svokölluð forgangsröðunaraðferð (e. single transferable vote). Í henni felst að ef tiltekinn frambjóðandi hlýtur atkvæði umfram tiltekið lágmark (1/26 gildra atkvæða) þá færast þau atkvæði á þá frambjóðendur sem kjósendur þess tiltekna frambjóðanda setja í annað sæti. Það gildir einnig um atkvæði greidd frambjóðanda sem er langt frá því að ná kjöri, að þau falla niður og teljast þá greidd því fólki sem kjósendur hans setja í annað sæti. Þannig eiga kjósendur að geta raðað eftir vægi í 25 sæti en í raun og veru skiptir samt mestu máli hvern maður velur í fyrsta sætið, annað og þriðja sæti skipta allnokkru máli en tæplega atkvæði neðar á listanum.

Einungis lítill hluti þeirra 500 sem gefa kost á sér til stjórnlagaþings telst til þjóðkunnra einstaklinga. Nokkrir munu varla fá atkvæði annarra en fámenns hóps persónulegra kunningja. Ef kjósandi velur slíka kunningja í þrjú efstu sætin hjá sér eru miklar líkur á því að atkvæði hans hafi á endanum ekkert vægi. Því er freistandi fyrir kjósanda að setja þjóðkunnan einstakling í fyrsta eða annað sætið til að vera viss um að atkvæði sitt hafi vægi. Nokkrar líkur eru því á því að fáeinir frægir muni þannig sópa að sér atkvæðum en fólk taki síður áhættuna á að veðja á frambjóðendur sem ekki eru þjóðþekktir.

Þetta er sú áhætta sem er tekin við persónukjör. Það getur snúist upp í vinsældakosningu eða mælingu á klukkustundum í sjónvarpi sem fólk hefur safnað sér á lífsleiðinni. Það er nefnilega ekki einfalt mál fyrir kjósendur að velja á milli einstaklinga sem þeir þekkja lítið til en virðast meira eða minna berjast fyrir auknu lýðræði og gegn spillingu. Einnig er ljóst að frambjóðendur munu hafa misjöfn tækifæri til að kynna sig. Sumir eiga eflaust ekki í vandræðum með að ráðstafa þeim tveimur milljónum sem alþingi hefur gefið frambjóðendum heimild til að eyða í þessari kosningabaráttu. Aðrir munu ekki hafa efnahagslegt bolmagn eða vilja til að kaupa sér þannig sæti á stjórnlagaþingi.

Svo eru það frambjóðendurnir sem flestir kannast við. Meðal þeirra nafna sem kvisast hafa út kannast maður við ansi marga atvinnulausa fjölmiðlamenn, sem ýmist eru á eftirlaunum eða búnir að missa vinnuna í kreppunni. Einstaka háskólamaður virðist ætla að nota rannsóknamisserið sitt í að sitja á stjórnlagaþingi. Svo eru það bloggarar af ýmsu tagi sem gefst núna færi á að komast að því hversu víða frægð þeirra hefur borist. Og forstöðumaður Vinnumálastofnunar. Það verður að viðurkennast að nafn hans á þessum lista vekur vissa forvitni og jafnvel ugg. Það getur ekki verið góður fyrirboði að forstöðumaður þeirrar stofnunar sem sér um málefni atvinnulausra sé núna að leita að sér vinnu, þó að hún sé að vísu aðeins tímabundin.

Að öllu gamni slepptu er skipan stjórnlagaþings merk tilraun í íslensku samfélagi og kannski í anda hennar að gera aðra tilraun í leiðinni, með innleiðslu persónukjörs. Ætla má að frammistaða stjórnlagaþingsins muni hafa áhrif á framtíð þessarar kosningaaðferðar í framtíðinni. Ef það heppnast vel mun þeim eflaust fjölga sem trú hafa á persónukjöri. Annars gæti hið gagnstæða orðið raunin.

> Þetta er sú áhætta sem er tekin við persónukjör. Það getur snúist upp í vinsældakosningu eða mælingu á klukkustundum í sjónvarpi sem fólk hefur safnað sér á lífsleiðinni.

AF NETINU

Á að leggja jólin niður?

Á sama tíma og fólk í Evrópu gerir sér grein fyrir því að nauðsyn ber til að gæta að þjóðlegri menningu og standa vörð um trúarleg gildi eins og kom m.a. fram í ræðu kanslara Þýskalands í gær, þá sér fjölmenningarfólkið í Mannréttindanefnd ástæðu til að sækja að kristni og íslenskri trúarhefð.

Gangi tillögur þessar eftir er spurning hvort ekki sé rökrétt að leggja jólahald og jólaskreytingar alfarið niður í skólum og afnema jólafrí.

Skyldi þessi fjölmenningarlegi meirihluti hafa velt því fyrir sér hvert börnin í grunnskólum Reykjavíkur eigi að leita huggunar ef eitthvað bjátar á. Í slíkum tilvikum verður líklega bannað að fara með bænir eða leita til þjóna kristinna safnaða gangi tillögur nefndarinnar eftir.

jonmagnusson.blog.is

Jón Magnússon

Samningaviðræður Íslands við ESB

Klárum dæmið

Hvernig má auka pólitíska samstöðu um að ljúka aðildarviðræðum?

Fundur í **Iðnó** fimmtudaginn **21. október** kl. **8:15** - 9:30
Kaffibolli og rúnnstykki í upphafi fundar

Semjum og látum þjóðina ákveða
G. Valdemar Valdimarsson, formaður alþjóðanefndar Framsóknarflokksins
Margrét Guðmundsdóttir, formaður Félags atvinnurekenda
Margrét Kristmannsdóttir, formaður Samtaka verslunar og þjónustu
Sóley Tómasdóttir, borgarfulltrúi og ritari stjórnar VG

Geta þingmenn náð höndum saman?
Birkir Jón Jónsson, alþingismaður og varaformaður Framsóknarflokksins
Guðlaugur Þór Þórðarson, alþingismaður
Katrín Jakobsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, varaformaður VG
Valgerður Bjarnadóttir, alþingismaður

Fundarstjóri er **Jón Steindór Valdimarsson**, formaður Sterkara Íslands

Nánari upplýsingar á **www.sterkaraisland.is**

STERKARA ÍSLAND
– þjóð meðal þjóða

ÞAÐ ER HOLLT AÐ SPARA
LÆGRA
LYFJAVERÐ Í 14 ÁR

Apótekið
– einfalt og ódýrt
Spönginni • Hólagarði • Hagkaup Skeifunni • Hagkaup Akureyri

DYNAMO REYKJAVÍK

512 50 50
Auglýsingasími

tímamót

timamot@frettabladid.is

✝

Elskuleg dóttir okkar, systir, mágkona og frænka,

Margrét Hauksdóttir
Barónsstíg 63,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi laugardaginn 16. október.

Málfríður Steinsdóttir
Haukur Bergsteinsson | **Ragna Guðvarðardóttir**
Agnes Hauksdóttir | **Þórir Borg**
Bryndís Steinunn
Sara, Haukur og Jóhannes.

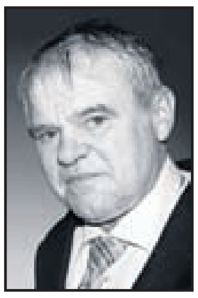
✝

Ástkær sambýliskona mín, dóttir, móðir, tengdamóðir, systir, mágkona og amma,

Helena Gerða Óskarsdóttir
til heimilis að Suðurbraut 6, Hafnarfirði,

lést á gjörgæslu Landspítalans við Hringbraut aðfaranótt 16. október. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 22. október kl. 13.00.

Helgi Sæmundsson
Óskar Hafberg Þorgilsson
Kristinn H. Þorgrímsson | **Svava Guðbjörg Georgsdóttir**
Eva Ósk Þorgrímsdóttir | **Sturla Hilmarsson**
Sæbjörg Helga Helgadóttir
Róbert Óskarsson | **Björg Elíasdóttir**
Jóhann Óskarsson | **Gíslný Guðbjörnsdóttir**
Georg Óskarsson | **Elva Traustadóttir**
barnabörn og aðrir aðstandendur.



✝

Innilegar þakkir færum við öllum sem sýndu okkur hlýhug og vináttu við andlát og útför eiginmanns míns, föður, tengdaföður og afa

Ingólfs Þorsteinssonar
Vesturgötu 87, Akranesi.

Aldís Hjörleifsdóttir
Kristrún Helga Ingólfsdóttir | **Ólafur Þ. Kristjánsson**
Hrefna Ingólfsdóttir | **Rúnar Gunnarsson**
Lilja Guðlaug Ingólfsdóttir | **Björn Hallbjörnsson**
Guðríður Inga Ingólfsdóttir | **Jóhann Ómarsson**
og barnabörn.

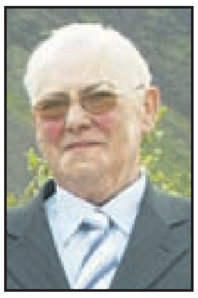
✝

Eiginkona mín

Kristborg Benediktsdóttir
Miðleiti 5,

lést sunnudaginn 17. október.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Kristján Oddsson.



✝

Runólfur Sæmundsson
Olli frá Vík í Mýrdal,

lést 14. október sl. Útförin fer fram frá Víkurkirkju laugardaginn 30. október kl. 14.

Sigríður Karlsdóttir og fjölskylda.

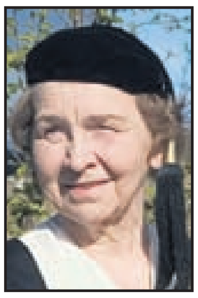
✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Lárus Hvammdal Finnbogason
Ársölum 1, 201 Kópavogi

lést á líknardeild Landspítalans Landakoti fimmtudaginn 14. október. Útförin fer fram frá Bústaðarkirkju föstudaginn 22. október kl. 13.00.

Úlla Marteinsdóttir
Finnbogi Hvammdal Lárusson | **Íris Guðlaugsdóttir**
Kristrún Dahl | **John Dahl**
Elva María Neraasen
Ágústa Lárusdóttir | **Kjell Paulsen**
Margrét Lárusdóttir | **Jóhann Halldórsson**
og barnabörn.



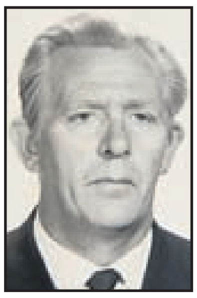
✝

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

Ingibjörg Sveinsdóttir,
Skólabraut 2, Grindavík

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja laugardaginn 16. okt. sl. Hún verður jarðsungin frá Grindavíkurkirkju mánudaginn 25. október kl. 13:00

Sigmundur Friðriksson
Sveinn Sigmundsson | **Anna Másdóttir**
Lína Björk Sigmundsdóttir | **Bjarni Guðmundsson**
Kolbeinn Sigmundsson | **Hólmfríður Halldórsdóttir**
Árdís Sigmundsdóttir | **Ómar Grétarsson**
Svavar Sigmundsson | **Áslaug Magnúsdóttir**
Daníel Sigmundsson | **Linda Mjöll Stefánsdóttir**
Þröstur Sigmundsson | **Silja Dögg Gunnarsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn



✝

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

Oddur Geirsson
pípulagningameistari,
Sléttuvegi 19, Reykjavík,
(áður Holtagerði 64 Kópavogi)

lést á hjartadeild Landspítalans 15. október síðastliðinn.

Margrét Einarsdóttir
Einar Oddsson | **Eva Østerby**
Sigríður Sesselja Oddsdóttir
Erna Oddsdóttir
Sigrún Oddsdóttir | **Vilmundur Gíslason**
Geir Oddsson | **Ragna Björg Guðbrandsdóttir**
afabörn og langafabörn.

✝

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma

Anna María Guðmundsdóttir,

lést á Fjórðungssjúkrahúsinu á Akureyri 10. október 2010. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Pétur Sigurjón Kristjánsson
Guðmundur Pétursson | **Ágústa Ólafsdóttir**
Anna Pétursdóttir
Drífa Pétursdóttir | **Ólafur Pétursson**
Jóhanna Pétursdóttir
Pétur Pétursson | **Margrét Þórarinsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

VILLT NÁTTÚRA Stefán Hrafn Magnússon mun fjalla um hreindýraveiðar og -nytjar á fræðslufundi félagsins Matur-Saga-Menning.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Nytjar á dýrum úr villtri náttúru

Félagið Matur-Saga-Menning stendur fyrir fræðslufundi í Sjóminjasafninu Víkinni á Grandagarði næstkomandi fimmtudag klukkan 20.

Tveir valinkunnir náttúruunnendur segja frá sínum sérsviðum á fundinum, þeir Stefán Hrafn Magnússon hreindýrabóndi á Grænlandi, sem mun skýra frá hreindýraveiðum og -nytjum, og Páll Steingrímsson kvikmyndagerðarmaður, sem mun gera grein fyrir öflun og nytjum á svartfugli, einkum lunda, og því gagni sem menn hafa haft af fýl.

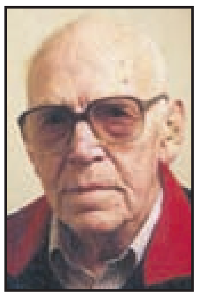
Fundurinn er hluti af fyrirlestraröð sem félagið ætlar að standa fyrir í vetur um nytjar á dýrum úr villtri náttúru Íslands. Meðal þess sem til stendur að fjalla um eru rjúpur, endur, gæsir og fleiri fuglar, veiðar og nytjar á fiski úr ám og vötnum auk fjörunytja.

Þess skal getið að félagið hefur frá stofnun árið 2006 lagt áherslu á að kynna íslenskan mat og matarhefðir í víðum skilningi fyrir landsmönnum, meðal annars með sýningum, ferðalögum og erindaflokkum sem snerta meginmarkmið þess.

Veitingar verða seldar á staðnum á fimmtudag. Allir eru velkomnir meðan húsrúm leyfir og aðgangur er ókeypis.

Merkisatburðir

- **1898** Hús Barnaskóla Reykjavíkur við Fríkirkjuveg (síðar nefnt Miðbæjarskólinn) er vígt.
- **1918** Þjóðaratkvæðagreiðsla er haldin um sambandslagasáttmálann. „Já“ sögðu rúm níutíu prósent kjósenda.
- **1919** Fyrsta smásaga Halldórs Laxness á erlendu máli birtist í Söndags BT.
- **1965** Fyrsta plata Hljómsveitar Ingimars Eydal kemur út.
- **1969** Stytta af Ólafi Thors er afhjúpuð við Ráðherrabústaðinn við Tjörnina.
- **1994** Guðbjörg, fullkomnasta skip íslenska flotans, kemur til heimahafnar á Ísafirði.



✝

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

Sigurður Bárðarson
frá Heiði í Mývatnssveit,
Krummahólum 8, Reykjavík,

lést á heimili sínu þriðjudaginn 12. október. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 21. október kl. 13.00.

Marta Kristín Stefánsdóttir
Björg Wessing | **Lars Wessing**
Sigrún Sigurðardóttir | **Vignir Ólafsson**
Rebekka Sigurðardóttir | **Jósef Smári Ásmundsson**
barnabörn og langafabörn.

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

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

Betri líðan og bættur árangur er yfirskrift fyrirlestrar sem Nanna Kristín Christiansen heldur í Listasal Mosfellsbæjar annað kvöld klukkan 20. Þar fjallar hún um hlutverk foreldra í aukinni velferð barna í skólum. Aðgangur er ókeypis og öllum opinn. www.mos.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Sölufulltrúar: **Jóna María Hafsteinsdóttir** jmh@365.is 512 5473 **Þórdís Hermannsdóttir** thordish@365.is 512 5447

Hlaupasamtök lýðveldisins fagna 25 ára afmæli:

Endurspeglum alla flóruna

Ólafur í fararbroddi Hlaupasamtaka lýðveldisins. Þau standa fyrir útihlaupi frá Vesturbæjarlauginni þrisvar sinnum í viku, á mánudögum og miðvikudögum klukkan 17.30 og á föstudögum klukkan 16.30. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Satt best að segja hélt ég að ég myndi bara upplifa þetta sem hreina og beina kvöð, datt ekki í hug að ég myndi finna til jafn mikillar tilhlökkunar og þegar hlaup stendur fyrir dyrum," segir Ólafur Grétar Kristjánsson um reynslu sína af Hlaupasamtökum lýðveldisins, sem hafa síðasta aldarfjórðunginn staðið fyrir útihlaupi í Vesturbæ Reykjavíkur.

Ólafur segir góðan félagsskap hafa ráðið því að hann gerðist sjálfur meðlimur í samtökunum fyrir fimm árum og seinna ritari, sem í eru skemmtilega ólíkir einstaklingar úr öllum stigum samfélagsins sem eiga jafnvel áhugamálið eitt sameiginlegt. „Þetta er fjölbreytt flóra og sumir að þessu sér til heilsubótar og ánægju meðan aðrir eru að halda sér í formi fyrir lengri hlaup," segir hann og getur þess að svo góður sé félagsskapurinn að sumir láti sig hafa það að keyra úr öðrum bæjarfélögum til að vera með.

Að sögn Ólafs gerir hópurinn sér þó margt fleira til dægrastyttingar en að hlaupa, fram undan sé til dæmis kvöldverðarboð í tilefni af 25 ára afmælinu.

„Við ætlum bara að hittast félagarnir til að borða saman og njóta samvistanna á þessum tímamótum," segir hann og brosir og getur þess að ávallt sé vel tekið á móti nýjum meðlimum. Allar upplýsingar megi nálgast á vefsíðu samtakanna, hlaup.blog.is/blog/hlaup/. *roald@frettabladid.is*

Eirberg

Fjölþrepa bakbrettið

- Eykur sveigjanleika
- Linar bakverki
- Bætir líkamsstöðu
- Auðvelt í notkun
- Má nota hvar sem er

Verð: 7.950 kr.

Opið virka daga frá kl. 9 - 18

www.eirberg.is • 569 3100 • Stórhöfða 25

Patti.is

Landsins mesta úrval af sófasettum

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA

Áklæði að eigin vali Endalausir möguleikar

Rín Hornsófi 2H2 Verð frá 285.900 kr

Púðar í úrvali Verð frá 2.900 kr

Dugguvogi 2 / s: 557 9510 / www.patti.is

Opið : Mánud. - Föstud. frá 9 til 18 og Laugard. frá 11 til 16

Meirapróf

ÖKUSKÓLINN Í MJÓDD

Upplýsingar og innritun í síma 567 0300 / 894-2737

Nýtt námskeið hefst 20. október

KRINGÓMA

SURROUND

Ný tækni . Betra verð . Fagleg þjónusta

SURROUND SOUND by ReSound

Nýju ReSound heyrnartækin endurvekja tilfinningu fyrir hljóðum sem berast úr hvaða átt sem er á svipaðan hátt og þegar skipt er úr einföldum steríótækjum með tveimur hátölurum í kringóma (surround) heimabíó með hátalara til allra átta.

ReSound heyrnartækin setja mann í miðpunkt hljóðheimsins sem maður hrærist í. Þegar maður getur fylgst betur með hljóðum sem berast úr öllum áttum nýtur maður góðs hljóms mun betur. Auðveldara er að átta sig á hvaðan hljóðið berst og maður getur notið þess að tala við fólk þó hávaði sé í umhverfinu.

dot by ReSound

HEYRN

HEYRNARÞJÓNUSTA

Hlíðasmári 11, 201 Kópavogur - www.heyrn.is

Tímapantanir 534 9600

ReSound rediscover hearing

Evrópska endurlífgunarráðið hefur gefið út nýjar leiðbeiningar í endurlífgun í stað þeirra sem komu út 2005. Leiðbeiningarnar byggja á niðurstöðum nýjustu rannsókna á meðferð og árangri í endurlífgun. Nánar á www.endurlifgun.is

Sjakradans
chakra dance
Viltu fræðast um orkustöðvar líkamans?
Dans og jógastöður í gegnum orkustöðvarnar
Námskeið í Gerðubergi, Reykjavík
laugardaginn 30.október kl. 12:00
Ég hafði sótt dansjóga námskeið og hikaði því ekki við að skrá mig þegar ég sá auglýst námskeið í Sjakradansi. Að eiga nokkrar klukkustundir þar sem við vorum leiddar áfram í mjúkum fallegum hreyfingum og hugsunum um hverja orkustöð í líkamanum var yndislega nærandi fyrir líkama og sál. Andrúmsloftið var einstaklega frjálslegt og notalegt.
- Þóra Kristinsdóttir
Marta Eiríksdóttir
Púlsinn námskeið
Skráning í síma 848 5366 | www.pulsinn.is

FYRIR 229 KRÓNUR FÆRÐ ÞÚ:
Skemmtilegri
VHS SPÓLU Í KOLAPORTINU
EÐA
FRÁBÆRA SKEMMTUN Í HEILAN SÓLARHRING FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA
Stöð 2, Stöð 2 Bíó og Stöð 2 Extra kosta aðeins 229 krónur á dag í Stöð 2 Vild. Tryggðu þér áskrift í dag!
512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

Hólmfríður Traustadóttir og Arnfríður Gísladóttir eru í forsvari fyrir fagdeild þvagfærahjúkrunarfræðinga, sem stendur fyrir áhugaverðum fyrirlestri í Skógarhlíð 8 á morgun. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Grindarbotnsþjálfun gegn þvagleka og ristruflunum

Fagdeild þvagfærahjúkrunarfræðinga hefur fengið dr. Grace Dorey, prófessor í sjúkraþjálfun við háskóla í Bristol, til að halda fyrirlestur um rannsóknir sínar á áhrifum grindarbotnsþjálfunar fyrir karla.

Nýlegar rannsóknir hafa sýnt fram á að karlmenn með þvagleka og ristruflanir hafa mikið gagn af grindarbotnsæfingum.

Fagdeild þvagfærahjúkrunarfræðinga heldur af því tilefni fræðslufund á morgun þar sem dr. Grace Dorey, prófessor í sjúkraþjálfun við Vestur-Englandsháskóla í Bristol, verður með erindi um hvernig nota má grindarbotnsþjálfun til þess að vinna bug á þvagleka og ristruflunum karla.

Hólmfríður Traustadóttir, þvagfærahjúkrunarfræðingur á Landspítalanum, er ein þeirra sem standa að fræðslufundinum.

„Til okkar koma karlmenn sem fara í aðgerðir eða geislameðferð vegna krabbameins í blöðruhálskirtli. Slíkum aðgerðum og meðferð getur fylgt þvagleki og ristruflanir sem hafa áhrif á lífsgæði karlmanna,“ segir hún.

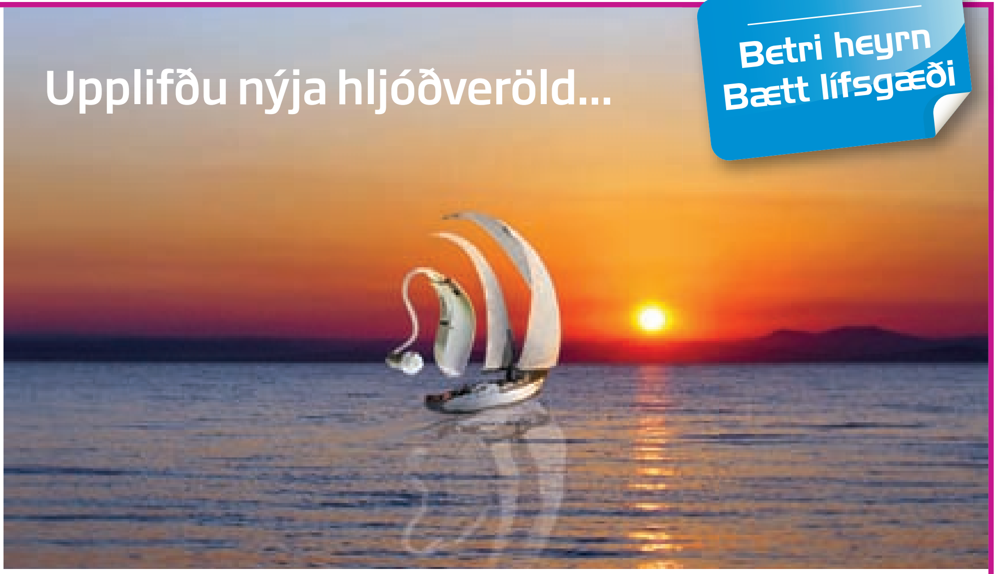
Talið er að einn af hverjum tíu karlmönnum þjáist af þvagleka einhvern tíma á ævinni, og þá oft í kjölfar aðgerða. Hins vegar er talið að um fjörutíu til fimmtíu prósent karlmanna um fimmtugt séu með ristruflanir en svo eykst vandamálið með vaxandi aldri. Ástæður ristruflana eru að sögn Hólmfríðar margar fyrir utan aukinn aldur. „Það geta verið sjúkdómar sem stafa af lifnaðarháttum, sykursýki 2, háum blóðþrýstingi, offitu, lyfjum, reykingum og misnotkun áfengis.“

Á fyrirlestrinum, sem verður á morgun í húsi Krabbameinsfélagsins að Skógarhlíð 8 klukkan 17.30, mun dr. Dorey fjalla um áhrif grindarbotnsæfinga á þvagleka og ristruflanir. Þar kynnir hún rannsóknarniðurstöður sínar og fjallar um þær. Dr. Dorey hefur skrifað eftirtaldar bækur um þetta efni: Living and Loving after Prostate Surgery og Use It or Lose It.

Fyrirlesturinn fer fram á ensku og er öllum opinn.

solveig@frettabladid.is

Oticon | Agil
Upplifðu nýja hljóðveröld...
Betri heyrn Bætt lífsgæði
Agil eru nett og nýtískuleg í hendi en nánast ósýnileg á bak við eyra
Pantaðu tíma í heyrnarmælingu í síma 568 6880 og prófaðu Agil
...og njóttu þess besta með Agil heyrnartækjum
Áttu í erfiðleikum með að heyra í fjölmenni eða klið? Finnst þér aðrir tala lágt eða óskýrt? Tekur þú sjaldnar þátt í hópumræðum en áður? Allt þetta getur verið merki þess að heyrn þín sé farin að versna.
Agil eru byltingarkennd ný heyrnartæki sem hjálpa þér að heyra betur með minni áreynslu. Tölvuörflagan í Agil er helmingi öflugri en áður hefur þekkst en tækin eru samt um helmingi minni en hefðbundin heyrnartæki og búa þar að auki yfir þráðlausri tækni.
Ekki láta heyrnarskerðingu halda aftur af þér og verða til þess að þú missir úr í samskiptum við aðra. Upplifðu nýja og betri hljóðveröld með Agil heyrnartækjum.
Heyrnartækni
Glæsibæ | Álfheimum 74 | 104 Reykjavík | Þjónusta á landsbyggðinni | Sími 568 6880 | www.heyrnartaekni.is
©2010 Oticon Inc. All Rights Reserved.



Nýtt fríblað um heilsu

Heilsan er heiti nýs fríblaðs sem Birtíngur gefur út. Fyrsta tölublaðið kom út á föstudaginn var.

Nýtt tímarit um heilsu frá Birtíngi útgáfufélagi kom út síðastliðinn föstudag. Áætlað er að tímaritið, sem er fríblað, komi út annan hvern mánuð. Því er dreift í helstu verslanir á landinu og á líkamsræktarstöðvar.

„Okkur fannst vanta jákvætt og létt blað um heilsu,“ segir Halldóra Anna Hagalín, ritstjóri Heilsunnar. „Blaðið skiptist í fjóra flokka: húð, hár, líkama og sál, og í hverjum kafla er viðtal við einstakling sem hefur með þann flokk að gera,“ útskýrir hún. Í fyrsta tölublaðinu er að finna viðtal við jógakennara og einkaþjálfara, sem meðal annars gefur góð ráð til líkamsræktar heima.

- *rat*

Út er komið nýtt fríblað um heilsu sem hægt er að nálgast á líkamsræktarstöðvum og í helstu verslunum um land allt. MYND/BIRTÍNGUR

Fatnaður frá árunum 1700 til 1915 er til sýnis á sýningunni „Fashioning Fashion: European Dress in Detail“ á listasafni í Los Angeles. Þar er sýndur fatnaður kvenna, karla og barna, sem breyttist talsvert á þessum tvö hundruð árum.

Zara, 5.995 krónur.

Benetton, 8.995 krónur.

Kátir jólakrakkar

Þótt enn sé tölvert til jóla eru einhverjir farnir að huga að jólaundirbúningi og fyrstu jólaflíkurnar eru farnar að sjást í búðagluggunum.

Það er alltaf hátíðleg stund eftir jólabaðið á Aðfangadag þegar farið er í sparifötin. Lítil jakkaföt, skyrtur, kjólar og spariskór og andlit full af eftirvæntingu er nokkuð sem kemur öllum í fjölskyldunni jólaskap.

Þeir sem vilja sýna fyrirhyggju og fjárfesta í jólafötum fyrir börnin snemma geta farið að skoða, því eitthvað er byrjað að tínast inn í verslanir. ~~Barnatískan er virk~~ilega klassísk og falleg í ár og mikið af glaðlegum litum svo auðvelt ætti að vera að finna eitthvað sparilegt fyrir jólabörnin.

emilia@frettabladid.is

Name it, 4.490 krónur.

Zara, 3.995 krónur.

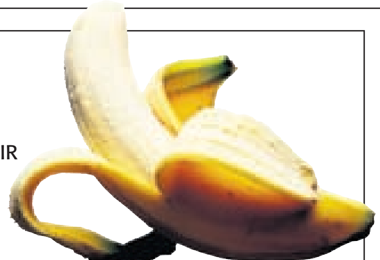
Benetton, 6.995 krónur.

Name it, 6.500 krónur.

Zara, 3.595 krónur.

Zara, 2.995 krónur.

Vörn vegna kulda



ÞRÁTT FYRIR HLÝINDI UNDANFARIÐ FER ÓHJÁKVÆMILEGA AÐ KÓLNA Í VEÐRI. FYRIR KULDANUM ER NAUÐSYNLEGT AÐ VERJA BÆÐI HÚÐ OG HÁR, SEM GJARNAN VILL RAFMAGNAST OG KLOFNA Í KULDA.

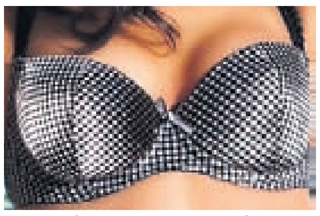
Í eldhússkápunum má hæglega finna hráefni í heimagerða maska fyrir hár til að næra það og gefa því fallegan gljáa.

- Setjið banana, melónu, lárperu, hveitiklíðsolíu og hreina jógúrt í blandara og maukið vel saman. Berið maukið í hárið, smellið plastpoka yfir hárið eða handklæði og bíðið í þrjátíu mínútur. Skolið hárið vel með köldu vatni.
- Fyrir mjög þurrt og klofið hár má prófa maska úr eggi, majónesi og ólífuolíu. Blandið saman í þykkt krem og berið í hárið. Skolið úr eftir þrjátíu mínútur. Nota skal kalt vatn, þar sem heita vatnið brýtur niður ysta varnarlag hársins. Þegar egg eru notuð í hármaska skal sérstaklega varast að nota heitt vatn, en þá geta eggin soðnað í hárinu.

Heimild wHow.com

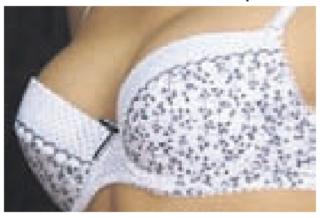
2 fyrir 1
25 mínútna
kínverskt fótanudd
Verð: 4.500 kr.
DONG FANG SALON
Tilboðið gildir alla virka daga í október 2010
Sími: 444-4085 / 662-0485 massage@dongfang.is www.dongfang.is

ROSALEGA FLOTTIR



teg. AGATHA - push up í B,C,D,DD skálum á kr. 7.680,
- buxur í stíl á kr. 2.990,-

teg. CESARIA - glæsilegur push up í skálum B,C,D,DD á kr. 7.680,
- buxur í stíl á kr. 2.990,-



teg. PICCOLINO - mjög flottur push up í skálum B,C,D,DD á kr. 7.680,-
buxur í stíl á kr. 2.990,-
Misty - fyrir allar konur
Laugavegi 178 - Sími: 551 3366
Opið mán.-fös. 10-18. Lau. 10-14.
Góð þjónusta - fagleg ráðgjöf.
www.misty.is
Vertu vinur

Ávextir og grænmeti eru nauðsynleg fyrir heilsusamlegt útlit, eftir því sem fram kemur í nýlegri rannsókn. Þar kemur fram að húðlitur manneskju segi til um hversu heilsusamleg hún virðist vera og þar af leiðandi hversu aðlaðandi hún sé. Þá hafi mataræði mikið að segja um húðlit.

Graskers-karrý með Naanbrauði

UPPSKRIFT FYRIR FJÓRA

- 700 gr. grasker eða butternut squash afhýtt og skorið í teninga
- 2-3 matskeiðar ólífuolía
- 2 hvítlaukslauf, kramin
- 1 msk ferskur engifer,afhýddur og raspaður
- 1-2 msk karrýduft, eftir smekk
- ½ teskeið kanill
- 1 msk grænmetiskraftur
- 200 ml kókosmjólk
- 4 meðalstórir tómatar, skornir í teninga eða 1 dós niðursoðnir tómatar í teningum
- 100 gr. heslihnetur
- 100 gr. rúsínur
- 1 knippi ferskur kóríander, skorinn smátt
- Salt og pipar eftir smekk

Látið olíuna hitna á pönnu og mýkið laukinn í henni. Bætið hvítlauk, engifer, karrýdufti, kanill og grænmetiskrafti útí og hrærið í eina mínútu. Bætið þá graskeri og kókosmjólk og látið krauma í um 15 mín. Áður en graskerið er orðið fyllilega mjúkt bætið öllu öðru útí nema kóríander laufum, hafið á hægum hita í 5 mín. Bæta má kókosmjólk útí ef kássan er of þurr. Bætið við Kóríander rétt áður en rétturinn er borinn fram.

FLJÓTLEGT SPELT NAAN BRAUÐ

- 1 bolli hvítt spelthveiti
- 1 teskeið lyftiduft
- ½ tsk salt
- 1 tsk sítrónusafi
- 1 tsk kraminn hvítlaukur (má sleppa)
- 1 tsk kraminn kóríander úr krukku eða 1 msk ferskur (má sleppa)
- 60-70 ml heitt vatn

Blandið öllum þurrefnum saman, bætið síðan vökvunum við. Handhnoðið stuttlega, þar til deigið er mjúkt en límist ekki. Mótið fjórar litlar bollur, fletjið þær út í höndunum og bakið í ofni við 200 gráður í um 5-7 mínútur á hvorri hlið. Eftirá dreypið ólívuolíu yfir brauðið og berið fram heitt.

Rétturinn er borinn fram með brúnum basmati hrísgrjónum og fersku salati.

www.graennkostur.is

Grænn kostur
Skólavörðustíg 8
101 Reykjavík
Sími: 552 2028

GRÆNN KOSTUR

Þótt ekki séu margir svona ávaxtamarkaðir á Íslandi er fjölbreytt úrval ávaxta í stórmörkuðum.

Maturinn lengir lífið

Ýmislegt er sameiginlegt með mataræði þeirra þjóða þar sem meðalaldur er hæstur og ekki úr vegi að taka þær sér til fyrirmyndar. Hér eru fimm venjur sem gott er að temja sér ef stuðla á að langlífi.

Heilsuvenja 1: Borðið mikið af grænmeti og heilkorni

Lönd þar sem lögð er áherslu á það: Kína og Grikkland

Í mörgum löndum er litið á kjöt sem meðlæti. Í Kína byggist mataræðið fyrst og fremst upp á grænmeti, ávöxtum og heilkorni og í Grikklandi eru grænmeti og rótarávextir uppistaðan í mörgum máltíðum, ekki bara meðlæti.

Hvað á að gera: Reynið að fylla tvo þriðju disksins með grænmeti og heilkornsafurðum og einn þriðja með fiski eða kjöti. Kaupið ferska ávexti á sumrin, frystið þá og notið út í jógúrt eða ávaxtahristing á morgnana.

Lönd þar sem fólk lifir lengst

Land	Offita	Meðalaldur
1. Japan	1,5%	82 ár
2. Singapúr	1,8%	82 ár
3. Kína	1,8%	73 ár
4. Frakkland	6,6%	81 ár
5. Svíþjóð	11%	81 ár
6. Ítalía	13%	80 ár
7. Spánn	16%	80 ár
8. S-Kórea	10%	79 ár
9. Ísrael	24%	81 ár
10. Grikkland	25%	80 ár

Heilsuvenja 2: Gefið ykkur nógan tíma til að matast

Lönd þar sem lögð er áherslu á það: Ítalía, Frakkland, Spánn, Grikkland og Japan.

Í þessum löndum stendur máltíð gjarnan yfir í nokkra klukkutíma. Og í opinberum matarráðleggingum í Grikklandi er lögð áhersla á að „borða hægt, helst alltaf á sama tíma dags og í ánægjulegu umhverfi". Að borða hægt og njóta þess dregur úr ofáti og eykur afslöppun, sem hjálpar til við meltinguna.

Hvað á að gera: Takið ykkur tíma til að njóta lyktarinnar, áferðarinnar og bragðsins af matnum. Tedrykkja að japönskum sið byggist til dæmis á því að sinna öllum skilningarvitum; að horfa og hlusta þegar teinu er hellt í bollann, finna hitann af bollanum í lófanum þegar honum er lyft, anda síðan að sér ilminum og að lokum njóta bragðsins.

Heilsuvenja 3: Passið skammtastærðir

Lönd þar sem lögð er áherslu á það: Frakkland og Japan.

Í Frakklandi eru meðalskammtar um það bil 25 prósentum minni en til dæmis í Bandaríkjunum og pökkuð matvæli eru seld í mun minni pakkningum. Í Japan eru skammtarnir líka smáir og þar borðar fólk úr litlum skálum í stað stórra diska.

Hvað á að gera: Margir Japanar ástunda „hara hachi bu" sem þýða má sem „átta af tíu" og þýðir að þeir hætta að borða strax og þeim finnst þeir vera að verða saddir. Ráðlagt er að ýta frá sér diskinum um leið og maginn virðist vera að fyllast. Einnig er ráðlegt að hafa uppistöðuna í máltíðinni mettandi trefjaríka fæðu eins og linsubaunir eða grænmeti.

Heilsuvenja 4: Notið aðeins ferskt óunnið hráefni

Lönd þar sem lögð er áherslu á það: Ítalía, Frakkland, Grikkland og Japan.

Matarinnkaup í löndum á borð við Frakkland og Ítalíu fara fram á mörgum stöðum; hjá slátraranum, grænmetissalanum og bakaranum, sem tryggir að hráefnið er ferskt og óunnið.

Hvað á að gera: Sleppið því að kaupa unnar vörur og leggið meiri áherslu á salatið. Eldið grænmeti almennt eins lítið og mögulegt er, gufusjóðið það eða snöggsteikið.

Heilsuvenja 5: Kryddið hraustlega

Lönd þar sem lögð er áherslu á það: Indland, Kína og Taíland.

Kryddjurtir og annað krydd eru ekki bara holl, heldur auka ánægjuna af máltíðinni fyrir öll skilningarvit. Rannsóknir hafa leitt í ljós að kryddjurtir eins og tímían, basilíka og rósmarín, og krydd eins og kanill, negull og túrmerik geta haft hamlandi áhrif á vöxt sjúkdóma.

Hvað á að gera: Til að tryggja aðgang að ferskum kryddjurtum allt árið er tilvalið að rækta þær í pottum í eldhúsglugganum. Það má líka krydda hversdagsmatinn með óvenjulegu kryddi, til dæmis nota kanil eða negul á grillkjúklinginn eða fiskinn.

fridrikab@frettabladid.is

512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

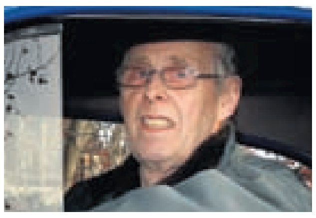
bílar

ÞRIÐJUDAGUR 19. OKTÓBER 2010

Gamalt gert upp

Bílaverkstæði Kjartans og Þorgeirs sérhæfir sig í viðgerðum á fornbílum.

SÍÐA 2



Úr tísku í trukka

Tískuljósmyndarinn Roger Snider heldur upp á ofurtrukka.

SÍÐA 3

Ferðalangar í jeppaferð fjölskyldunnar með Bílabúð Benna voru með eindæmum heppnir með veður síðasta laugardag, en þá var slegið hitamet í október á Suðurlandi. FRÉTTABLAÐIÐ/ÓKÁ

Nær hundrað bílar í árvissri ferð

Veðurguðirnir brostu á jeppaferð fjölskyldunnar síðastliðinn laugardag.

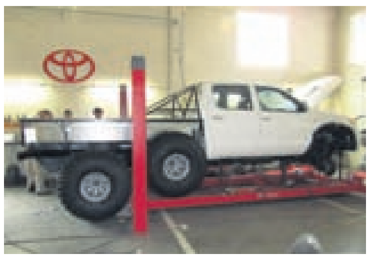
Rétt um níutíu jeppar tóku þátt í jeppaferð fjölskyldunnar, sem Bílabúð Benna stóð fyrir síðastliðinn laugardag í einmunablíðu. Ferðin þótti vel heppnuð í alla staði og reyndi passlega mikið bæði á bíla og menn. Þá vildi svo vel til að einhver heitasti októberdagur sögunnar var á Suðurlandi þennan dag. Safnast var saman við Vagnhöfða í Reykjavík klukkan hálf níu að morgni og svo brunað um Þingvöll yfir á Laugarvatn. Lagt var í torfæruna við Miðfell og ekið upp að Gullkistu, þaðan sem haldið var í norður og niður á Rótarsand að Hlöðufelli og svo yfir í Lambahraun með raflínuvegi til vesturs.

Línuveginum var fylgt að Mosafjalli og slegið upp grilli og borðað undir harmonikkuspili. Þá var einn ferðalangur svo heppinn að vinna glænýjan Nokia-farsíma í boði Hátækni, sem auk Skeljungs og fleiri fyrirtækja styrkti ferðina.

Að borðhaldi og slökun lokinni var haldið niður Mosaskarð yfir á Haukadalsheiði og í gegnum skógræktina niður í Haukadal, þar sem ferðafólk kvaddist við Geysi.

Ferðir sem þessi eru árviss viðburður hjá eigendum jeppa sem ættir eiga að rekja til Bílabúðar Benna og var í upphafi farar ekki að heyra að menn kviðu fyrir því að stýra hátt í hundrað jeppum í svona ferð. Benedikt Eyjólfsson, stofnandi Bílabúðar Benna, rifjaði upp að einhvern tíman hefðu verið 850 jeppar á ferð þegar 4x4 klúbburinn átti afmæli. „Og fyrst okkur tókst að komast vel frá þessari ferð hlýtur að ganga vel núna," sagði hann og reyndist sannspár. *- ókí*

Jón Kr. Stefánsson, sölustjóri hjá Bílabúð Benna, spallar við ferðalanga undir Mosfjalli. FRÉTTABLAÐIÐ/ÓKÁ



Sex starfsmenn Arctic Trucks vinna nú í Jóhannesarborg við breytingar á jeppunum.

Íslenskir jeppar á Suðurskautinu

Sex starfsmenn íslenska fyrirtækisins Arctic Trucks eru nú við störf í Suður-Afríku við breytingar á sex Toyota Hilux jeppum. Áður hafði fyrirtækið breytt tveimur jeppum hér heima og sérsmíðað allan aukabúnað í þá sex sem nú er unnið við í Suður-Afríku. Bílarnir verða síðan fluttir til Suðurskautslandsins, þar sem þeir munu sinna margþættum verkefnum á komandi árum.

Gunnar Haraldsson, sölu- og markaðsstjóri Arctic Trucks, segir jeppana ná margföldum hraða á við beltatækin sem hingað til hafa verið notuð, auk þess sem þeir þurfi minna eldsneyti og viðhald og komist lengra.

Fyrsti leiðangur nýju bílanna verður farinn í byrjun nóvember og fara þaulreyndir íslenskir fjallamenn með í þá ferð. Áætlað er að um tuttugu starfsmenn Arctic Trucks komi að verkefninu með einum eða öðrum hætti. *- fsb*

Frá og með fyrstu viku nóvember verða tólf pólarjeppar frá Arctic Trucks á Suðurskautslandinu.

BREYTTUR SÝNINGARSALUR..!! 20% AFSLÁTTUR HAGKVÆMAR LAUSNIR

ELDHÚSINNRÉTTINGAR

BAÐINNRÉTTINGAR

HTH SETTU ÞAÐ SAMAN HTH

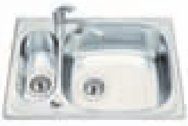
Af hverju að borga meira?

ÞVOTTAHÚSINNRÉTTINGAR

FATASKÁPAR

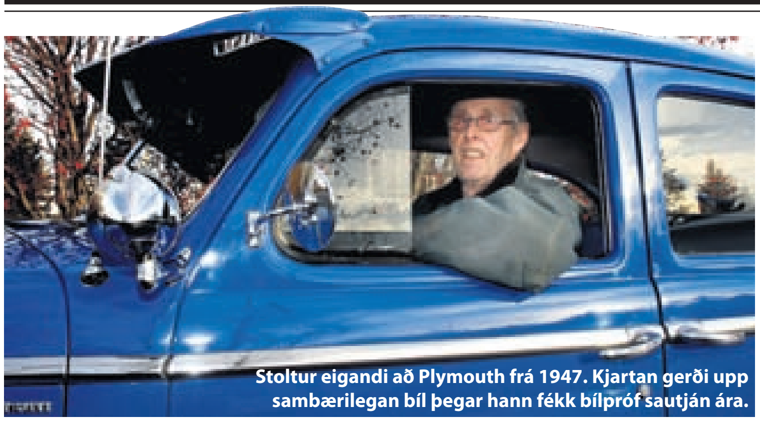
TIL Á LAGER
Sýningarsalurinn sýnir bæði innréttingar á lager og sérpantanir

VASKAR OG BLÖNDUNARTÆKI



ORMSSON
LÁGMÚLA 8 · Sími 530 2819 & 530 2821

● ORMSSON–AKUREYRI · Sími 461 5003 ● MODEL/ORMSSON–AKRANESI · Sími 431 3333



Stoltur eigandi að Plymouth frá 1947. Kjartan gerði upp sambærilegan bíl þegar hann fékk bílpróf sautján ára.

Chevrolet frá 1947, sem brá fyrir í einu myndbanda HLH-flokksins á sínum tíma.

Kjartan og Þorgeir sonur hans sinna almennum viðgerðum á verkstæði sínu í Kópavoginum. Hér eru þeir með Morris Ken frá 1947.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Fornbílar eru okkar ær og kýr

Fornbílar eru aðaláhugamál feðganna og bifvélavirkjanna Kjartans Friðgeirssonar og Þorgeirs Kjartanssonar, sem reka saman bílaverkstæði á Smiðjuvegi.

Feðgarnir Kjartan Friðgeirsson og Þorgeir Kjartansson eiga og reka Bílaverkstæði Kjartans og Þorgeirs á Smiðjuvegi í Kópavogi. Báðir eru miklir áhugamenn um fornbíla og hafa áratuga reynslu af viðgerðum og viðhaldi á slíkum bifreiðum, sinna eigin og annarra, að sögn Kjartans.

„Þetta hefur fylgt okkur feðgum um langt skeið, verið svona hálfgerð aukabúgrein meðfram almennum viðgerðum á bílum," segir Kjartan, sem kveðst ekki hafa tölu á þeim fornbílum sem hann hefur gert upp í gegnum tíðina. „Nei, ætli þeir skipti ekki einhverjum tugum."

Kjartan er bifvélavirkjameistari að mennt, nam sína iðn við Iðnskólann í Vestmannaeyjum í kringum 1960 og hefur starfað við bílaviðgerðir síðan. „Maður hefur unnið svo lengi við þetta að ég man eftir því þegar þessir gömlu skrjóðir sem maður er að gera við í dag voru nýir úr kassanum," segir hann og hlær og bætir við að síðan hafi miklar breytingar orðið á bílaiðnaðnum.

„Í gamla daga hafði maður ekki undan við að gera bílana upp, smíða þá aftur og aftur upp, meðal annars þar sem samgöngur voru mun verri, eintómir malarvegir, þvottabretti og holur. Innflutningurinn var líka miklu minni en nú, þannig að það varð að nýta það sem til var. Á móti eru bifreiðarnar að sumu leyti miklu sterkari í dag, að minnsta kosti vélarnar," segir hann og kveðst ekki skilja hvers vegna fólk hendi oft illa nýttum bílum frá sér. „Bílar eru hvort eð er léleg fjárfesting og því borgar sig að halda í þá meðan þeir eru ekki orðnir illa ryðgaðir."

Plymouth frá árinu 1947 sem Kjartan var átta ár að dunda sér við heima í bílskúr.

Kjartan segir ódrepandi áhuga á fornbílum meðal annars hafa ráðið því að hann hafi enst jafn lengi í bransanum og raun beri vitni. Til marks um það hafi hann og reyndar þeir feðgar báðir lengi verið virkir meðlimir í Fornbílaklúbbi Íslands. Síðustu ár hafi hann hins vegar reynt að minnka við sig í vinnu sökum aldurs, kannski látið eftir sér að taka einn og einn „skrjóð" þegar minna hafi verið að gera. Um þessar mundir er hann að dytta að einum, Morris frá árinu 1947, sem er í eigu Þorgeirs.

„Þetta er bíll sem var í notkun í Reykjavík fram til ársins 1980 og á sér því sína sögu. Ég hef ekki haft tíma til að sinna honum almennilega fyrr en nú, get leikið mér í honum ef ég nenni að vakna, og við erum um það bil hálfnaðir feðgarnir, eigum bara eftir framog afturpartinn," segir hann. Bætir glettinn við að þannig séu alltaf einhver verkefni sem togi í hann.

„Það hefur komið sér vel að þekkja þessar gömlu aðferðir í gegnum tíðina, enda hefur það sýnt sig að það er víst alltaf þörf á þessari frumbyggjavinnu." - rve

Klæðið í bílnum er saumað hér heima. Annað er að mestu upprunalegt og uppgert.

Trukkarnir eru margir hverjir ævintýralegir á að líta. MYNDIR/ROGER SNIDER

Mikið hefur verið lagt í innviði sumra trukkanna.

Ofurtrukkar á þjóðvegum Ameríku

Bandaríski ljósmyndarinn Roger Snider hefur mikla ástríðu fyrir ofurtrukkum sem aka um þjóðvegi Ameríku.

Roger Snider var harðákveðinn í að verða vörubílstjóri þegar hann var aðeins átta ára. Það fór þó svo að annar draumur varð hinum yfirsterkari þegar hann kynntist ljósmyndun. Hann starfaði lengi sem tískuljósmyndari í Miami, San Francisco, New York og Los Angeles.

Fyrir tilviljun fékk hann verkefni við að mynda sannkallaða ofurtrukka fyrir leikstjóra sem vann að mynd um slík farartæki. Stuttu síðar fór hann á sína fyrstu trukkasýningu og eftir það varð ekki aftur snúið.

Fyrir utan önnur ljósmyndaverkefni hefur Snider haft það að ástríðu að mynda flottustu trukka landsins og heimsins en hann hefur einnig ferðast til annarra landa og myndað trukkamenningu þeirra. Hann hefur gefið út tíu ljósmyndabækur þar sem trukkar eru í sviðsljósinu en helsta markmið Sniders er að kynna trukkamenninguna fyrir almenningi.

Þeim sem vilja kynna sér starf Sniders nánar er bent á www.ultrarigsoftheworld.com og www.rogersnider.com. - sg

● AÐ SKIPTA UM DEKK

- Drepið á bílnum og setjið í handbremsu.
- Takið hjólkopp af og losið rærnar.
- Tjakkið bílinn upp og takið dekkið undan.
- Rennið varadekkinu upp á boltana og festið rærnar.
- Látið bílinn síga niður og takið tjakkinn undan.
- Herðið rærnar vel.
- Akið á dekkjaverkstæði.

Heimild: Svona á að... eftir Derek Fagerstrom, Lauren Smith og fleiri.

Bíllinn úr Kóngavegi

Helgi Þórsson myndlistarmaður á lítið lillablátt rúgbrauð með gardínum. Tegundin er ítölsk og heitir Piaggio, eins og vespurnar. Árgerðin er 2000. „Ég var að leita að svona bíl í fyrrasumar til fara á til Noregs með málverk á sýningu í Moss.

Var á ferð í Hafnarfirði og sá þennan standa bilaðan utan við verkstæði. Ég hafði samband við eigandann og falaði af honum bílinn. Síðan lét ég gera við hann, málaði hann og setti upp gardínur, tók svo Norrænu til Danmerkur og aðra ferju þaðan yfir til Noregs."

Sá fjólublái hefur sést á hvíta tjaldinu því Helgi lánaði hann í kvikmyndina Kóngavegur. Þá voru gardínurnar teknar úr að hluta og Helgi kveðst ekki hafa komið því í verk að setja þær upp aftur. En skyldi Piaggio vera sparneytinn? „Já ef maður keyrir ekki eins og bjáni," segir eigandinn glaðlega. „Hann er samt svolítið eins og mótorhjól, maður finnur svo vel fyrir hraðanum og það hvetur mann til að glanna svolítið." - gun

Helgi sá bílinn fyrir utan verkstæði í Hafnarfirði, hringdi í eigandann og falaði gripinn. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Göngin sögð vera svarthol

Slök útkoma Hvalfjarðarganganna í jarðgangaúttekt EuroTAP var meðal þess sem rætt var á morgunverðarfundi samgöngunefndar Evrópuþingsins í Brussel í síðustu viku. Fulltrúar FÍB sátu fundinn með Brian Simpson, formanni samgöngunefndar Evrópuþingsins, ásamt fulltrúum nokkurra bifreiðaeigendafélaga innan FiA.

Eins og fram kemur á fréttavef FÍB var rætt á fundinum almennt um bætt umferðaröryggi, starfsemi og öryggismarkmið Evrópudeildar FIA og aðildarfélaga innan samtakanna, þar á meðal FÍB.

Robert Sauter frá ADAC í Þýskalandi, stjórnandi EuroTAP, lýsti Hvalfjarðargöngunum sem svartholi með engu inni í. Það vekti athygli að tiltölulega nýleg veggöng reyndust svo aftarlega á merinni í öryggismálum. Af þeim 26 göngum sem tekin voru út af EuroTAP á þessu ári hefðu fern göng reynst hafa öryggiságalla og ein þeirra þó sýnu verst – Hvalfjarðargöngin á Íslandi.

Nánar verður hægt að lesa um könnunina í FÍB blaðinu.

- rat

Hvalfjarðargöngin voru sögð svarthol með engu inni í á fundi samgöngunefndar Evrópuþingsins í Brussel. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Vel merktur vörubíll.

Alvöru endurskin

Kennslubifreið Öku- og vinnuvélaskóla Íslands fyrir meiraprófskennslu hefur verið auðkennd að aftan með endurskinsborðum sem ramma flutningakassann inn. Það gefur ótvírætt til kynna að um stóran bíl sé að ræða.

Knútur Halldórsson, skólastjóri Öku- og vinnuvélaskóla Íslands, segir þetta vera lið í umferðaröryggi enda eigi skólinn að vera öðrum til eftirbreytni. „Víða í Evrópu eru stórir bílar merktir með þessum hætti. Nú er að koma svartasta skammdegið hjá okkur hér á Íslandi og okkur fannst tilvalið að merkja okkar bíl á sama hátt. Þetta hefur vakið eftirtekt og margir hafa hringt í okkur, bæði með fyrirspurnir og einnig til að lýsa ánægju sinni.“

- gun

● **ELDSNEYTISSPARANDI AKSTUR** Hér eru nokkur mikilvæg atriði í sambandi við vistakstur:

- Skiptu snemma upp
- Forðastu háan snúningshraða
- Haltu jöfnum hraða
- Forðastu ónauðsynlega hemlun
- Aktu strax af stað eftir ræsingu
- Notaðu hraðastilli og handvirka hraðatakmörkun
- Forðastu ónauðsynlegan lausagang
- Ekki vera með dót í bílnum sem þyngir hann að óþörfu
- Réttur loftþrýstingur skal vera í dekkjum

Elísa Berglind er leiðbeinandi Rósanna í Mecca Spa. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Kjúklingur, grænmeti, salsa og létt dressing

Rósirnar eru hópur kvenna sem hittist í Mecca Spa á Nýbýlavegi og setur eigin vellíðan, hreyfingu og hollt mataræði í fyrsta sæti. Elísa Berglind Sigurjónsdóttir er önnur tveggja sem halda utan um starfsemina.

„Starfsemin er fyrir konur sem þurfa stuðning við að bæta lífsstílinn og skapa jákvætt hugarfar. Við einblínum ekkert á kílóin og hér eru konur með fjölbreytt vaxtarlag. Þær mæta fjórum sinnum í viku í fjölbreyttar æfingar, sundleikfimi, teygjutíma og blandaða brennslu.“

Þannig lýsir Elísa Berglind leiðbeinandi því sem fram fer í tímum Rósanna í Mecca Spa við Nýbýlaveg. Hún segir þær vera með matarklúbb sem hittist einu sinni í mánuði. Þá taka þrjár til fjórar konur sig saman og elda eitthvað hollt og gott heima hjá einni þeirra og bjóða svo hinum í hópnum.

„Inntakið í okkar matarstefnu er að neyta flestra fæðutegunda, fá sér einu sinni á diskinn, borða reglulega yfir daginn og aldrei sleppa úr máltíð,“ segir Elísa Berglind og gefur lesendum uppskrift að léttum og ljúffengum rétti.

- jma, gun

KJÚKLINGUR, GRÆNMETI, SALSA OG LÉTT DRESSING

fyrir 2-3

3 kjúklingabringur
oregano
rósmarín
grænmetiskrydd
sveppir
rifinn ostur
2 tsk. chili olía
ólífuolía
grænmeti, t.d. grasker, laukur, sveppir, paprika, gulrætur, brokkolí, blómkál – bara eftir smekk og hugmyndaflugi.
Hvítlauksolía til steikingar.

Hitið olíurnar á pönnu. Skerið kjúklingabringurnar í tvennt, kryddið og steikið. Skerið sveppina í sneiðar og steikið með kjúklingnum. Grænmetið er steikt á pönnu og sett í eldfast mót. Kjúklingnum raðað ofan á og smá rifinn ostur settur á hverja bringu ásamt steiktum sveppum. Bakað í ofni í um það bil 30 mínútur. Notið ferskt iceberg, tómata og balsamik til að skreyta diskinn.

Í þennan rétt má einnig nota fisk.

salsasósa
3 tómatar
1-2 chili
3 stk. hvítlauksgeirar
2 rauðlaukur
1 paprika
3–4 msk. ferskt kóríander (má vera malað en þá þarf aðeins minna)
1/4 tsk. cummin
safi úr 1 sítrónu
1/2 sjávarsalt
2 tsk. sæt chili-sósa

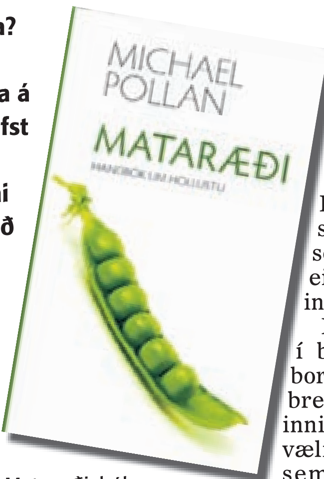
Skerið allt smátt og blandið saman. Kælið sósuna í ísskáp í tvo tíma áður en hún er borin fram.

agúrkudressing
3 dl grísk jógúrt
1 dl vanilluskyr (má sleppa)
1/2 agúrka
1-2 msk. límónu- eða sítrónusafi

Hrærið jógúrt, skyr og safa saman. Skerið agúrkuna smátt og setjið út í.

Brjóttu reglurnar

Hvað á ég að borða? Þessari spurningu þurfum við að svara á hverjum degi og vefst gjarnan tunga um tönn. Í handbókinni Mataræði gæti verið einhver svör að finna.



Mataræði, bók um hollustu eftir Michael Pollan, inniheldur 64 reglur um mataræði.

Mataræði, handbók um hollustu er titill bókar eftir Michael Pollan, sem á baki bókarinnar er sagður baráttumaður fyrir hollu mataræði. Þetta er fimmta bók hans en fyrir nokkrum árum sökkti hann sér í rannsóknir á mat og matarvenjum í leit að svari við einfaldri spurningu: Hvað á ég að borða?

Bókin er byggð upp á þægilegan lesmáta en í henni er að finna 64 reglur eða heilræði um mataræði. Heilræðin eru flest samin af Pollan sjálfum, sem segir að líta eigi á þau sem hugmyndir til að einfalda matarmenningu okkar.

Dæmi um heilræði í bókinni eru: „Ekki borða morgunkorn sem breytir litnum á mjólkinni,“ og „Forðastu matvæli sem innihalda efni sem engin venjuleg manneskja á í búrskápnum,“ en þar er vísað til rotvarnarefna ýmiss konar sem finna má í matvælum og bera nöfn eins og etoxýlat-tvíglýseríð. Síðasta heilræðið er síðan: „Brjóttu reglurnar við og við.“

- rat

10,6 grömm af kolvetnum (sykri) eru í hverjum 100 millilítrum af sykruðu kóki. Það þýðir að í hálfum lítra eru um 53 grömm af sykri. Í tveggja lítra flösku er sykurmagnið um 212 grömm. Ef þessu er breytt í sykurmola má segja að rúmlega 26 sykurmolar séu í hálfum lítra af kóki og 106 sykurmolar í tveggja lítra flösku. Sá sem drekkur hálfan lítra af kóki á dag hvern einasta dag vikunnar allan ársins hring fær með gosdrykkjunni einni saman rúmlega eitt og hálft kíló af sykri á mánuði, sem eru rúmlega nítján kíló á ári.

visindavefur.hi.is

Í TOPPFORMI
MEÐ RÉTTU MATARÆÐI

Kristín Ólafsdóttir er margfaldur Íslands- og bikarmeistari í frjálsum. Mark Johnson er bikarmeistari í stangarstökki og í hópi 15 bestu stangastökkvara í Bandaríkjunum. Þau stefna bæði á ÓL 2012.

Kristín setti m.a. nýtt Íslandsmet í sumar með boðsveit sinni og einbeitir sér nú að 7-þraut. Mark hefur stokkið 5,50 m í stangarstökki sem er yfir Íslandsmeti. Hann vonast til að keppa fyrir Íslandshönd á ÓL 2012. Þau velja hollan, ferskan og framandi mat á SAFFRAN til að halda sér í toppformi. Við erum stolt af að styrkja nokkur af okkar fremsta íþróttafólki.

SAFFRAN
GLÆSIBÆ / DALVEGI 4 KÓP

BÍLAR & FARATÆKI

ÍSPARTAR VÉLAVIT

Zodiak Classic 380 Með Susuki 25hp 4gengis mótor . Kerra fylgir árgerð 2009. Verð kr.1.400.000 Uppslýsingar í S:527 2600.

Kerra Lark árg.2006 2ja Öxla , Burðargeta 2.500 kg. Verð kr.1.450.000 Upplýsingar S:527 2600.

Toyota Yaris 2003 ekinn.89.000 km Skoðaður 11. Verð kr.850.000 Upplýsingar S:527 2600.

Nissan Vanetta árg 1999. Ekin 157.000 skoðaður 11. Verð kr.380.000 Upplýsingar S:527 2600.

LandRover Freelander Árg.2000 ekin 106.000 km Verð kr.690.000 Skoðaður 11. Upplýsingar S:527-2600

Íspartar - Vélavit

Auglýsingasími 512 50 50
Allt sem þú þarft...

HÖFÐABÍLAR ... þar sem bílar seljast

BMW 535D E60. Árgerð 2005, ekinn 109 þ.km, DÍSEL, Sjálfskiptur. Verð 5.850.000. Rnr.127246

BMW 730D. Árg 05.2006, ekinn 68 þ.km, DÍSEL, Sjálfskiptur. ROSALEGA MIKIÐ ÚTBÚIN BÍLL Á GÓÐU VERÐI Verð 8.9 millj ... áhvílandi 6,9 miilj . Rnr.101937

Höfðabílar
Fossháls 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
Óskum eftir bílum á staðinn og á skrá.
www.hofdabilar.is

100 bílar.is bílasala

Land Rover Range Rover Supercharged, árg. 2007, ek 81þús.km, sjálfsk, dráttarbeisli, Einn með öllu og lítur mjög vel út! Umboðsbíll, Ásett verð 9690þús.kr, er í salnum hjá okkur

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardaga 12-16
www.100bilar.is

Bílar til sölu

EKINN AÐEINS 48 ÞÚSUND. TILBOÐ!!!
CITROEN BERLINGO nýskráður 25.05.2004 ekinn AÐEINS 48 þúsund, 5 dyra, skoðaður 2011 Ásett verð 970 þúsund en fæst á TILBOÐI á AÐEINS 699 þúsund staðgreitt, möguleiki á allt að 100% láni upplýsingar í síma 693-5053.

270E Diesel hlaðin aukabúnaði, ek160, sumar og vetrardekk. 3,5stgr. 824-0672

Lincoln Navigator L Elite árg. ,08. Allur svartur. Ek. 44 þús. Innfl. nýr. Bein sala. Ólafur, S: 866 0927.

Subaru Legacy árg.'98, ek.160þús. 2l. Nýjar bremsur, ný tímareim. Í góðu lagi. V.400 þús. Uppl. í s. 849 3566.

0-250 þús.

Sjálfskiptur á tilboði 250 þús!
DAIHATSU APPLAUSE 1,6 LIMITED árg.'99 ek.133 þús.,ssk., skoðaður 2011, álfelgur, rafmagn í ruðuðum ofl. þetta er góður og sparneytinn bíll! viðmunaðarverð hja bgs er 498 þús. en fæst á TILBOÐSVERÐI 250 ÞÚS. STGR! s. 841 8955.

250-499 þús.

TILBOÐ TILBOÐ!!!
Mitsubishi Carisma 1600 Sport árg.'00 ek.140 þús. sjálfskiptur, skoðaður 2011, góður bíll sem eyðir litlu! ásett verð 580 þús. TILBOÐ 420 ÞÚS. S.841 8955.

Bílar óskast

!!! 0-250þús staðgreitt !!!
Óska eftir að kaupa bíl fyrir allt að 250þús., bíllinn má þarfnast lagf. eða skoðunar, helst ekki eldri enn ,98, skoða allt. Hringdu í síma 841 8955.

Óska eftir að kaupa bíl á verðbilinu 25-250þús, má þarfnast lagfæringa. Uppl. s. 615 1810

Sparneytinn bíll óskast. Árg. 1998 - 2002 fyrir 150-300 þús. Stgr. í boði. Uppl. í s. 660 4891 e. kl. 17.

ÓSKA EFTIR BÍL Á 0-150 ÞÚS STGR!
Óska eftir bíl á 0-150 þús stgr. má þarfnast lagfæringa s. 659 9696.

Hópferðabílar

Til sölu MB O404 árg. ,97 ek. 514000 km 55+1 farþega. Uppl. í s. 898 5156.

visir.is "...ég sá það á vísi"

Vörubílar

13 metra Ál trailervagn sem þarfnast alúðar þó allt virki. Aðeins 400.000.- 824-0672

Vinnuvélar

impex

Við flytjum að Smiðjuvegi 28, gegnt Landvélum, þann 1. nóvember.

Sala og þjónusta fyrir: Linser belti og rúllur Yanmar vinnuvélar Tsurumi dælur Kaser loftpressur Vermeer tæki FG Wilson rafstöðvar Debe Pumpar dælur Plumett ljósleiðara tæki Mase rafstöðvar TowerLight ljósamöstur

LIPRIR OG VEL BÚNIR BÍLKRANAR Í HVERS KYNS HÍFINGARVINNU. DS-LAUSNIR ehf 561-8373 www.dslausnir.is

Bátar

Skrúfur beint frá framleiðanda og flest annað fyrir bátinn. www.somiboats.is

Til sölu einn Zodiac Mark2, án mótors, og Avion slöngubátur, án mótors. Uppl. í S. 863 5699

Hjólbarðar

Til sölu ný Michelin dekk á felgum undan Landcruiser 120. Hef til sölu nánast ný Michelin Latitude Alpin heilsársdekk 265/65R17 undan Land Cruiser 120. Dekkin eru ekin um 100 km og eru á Land Cruiser felgum. Upplýsingar í síma 844 2022, Sigurjón.

Lítið ekin nagladekk til sölu á góðum afslætti!
4 negld dekk 205 x 55 x16 (Firelli) lítið ekin. 10.000,-kr. stk. (50% afsl. af nýjum dekkjum). 2 negld dekk 155 x 80 x13 (Marshal) lítið ekin. 7.000,-kr. stk. (50% afs. af nýjum dekkjum). Upplýsingar í gsm. 893 6530

4.stk 175/70 13" á álf. á 20þ. 4.stk 185/65 14" á 5gata álfelgum á 30þ. 4 stk. 235/65 17" á 40þ. 4 stk. 185/65 14" á Imprezu felgum á 25þ. 2 stk. 195/65 15" á álf. á 10 þ. 2 stk. 195/65 16" á 10 þ.4.stk ný dekk 5.30 12" á 5gata felgum á 25þ.Eitt stk. 255/55 18" á 5 þ. 4 stk. 175/70 13" á Golf álf. á 20 þ. Uppl. í s. 896 8568.

Varahlutir

BILAPARTAR.IS
Notaðir TOYOTA varahlutir
Sími: 587 7659

Kaupum Toyota bíla. Opið virka daga 9-18. Við erum þjónustuaðilar fyrir Úrvinnslusjóð. Eigum bíla til sölu. Bílapartar, Grænamýri 3, Mosfellsbær.

Bílapartasala
Höfum opnað varahlutasölu með notaða varahluti í nýlega bíla www.netpartar.is

VW, Skoda, Audi, varahlutir og viðgerðir S: 534 1045
Varahlutir í VW, Skoda og Audi bíla. Kaupum bíla til niðurrifs. Sérhæfum okkur einnig í viðgerðum á sömu tegundum. Bílabúið, Suðurhella 10, Hfj.

Bílhlutir, Kaplahrauni 14, S. 555 4940.
Sérhæfum okkur í Volkswagen, Skoda og Daihatsu. Eigum einnig varahluti í fleiri tegundir bíla. Kaupum bíla til niðurrifs.

Partahúsið - S. 555 6666
VW Bora, Golf, Passat, Caddy, Audi A4. Hyundai Getz H1, Starex, Santa Fe, I30. Honda Jazz, CRV. Toyota Avensis, Yaris. M.Benz margar gerðir. Fiat Punto. Suzuki Swift. Chevrolet Lacette. MMC Galant, Pajero. Citroen Berlingo. Daihatsu Terios. Peugot 206. Man 26530 árg.'05. Musso og margt fleira. Kaupum bíla til niðurrifs. S. 555 6666 & 898 8835. Hvaleyrarbraut 20 Hafnarfirði.

Varahlutir í VW Golf, Polo,Yaris, Fiat Brava og Kangoo. Viðgerðir. Gírkassar. Bremsuviðgerðir, renni diska og skálar. Kaupi bíla. Uppl. í s. 892 7852.

Partatorg.is Notaðir varahlutir í ýmsar gerðir nýlegra bíla. partatorg@partatorg.is 565-6020.

Varahlutir í Baleno Wagon ,97. Vitara árg. ,97. MMC Space Wagon ,97, Kia Sephia ,99, Yaris ,00, Hatcback ,96, ,97 1600, Xli 1300 ,94, Escord ,98. Accent ,95 & ,97 & ,98. Impreza ,99. Legacy ,96. Almera ,98. Carina ,97, Vento ,97, Lanos ,99, Elantra Wagon ,97 og ,99 Civic ,99. Golf ,95, Nissan ,94. Kaupi bíla til niðurrifs. S. 896 8568.

Varahlutir

Gerðu verðsamanburð
CASE AGRICULTURE
Varahlutir frá framleiðanda
KRAFTVÉLAR Umboðsaðili á Íslandi
Dalvegur 6-8 / 201 Kópavogur / Sími 535 3500 / www.kraftvelar.is

ÞJÓNUSTA

Sendibílaþjónusta

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Pípulagnir

Pípulagnir
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 663 5315 & 699 6069.

HRAÐLAGNIR EHF Pípulagingarþjónusta
Viðhald og breytingar eru okkar fag. S: 662-6277.

Garðyrkja

TRJÁKLIPPINGAR
Klippi, felli og snyrti tré og runna. Alm garðavinna. Ágúst Haukur garðyrkjufræðingur s 848 9600

Trjáklippingar
Trjáfellingar. Snyrting á trjám og runnum og öll almenn garðavinna. Eiríkur Sæland garðyrkjufræðingur s. 848 1723.

Bókhald

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

Málarar

20% afsláttur fyrir eldri borgara og öryrkja.
Fagleg vinnubrögð. Margra ára reynsla. Fáðu tilboð strax í dag, þér að kostnaðarlausu. Haukur, S. 777 3374.

Málarameistari
Jón Ingvar Garðarsson málarameistari tilboð - tímavinna s. 896 6148.

Getum bætt við okkur inni- og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. S. 896 5758.

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

VIÐHALD fasteignaviðgerðir

Allt viðhald ehf. annast viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.

Við önnumst m.a.:
• múrviðgerðir • þakviðgerðir • málningarvinnu • trésmíðavinnu • pípulagnir • raflagnir • flísalagnir.

Hringdu og við gerum þér tilboð, þér að kostnaðarlausu. • Sími 567 6699. Sendu okkur email og við gerum þér tilboð. • kristjan@vidhald.is

Alafl verktakar ehf.

20% afsláttur af öllum inniverkefnum

Málarar
Múrarar
Flísar
Píparar
Parket
Smiðir
Rafvirkjar
Hellulagnir
Háþrýstiþvottur

Bjóðum einnig viðskiptavinum okkar upp á vaxtalausar raðgreiðslur í allt að 12 mánuðum

Fáðu tilboð í dag
Eiríkur s. 777 6799

Tökum að okkur parketslípun

Um allt land. 15 ára reynsla í parketlögnum, parketslípun,sólpallasmíði og sólpallaslípun. Þröskuldar, slípaðir, innifaldir í verði. Sjáið myndir á www. parketsliparinn.is Uppl. í s. 772 8100. Visa/ Euro

Viðhald - gluggar - hurðir - veggir -gólf. Gerum tilboð. Smíðalausnir. S. 899 3011.

N & V Verktakar ehf

Flísar - parket - mála - múrarar - smiðir setjum upp eldhúsinnréttingar og margt fleira sem viðkemur húsaviðhaldi að utan sem innan. Frábært verð! Uppl. í s. 661 3149. nv.verktakar@gmail.com

Tölvur

tölvuhjálp!

Yfirhalning á tölvu aðeins 2.000 kr. án VSK
Ókeypis vírusvörn
Nánar á www.tolvuhjalp.is
Sími 588-9590
Vesturvör 32a, Kópavogi

Tölvuviðgerðir, vírushreinsun, gagnabjörgun. 18 ára reynsla, fínt verð, afsl. f. félaga ÖBÍ & FEB. Stefán S. 821 6839.

Nudd

Fantastic whole body massage S. 692 4599, Maria.

Whole body massage. S. 849 5247

THE BEST!! WHOLE BODY MASSAGE IN DOWN TOWN ,ANY TIME!!!869 8602.

Spádómar

Spásími 908 6060
Tarot, miðlun, trúnaður. Er byrjuð á fullu aftur.
Opið frá 12-23 S. 894 9228
Steinunn visa/euro

Símaspá og ræð einnig drauma. Ekkert mínútugjald. Tímapantanir í S. 891 8727, Stella.

Rafvirkjun

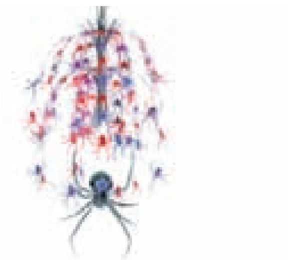
Raflagnir og dyrasímaþjónusta

Setjum upp dyrasímakerfi og gerum við eldri kerfi
Nýlagnir og endurnýjun raflagna
Gerum verðtilboð
RAF NEISTI
GSM 896 6025
Löggiltur rafverktaki
rafneisti@rafneisti.is | www.rafneisti.is

Önnur þjónusta

GreenHouse

Góður og fallegur fatnaður. Verið velkomin, opið í dag frá 10-14. Greenhouse Rauðagerði 26.



Hryllilegt úrval af hrekkjavökuvörum. Sneisafull búð á tveimur hæðum. Opið alla daga. Partýbúðin, Faxafeni 11, s. 534-0534.

Blekhylki.is

Ódýr blekhylki og tónerar í HP, Dell, Brother, Canon og Epson send af stað samdægurs sjá nánar á Blekhylki.is S. 517-0150 Fjarðargötu 11.

KEYPT & SELT

Til sölu

Klassískir gítarar 4/4 stærð frá Kr:11.900,- Klassískir gítarpakkar 4/4 , m/poka,dvd kennsludiski,og nöglum kr:16.900,- Rafmagnsgítarpakkar m/magnara ,poka,ól,auka strengir,stilliflauta og eMedia kennsluforriti.Kr:39.900,- Þjóðlagagítarpakkar m/poka,auka strengum,ól stilliflauta og eMedia kennsluforriti Kr:19.900,- Gitarinn.Stórhöfða 27.S:552-2125,www. gitarinn.is,netfang:gitarinn@gitarinn.is

Gámasala/Gámaleiga
Stólpi Gámar ehf
sími 568 0505

Hrekkjavakan Nálgast!

Vampírutennur, litalinsur, farðar, búningar ofl. Skoðið úrvalið á vefversluninni hokuspokus.is Hókus Pókus Laugavegi 69 S. 551 7955.

ÞVOTTAVÉLAR

Til sölu notaðar yfirfarnar þvottavélar og önnur heimilistæki. Tökum bilaðar vélar uppí. Varahlutir á góðu verði. Opið alla daga 12:00-17:00 Síðumúla 37 Kjallara, 108 Rvk 847-5545.

Ísskápur á 15þ. Þvottavélar á 20-30þ. Barkalaus þurrkari á 30þ. Veitingahúsauppþvottavél á 50 þ.Stál bakaraofn á 25þ. Uppþvottavél á 20þ. 14" tv á 5þ. Ryksuga á 5þ. 28" tv á 10 þús. Borðtalva með skjá á 35þ. Bilageislaspilari 15þ. Gasgrill á 10 þ.Frystiskápur á 25þ. Keramik eldavél á 20þ. Flottir stólar á 5þ. 896 8568.

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.

Kaupi gull !

Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaupi gull, gull peninga og gull skartgripi. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáið góð ráð.
Upplýsingar á demantar.is í s. 699 8000 eða komið í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin

Óska eftir rafsuðuvél til kaups. S. 616 1569.

Óska eftir 3x20ft skrifstofugámum, 1x10ft skrifstofugám, 20xla kerru og diesel loftpressu. Uppl. í S. 863 5699

Til sölu

Vélar og verkfæri

Handlyftivagnar HYTSU 2500kg m/ hraðlyftu Verð:49.900 kr með VSKSími: 5520110 www.pon.is

Verslun

NÝ SENDING!!! Skokkar, kjólar og pils. EmiliaEmilía Bláu húsin Faxafeni s: 588-9925 emilia.is

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur með Herbalife í 30 ár. Hringdu og fáðu frían prufupakka. Edda Borg S. 896 4662 www.lifsstill.is

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

Fæðubótarefni

Viltu léttast? Eða þyngjast? Prófaðu Herbalife! Ólöf 861 5356, osa@ismennt.is

Nudd

TANTRA MASSAGE

Authentic initiation into the tantric mysteries with tantra massage. Unique experience for men, women and couples. Tel: 698 8301 www.tantra-temple.com

SPA - DREAM OASIS
Fáðu kort og nudd frítt.

NUDD: Heilln., Slökunarn., Skrúbb, Pottur, Sólbekkir og fleira. Símar 567 6666 og 862 0941. http://dreamoasis.magix.net

NUDD - Tilboð - NUDD

Nudd kr. 3500,-

Skrúbb, heitur pottur, nudd f. 2 kr. 9900,-. Detox - f. 2 kr. 9900.-. Margar teg. nudds, alhliða snyrting, slökun, veitingar, heilsu, vítamín, næringarráðgjöf. Ekkert sex nudd. No sex massage. Uppl. - pantanir s. 823 8280. JB Heilsulind Skúlagötu 40. Opið 12-18 mán-lau.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Kennsla

Spænska fyrir byrjendur -ódýrt. Allar upplýsingar, http://www.spaenska.webs.com

Til sölu

Námskeið

Naglaskóli Neglur og list

Boðið er uppá námskeið í naglaásetningu, námskeið hefjast 19 október.
Kennari Rósa Björk Hauksdóttir - margfaldur íslandsmeistari. Verð 185.000 kr, innifalið er startpakki með öllu.

Innritun hafin á negluroglist.is og í s. 553 4420.

Atvinna

ÁS STYRKTARFÉLAG

Starfsfólk óskast til starfa á heimili í Auðarstræti.

Um er að ræða hlutastörf, kvöld- , helgar- og næturvaktir.
Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst.
Hlutverk starfsfólks felst aðallega í því að leiðbeina og styðja íbúa í daglegu lífi.

Nánari upplýsingar veitir Agnes Jensdóttir forstöðumaður í síma 695 0336.
Upplýsingar um félagið má nálgast á heimasíðu þess, **www.styrktarfelag.is**

Ofangreind störf taka laun samkvæmt gildandi kjarasamningum.

Fundir / Mannfagnaður

FAAS

Almennur félagsfundur FAAS verður haldinn 3. nóv. nk kl 20.00 í sal Hjúkrunarheimilisins Skógarbæ, Árskógum 2.

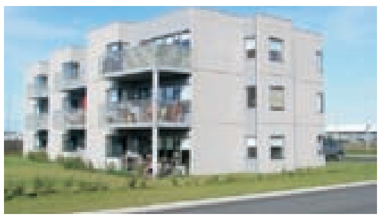
Á dagskrá:
- Skýrsla stjórnar.
- Kynning á verkefnavinnu frá ráðstefnunni 25. sept sl.
- Önnur mál.
- Kynning á hjálpartækjum.
- Frásögn frá evrópuþingi.

Félagsmenn og aðrir velunnarar félagsins eru hvattir til að mæta.
Kaffiveitingar verða í boði Skógarbæjar.

Fasteignir

heimili FASTEIGNASALA
Finnbogi Hilmarsson og Bogi Pétursson lögg. fasteignasalar

Hrísrimi - 4ra herb.
Góð vel skipulögð 90 fm neðri hæð í enda. Sérinngangur og verönd í sérgarði V. 21,5 m.
Áhv. 16,0 m.



Gullengi - 5 herbergja.
Falleg opin og björt 140 fm endaíbúð á 3. hæð. 4 svefnherbergi, sérinngangur, stórar svalir. mikið útsýni og fallegar innréttingar.
V. 32,9 m.

Arnarsmári - 4ra herb.
Glæsileg 100,1 fm íbúð á 3. hæð með miklu útsýni í góðu fjölbýli á eftirsóttum stað í Smáranum.
V 24,9 m.

Hamravík - einbýli.
Fallegt og vandað 240 fm hús með innb. bílskúr. Frábær bakgarður, sólpallar, heitur pottur, einstök staðsetning, frábært útsýni og gönguleiðir.
V. 69,0m

Skipholt 29a • Sími 530 6500 • heimili.is

HEIMILIÐ

Ýmislegt

Brúna Rósin
8 manna handmálað danskt matar-og mokkastell, alls 48 stk. Selst á 195.000 kr. Málverkarlampi lengd 120 cm. Kalt ljós, kostar nýr 153 þús, selst á 45 þús. S. 552 0326.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

Leiguliðar ehf Fossaleyni 16
Skrifstofa Leiguliða auglýsir lausar íbúðir, leiguverð frá kr. 87.000. Reykjavík, Selfoss, Þorlákshöfn, Akranes, Hafnarfjörður. Gæludýr leyfð.
Sjá www.leigulidar.is eða 517 3440

www.leiguherbergi.is

1-2 manna herb.Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj aðganur að internet, baði. eldh., þurrkara og þvottavél. 824 4535.

Room for rent 1-2 person,. Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj Internet, bath, kitch, washing room incl. Uppl/info í S. 824 4535. www. leiguherbergi.is

GÓÐ GISTING Í MIÐBÆNUM
Dags, viku og mánaðarleiga. Gistihúsið Egilsborg 896 4661

ROOM F/RENT W/FURNITURE IN 108 NEAR KRINGLA AND IN 109 / 111 BREIÐHOLT 8973611

Góð 3 herb. björt íbúð m. sér garði í Seljahverfi til leigu laus strax 110þ. á mán + 3 mán í tryggingu uppl: 557 9932 / 699 3945.

Einstaklings íbúð til leigu á sv. 101. Uppl. í s. 662 4272.

Leigjendur, takið eftir!
Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

Sumarbústaðir

Er kaupandi af sumarbústaði, ekki lengri akstur en 1 klst frá Reykjavík, æskileg stærð 60 til 70 fermerar og eignarland skilyrði. Kostur væri að hitaveita væri komin. Tilboð sendist á istalehf@simnet.is

Atvinnuhúsnæði

ATH Til leigu nýl glæsil skrifstofuhúsn 100 - 200m2 eldhúsi gott aðgengi laust strax s8972908

Geymsluhúsnæði

Geymsluhúsnæðið Auðnum II, 190 Vogar.
Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar, mótorhjól ofl. Uppl. í s. 864 3176.

www.geymslaeitt.is
Sér geymslur frá 5 til 17 m2. Lágt verð. Opið 8-22. Búslóðir, lagerar, bókhald, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað. S: 564-6500

geymslur.com
Geymslur frá 3990.- kr á mán. Í Garðabæ (hjá Ikea) og Reykjavík (Fiskislóð) Upphitað, vaktað & öryggismyndavélar. S. 555 3464.

Gisting

Gisting Akureyri - Gista.is. Íbúðir í göngufæri við miðbæ. Lín og þráðlaust net. S. 694-4314.

ATVINNA

Atvinna í boði

Veislulist Skútan
Óskar eftir starfsmanni í uppvask og aðstoð í eldhús frá kl. 8-16.
Upplýsingar veitir Sigurpáll í síma 555 1810

MOSFELLS BAKARÍ

Mosfellsbakarí - Reykjavík.

Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samviskusömu fólki til starfa í afgreiðslu í verslun okkar á Háaleitisbraut 58-60.

Vinnutími er virka daga frá 13:00-18:30 og annan hvern laugardag.
Áhugasamir geta sótt um á heimasíðunni okkar, slóðin er www.mosfellsbakari.is/umsokn.asp

Kokkur óskast í kvöld- og helgar vinnu, hjá Kaffi Aroma í Hafnarf. áhugasamir hafi smabnad við Andreu: addaga@internet.is

Starfsfólk óskast, 25 ára eða eldra Dagvaktir, kvöld -og næturvaktir. Hlutastörf. Íslenskukunnátta er skilyrði. Umsóknareyðublöð á staðnum. Fljótt og Gott, Umferðamiðstöðinni.

Leita eftir bókara í tímabundið verkefni sem getur gengið frá skattaskýrslum og aðstoðað á staðnum. 616 1569.

Lagerstarfsmaður óskast
Leitum að traustum og vinnusömum starfsmanni sem er tilbúin til þess að vinna með okkur í heildsölu. Íslenskukunnátta skilyrði. áhugasamir sendi umsókn á netfangið lager@eggert.is fyrir 20. okt.

Vel launuð aukavinna á kvöldin
Okkur vantar íslenskumælandi fólk í símasölu 2-5 kvöld vikunnar frá kl.18-22. Góð laun í boði. Aldur 22+++ Uppl. í síma 699 0005 milli kl.14-19 virka daga.

Hársnyrtifólk athugið
Vegna mikilla anna vantar fólk í stólaleigu á Pýrana í Hfj. Sanngjörn leiga. Uppl. í síma 555 4292 eða 862 5006.

TILKYNNINGAR

Einkamál

SÍMAÞJÓNUSTUR

Stefnumót
905 2000 (símatorg)
535 9920 (kreditkort)
535 9923 (frítt karlar)
555 4321 (frítt konur)
Spjall
904 5454 (símatorg, karlar)
535 9940 (kreditkort karlar)
555 4321 (frítt, konur)
Gay spjall
535 9988 (kreditkort)
Sögur
905 2002 (símatorg)
535 9930 (kreditkort)
Spjalldömur
908 6000 (símatorg)
535 9999 (kreditkort)

VÍSIR.IS
"...ég sá það á vísi"

FYRIR 229 KRÓNUR FÆRÐ ÞÚ:

Stöð 2 skemmtilegri

VHS SPÓLU Í KOLAPORTINU

EÐA

FRÁBÆRA SKEMMTUN Í HEILAN SÓLARHRING FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA

Stöð 2, Stöð 2 Bíó og Stöð 2 Extra kosta aðeins 229 krónur á dag í Stöð 2 Vild.
Tryggðu þér áskrift í dag!

512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

HYUNDAI

SOUTH AFRICA 2010 FIFA WORLD CUP © 2005 FIFA TM

NÝR HYUNDAI SPORTJEPPI:

ix35

ENNEMM / SÍA / NM42717

Komdu og reynsluaktu nýjum Hyundai í dag!

ix35

Það er ekki á hverjum degi sem við kynnum jafn athyglisverðan bíl og ix35 frá Hyundai, sem er í fararbroddi bílaframleiðenda í dag. Þess vegna er það okkur mikil ánægja að bjóða þér að koma og reynsluaka ix35 og kynna þér ríkulegan búnað, vandaðan frágang og fallegt yfirbragð bílsins.

Verð **4.990.000 kr.**

Allar nánari upplýsingar á www.hyundai.is

i20

Sparneytinn og vandaður smábíll á frábæru verði.

Verð frá: 2.540.000 kr

i30

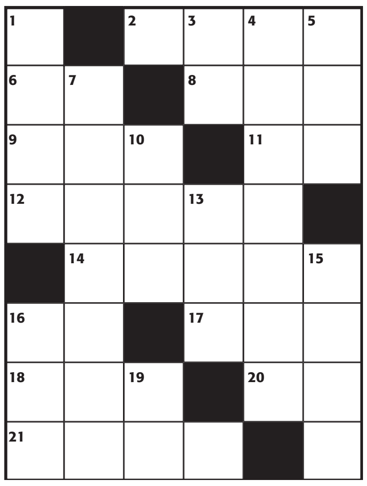
i30 er rúmgóður og vel búinn fjölskyldubíll.

Verð frá: 2.690.000 kr

B&L og Ingvar Helgason
Sævarhöfða 2 • 110 Reykjavík
525 8000 • www.bl.is • www.ih.is

INGVAR HELGASON

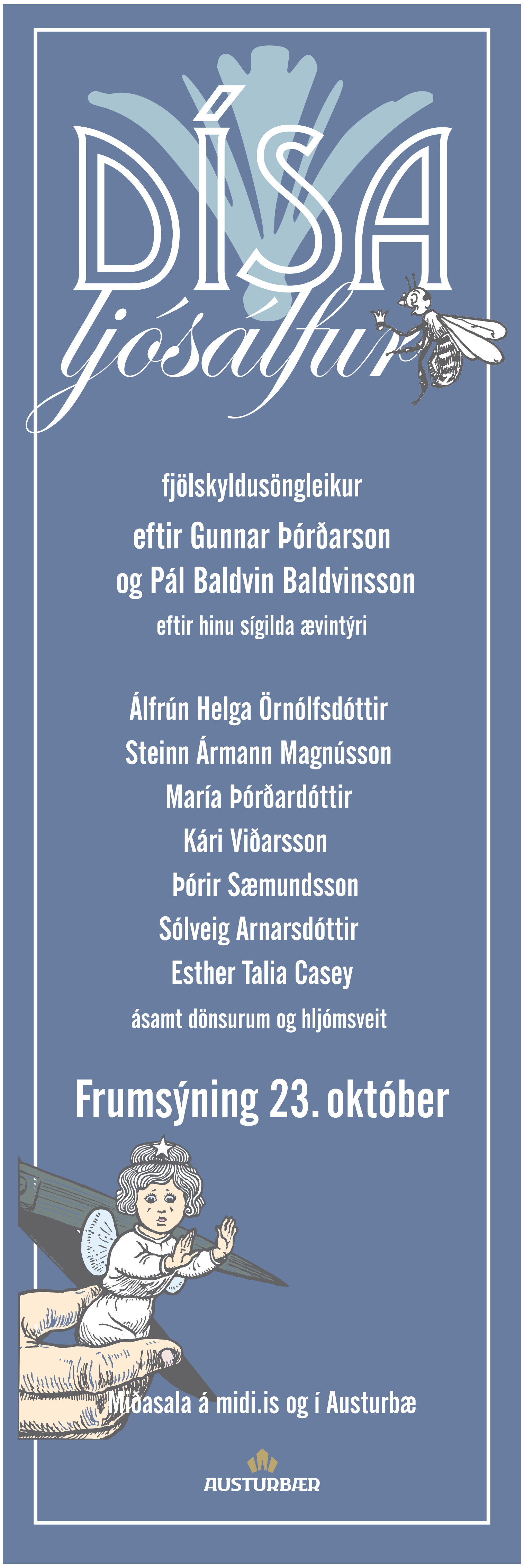
krossgáta



LÁRÉTT
2. teiknblek, **6.** í röð, **8.** tvöfalt, **9.** háttur, **11.** hreyfing, **12.** hökutoppur, **14.** vinna, **16.** tveir eins, **17.** ferð, **18.** for, **20.** hef leyfi, **21.** murra.

LÓÐRÉTT
1. líkamshluti, **3.** innan, **4.** olnbogarými, **5.** löng, **7.** kökugerð, **10.** kann, **13.** hola, **15.** fimur, **16.** efni, **19.** tveir eins.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. túss, **6.** áb, **8.** tví, **9.** lag, **11.** ið, **12.** skegg, **14.** starf, **16.** tt, **17.** túr, **18.** aur, **20.** má, **21.** urra.
LÓÐRÉTT: 1. háls, **3.** út, **4.** svigrúm, **5.** sið, **7.** bakstur, **10.** get, **13.** gat, **15.** frár, **16.** tau, **19.** rr.



Ég öfunda þig svo…

BAKÞANKAR
sr. Sigurðar Árna Þórðarsonar

Í fermingarfræðslunni í haust heyrði ég: „Ég öfunda þig svo af skónum þínum.“ „Ég öfunda þig ógeðslega af að fara í helgarferð til London!“ „Ég öfunda þig svo… af þessu… af hinu…“ Ég spurði öfundarfólkið hvað það meinti með svona setningum og ræddi svo við það um afstöðu og eðli öfundar.

MARGIR viðurkenna blygðunarlaust, að þá langi í það sem aðrir eigi. Vegna klókinda – og jafnvel líka bælingar – talaði fyrri tíðar fólk ekki um ágirndarmál sín. Málfar breytist og óvíst er að ungt fólk samtímans öfundi freklegar en foreldrar þess, afar og ömmur gerðu á sínum tíma. Kannski brann eldri kynslóðin af öfund en í leyni? Öfund gýs upp í fólki gagnvart einhverju og einhverjum, sem eru eða eiga hið eftirsóknarverða. Hún getur verið afleiðing skerts sjálfsmats. Öfund dafnar helst í skugga skorti. Öfundin er ávöxtur hinna tilfinningalega snauðu, gleðifirrtu og viskuskertu.

ÖNNUR leið? Þau sem samgleðjast eru ekki full af skorti heldur ríkidæmi nægjuseminnar og oftast líka hamingju. Við þurfum að æfa okkur að segja: „Ég samgleðst þér,“ æfa okkur að hrósa og segja: „Mikið er þetta fallegur kjóll. Þú lítur glimrandi vel út, þetta var fallega sagt…“ o.s.frv.

ÞVÍ fylgir jafnvel líkamleg vellíðan að segja: „Ég samgleðst þér.“ Þau sem gleðjast með öðrum losna úr álögum vansælu og skorts og hafa betri möguleika til lífsfyllingar og örlætis en annars væri. Þau sem lifa skort og sjá ekki út úr honum eru herpt, bæði líkamlega og tilfinningalega. Fátækur maður getur verið ríkur af lífsgæðum. Billjóner getur verið skínandi fátækur en eignasnauður getur verið auðjöfur heimsins. Allir ættu skilja bölvun skortsins, að þekkja uppsprettu efnishyggju og valdapots.

ÚTI í búð hitti ég stráka úr fermingarfræðslunni. Einn þeirra var í fallegum bol og ég sagði við hann: „Mikið er þetta flottur bolur, sem þú ert í.“ Þá gall við í einum félaganum: „Öfundarðu hann af bolnum?“ Ég áttaði mig á, að hann hafði heyrt það sem presturinn sagði og var að skemmta sér og mér með öfundarprófi. „Nei, ég öfunda hann ekki – ég samgleðst honum.“ Við getum auðveldlega dottið í öfund, sökn í ásýnd í stað hins varanlega. Æfum okkur í að samgleðjast – og hrósa líka. Þá förum við að horfa á okkur sjálf, samferðafólk okkar og lífsgæðin með augum Guðs.

myndasögur

Pondus
Eftir Frode Øverli

Gelgjan
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið
Eftir Tony Lopes

Barnalán
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Tregann vantaði

Leikhús ★★

Finnski hesturinn

Þjóðleikhúsið

Höfundur: Sirkku Peltola
Leikstjóri: María Reyndal
Helstu hlutverk: Harpa Arnardóttir, Kjartan Guðjónsson, Ólafía Hrönn Jónsdóttir, Jóhannes Haukur Jóhannesson, Þórunn Arna Kristjánsdóttir, Lára Sveinsdóttir

Það er oft verið að mala um það að Íslendingar og Finnar séu svo líkir, þeir drekki eins, og tali eins og lemji hver annan eins og gráti alveg eins. Líklega eru nokkur orð þar sönn, en hinn undirliggjandi tregi, tangó og tímaleysi skilur þjóðirnar svo sannarlega að. Þessi tregi sem getur verið ytra borð óttalegrar ólgu var því miður hvergi nálægur í uppsetningu Þjóðleikhússins á Finnska hestinum eftir Sirkku Pentola sem frumsýnd var á föstudagskvöldið.

Leikritið hefur víðast hlotið frábæra dóma, enda hugljúfur texti um lífsbaráttu við aðstæður sem stjórnað er af óskiljanlegum fjarlægum skriffinnum. Átökin við Evrópusambandið og allar þess reglur eru megininntak verksins. Fjölskylda sem lifir og húkir og hangir og þvælir saman undir einu þaki þó svo að hjónin séu skilin og ný kærasta komin í ból mannsins. Amman vomir yfir öllu og ungmennin, gelgjulegur ungur maður og táningsstelpukrakki, búa þar einnig. Hér eru upp taldar persónur verksins, að undanskilinni einni vinkonu stelpunnar sem kemur í heimsókn tvisvar sinnum.

Þegar komið var inn í Ríkisleikhús Íslendinga sat hljóðfæraleikari og lék á gítar molltóna sem leiddu mannskapinn inn í stemninguna sem aldrei varð.

Mikið er sorglegt þegar gott leikrit er sett í bullustrokkameðferð. Þegar góður texti lendir í fásinnu, þegar vel unnin þýðing hverfur bakvið innihaldsleysi orðagjálfurs sem því miður heyrist ekki nema upp þrjá til fjóra bekki.

Sirkku Petula skrifar gott leikrit og Sigurður Karlsson þýðir það vel. Innihaldið á svo sannarlega erindi við okkur Íslendinga.

Finnski hesturinn varð að kjötbollu í meðförum Þjóðleikhússins, því miður. Einhvers staðar hefur leikstjórinn misskilið þá dauðans alvöru sem í verkinu fólst. En það er einmitt kjarninn í finnskum húmor, dauðans alvara í sprenghlægilegri tilverunni.

Auðvitað var margt fyndið og oft spaugilegir sprettir. Persónurnar óborganlegar og tilsvörin hlægileg en heildin náði aldrei saman og þrátt fyrir að hver leikari reyndi eins og hann gat að móta sinn eigin karakter varð heildaryfirbragðið aulafyndni með tilheyrandi klisjum í persónusköpuninni. Ólafía Hrönn Jónsdóttir fer með hlutverk ömmunnar. Hún leikur hér nokkra áratugi upp fyrir sig í aldri og það er í stakasta lagi en stíllinn hefði mátt vera miklu hreinni, það var alveg óþarfi að vera að leika Gísla Halldórsson eða einhvern annan af þeirri leikarakynslóð. Með því að skrumskæla röddina verður hún dempuð og þar með nær hún ekki út í sal og brandararnir lenda bara á hausum fremstu bekkjanna. Þetta var því miður gegnumgangandi í sýningunni, að orðin náðu ekki eyrum áhorfenda, og það var nú ekki nógu gott þar sem textinn skiptir miklu máli.

Kjartan Guðjónsson, sem á ekki í nokkrum einustu vandræðum með að rúlla upp hvers kyns kynjakvistum, virtist hér ekki alveg vera búinn að átta sig á því hvers konar persóna þessi Lassi væri eiginlega. Harpa Arnardóttir, í hlutverki eiginkonunnar fráskildu sem angaði af svitafýlu með brjóstin hangandi niður á maga, snaraði fram persónu sem líkist um margt þeim sem við höfum séð hjá henni áður en var líka leitandi í sínum leikstíl.

Þórunn Lárusdóttir leikur ástkonuna. Kemur eins og norskur skíðakennari úr kennslumyndbandi frá sjöunda áratugnum. Passar hvergi inn, átti nú reyndar ekki að passa neitt sérlega inn. Leikmyndin er hrá og brothætt og þar með fyndin. Að vísu svolítið barnatímaleg en það gerir ekkert til.

Húsið brotnaði smám saman niður eins og sá lífsstíll sem þeim var boðaður frá Brussel. Ilmur Stefánsdóttir leikmyndahönnuður málar hér ekki aðeins upp umgjörð heldur heila sögu.

Unga fólkið á bænum er alger andstaða fullorðna fólksins. Kai, sem stelur jarðarfararpeningum ömmunnar til þess að borga mafíósum (sem hefðu átt að fá finnska hesta en hestarnir lentu í bílslysi og varð að skjóta þá og éta heima), er leikinn af Jóhannesi Hauki Jóhannessyni, sem fyllti mjög vel út í þetta lata ungmenni. Þórunn Arna Kristjánsdóttir leikur ungu stelpuna sem gerir lítið annað en að segja fucking fuck, og er leikstíllinn uppskrúfaður, sama má segja um vinkonuna sem Lára Sveinsdóttir leikur.

Búningar og lýsing þjónuðu verkinu vel. Öll ytri umgjörð var skemmtileg, það var bara leikstjórnin sem klikkaði.

Leikritið hefur líklega byrjað bakdyramegin í Þjóðleikhúsinu því að sýningu lokinni rann þar þjóðkunnur maður í hrossaskít. **Elísabet Brekkan**

Niðurstaða: Gott leikrit í uppfærslu sem missir marks.

Hlíf í Norræna húsinu

Hlíf Sigurjónsdóttir fiðluleikari leikur verk eftir Beth Anderson-Harold, J.S. Bach, Merrill Clark og Eugène Ysaÿe í Norræna húsinu á miðvikudagskvöld. Tónleikarnir eru liður í tónleikaröðinni Klassík í Vatnsmýrinni.

Hlíf hefur haldið fjölda einleikstónleika og leikið með sinfóníuhljómsveitum og kammersveitum víða um Evrópu, í Bandaríkjunum og Kanada. Í ágúst 2008 kom út tvöfaldur geisladiskur með öllum partítum og sónötum fyrir einleiksfiðlu eftir J.S. Bach í flutningi hennar. Tónleikarnir hefjast klukkan 20.

Gospelgleði fyrir Ásgarð

Gospelgleði, styrktartónleikar fyrir handverkstæðið Ásgarð, verða haldnir í Lágafellsskóla á miðvikudag. Fram koma Anna Sigga, kirkjukór Lágafellssóknar, kirkjukór Fríkirkjunnar í Hafnarfirði og kirkjukór Fríkirkjunnar í Reykjavík. Anna Sigga og félagar úr kórunum syngja einsöng og hljómsveit leikur með.

Ásgarður er verndaður vinnustaður þar sem framleiðslan er löguð að getu hvers og eins sem þar vinnur og honum hjálpað við að ná valdi á hugmyndum og verkfærum. Haraldur Sverrisson, bæjarstjóri Mosfellsbæjar, mætir á tónleikana og afhendir fulltrúa Ásgarðs peningana sem safnast.

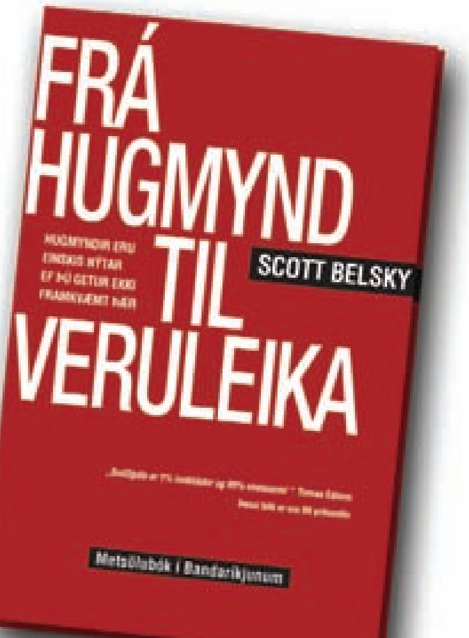
Tónleikarnir hefjast klukkan 20. Aðgangseyrir er 1.500 krónur og er aðeins tekið við reiðufé.

SCOTT BELSKY

FRÁ HUGMYND TIL VERULEIKA

Morgunverðarfundur

í Salnum Kópavogi á föstudag kl. 8:30-10:00



HUGMYNDIR ERU
EINSKIS NÝTAR EF ÞÚ GETUR EKKI
FRAMKVÆMT ÞÆR

Aðgangseyrir kr. 15.000. Innifalið: Bókin **Frá hugmynd til veruleika** og morgunverður (kl. 8:00-8:30).

MIÐASALA: Sögur útgáfa · www.sogurutgafa.is
pöntun@sogurutgafa.is · Sími 557-3100

ÍMARK
Saga Capital
capacent
365
sögur ÚTGÁFA

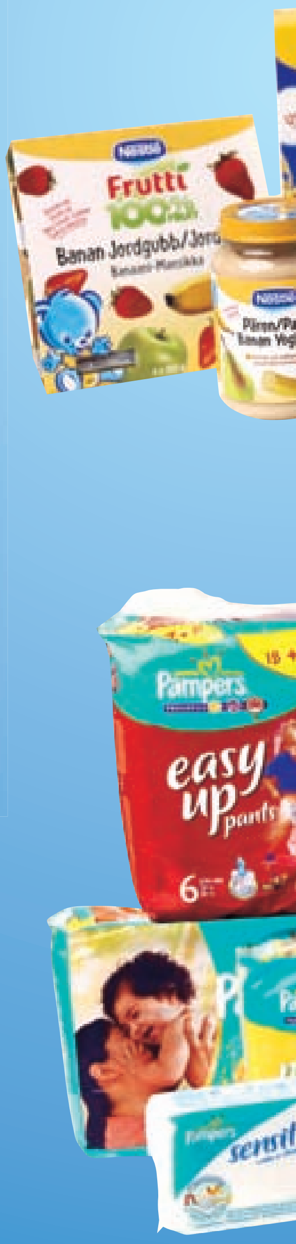
Belsky gaf út metsölubókina **MAKING IDEAS HAPPEN** í vor og kemur hún nú út í íslenskri þýðingu.

Láttu ekki aðra ákveða fyrir þig!

HOLLE lífrænn barnamatur
22 tegundir

HIPP lífrænn barnamatur
40 tegundir

GERBER barnamatur
19 tegundir



EUROSHOPPER bleiur
frábært verð

LIBERO bleiur
9 tegundir

24 Hagkaup
OPIÐ
ALLAN sólarhringinn
Skeifan & Garðabær

ALVÖRU ÚRVAL

OBBODLEGA MIKID...

NESTLÉ barnamatur
27 tegundir

COW&GATE barnamatur
39 tegundir

PAMPERS bleiur
16 tegundir

HUGGIES bleiur
10 tegundir

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

ÞRIÐJUDAGAR ERU TILBOÐSDAGAR!

SMÁRABÍÓ SÍMI 564 0000

SOCIAL NETWORK	kl. 5.20 - 8 - 10.35	7
SOCIAL NETWORK LÚXUS	kl. 5.20 - 8 - 10.35	7
THE AMERICAN	kl. 8 - 10.20	14
BRIM	kl. 4 - 6 - 8	12
EAT PRAY LOVE	kl. 5 - 8	L
PIRANHA 3D	kl. 10.45	16
WALL STREET 2	kl. 10	L
AULINN ÉG 3D	kl. 3.40 - 5.50	L

HÁSKÓLABÍÓ SÍMI 530 1919

SOCIAL NETWORK	kl. 6 - 9	7
BRIM	kl. 6 - 8 - 10	12
EAT PRAY LOVE	kl. 6 - 9	L
SUMARLANDIÐ	kl. 6 - 8	L
WALL STREET 2	kl. 10	L

BORGARBÍÓ SÍMI 462 3500

SOCIAL NETWORK	kl. 8 - 10.30	7
BRIM	kl. 5.30	L
THE AMERICAN	kl. 10.30	14
EAT PRAY LOVE	kl. 5.30 - 8	L

facebook.com/smarabio AUKAKRÓNUR 5%

ATH: Tilboðin gilda ekki í Borgarbíói

NÝTT Í BÍÓ LAUGARÁSBÍÓ Sími: 553 2075 - bara lúxus

TILBOÐ í bíó. Gildir á allar sýningar dagsins.

LAUGARÁSBÍÓ SÝNINGARTÍMAR

THE SOCIAL NETWORK	5, 7.30 og 10	7
DINNER FOR SCHMUCKS	5.45, 8 og 10.20	7
THE AMERICAN	8 og 10.20	14
AULINN ÉG 3D	6	L

BESTA SKEMMTUNIN SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

ÓRÓI	kl. 5:50 - 8 - 10:20	10
THE TOWN	kl. 6 - 8 - 10:40	16
THE TOWN	kl. 8 - 10:40	VIP
FURRY VENGEANCE	kl. 6 - 8	L
DINNER FOR SCHMUCKS	kl. 5:40 - 8 - 10:20	7
SOLOMON KANE	kl. 10:20	16
SOLOMON KANE	kl. 5:40	VIP
GOING THE DISTANCE	kl. 8:30 - 10:40	L
ALGJÖR SVEPPI-3D	kl. 6	L

SAMBÍÓIN SELFOSSI

ÓRÓI	kl. 8 - 10:20	10
DINNER FOR SCHMUCKS	kl. 5:50 - 8 - 10:20	7

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI

ÓRÓI	kl. 5:50 - 8 - 10:20	10
THE TOWN	kl. 8 - 10:40	16
FURRY VENGEANCE	kl. 6	L
ALGJÖR SVEPPI-3D	kl. 6	L
STEP UP 3	kl. 8	7
INCEPTION Sýnd í síðasta sinn 21.okt.	kl. 10:10	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI

FURRY VENGEANCE	kl. 6	L
ÓRÓI	kl. 8 - 10	10
ALGJÖR SVEPPI	kl. 6	L
THE TOWN	kl. 8 - 10:30	16

Litli vinurinn skaddaður

Kvikmyndin Jackass 3D verður frumsýnd um helgina. Að því tilefni hefur Johnny Knoxville, forsprakki hópsins, upplýst að litli vinurinn hans í suðri hafi komið illa út úr hamaganginum við framleiðslu Jackass-myndanna.

„Hann lítur út eins og tuggið hundaleikfang,“ sagði Knoxville um fjölskyldudjásnið. „Vinurinn brotnaði fyrir þremur árum þegar ég var að reyna stökk aftur á bak á mótorhjóli. Það hjálpaði ekki til við að láta hann líta vel út – en hann er samt frekar sætur. Ég þarf ennþá að nota hjálpartæki til að pissa og það eru liðin þrjú ár.“

Bam Margera, Íslandsvinur og félagi Knoxville í Jackass-genginu, segir aðeins einn mann koma vel út úr myndinni og hann heitir Chris Pontius. „Hann var í atriði sem heitir „Þyrluspaðinn“ þar sem hann batt band utan um vininn og í fjarstýrða þyrlu. Bandið rifnaði svo harkalega af að vinurinn stækkaði um þrjá sentimetra!“

ÁTS! Johnny Knoxville segir litla vininn sinn vera afskaplega illa leikinn eftir ævintýri síðustu ára.

Þóra fagnaði bók sinni

Fjölmiðlakonan Þóra Sigurðardóttir fagnaði útkomu bókarinnar, Foreldrahandbókin, síðastliðinn fimmtudag. Fjölmargir lögðu leið sína í útgáfugleðina sem haldin var í bókabúð Máls og menningar. Eins og nafnið gefur til kynna er bókin handleiðslubók fyrir foreldra þar sem reynslusögum er blandað saman við fróðleiksmola frá sérfræðingum.

Fjölmiðlakonan og rithöfundurinn Þóra Sigurðardóttir með blóm og bros á vör í útgáfugleðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Þau Darri Johansen og Dögg Hjaltalín, verslunarstjóri í Máli og menningu, voru mætt.

María Rut Beck og Anna Lea Friðriksdóttir létu sig ekki vanta.

Stöllurnar Kristín Þorláksdóttir og Hildur Erna brosmildar í bókabúðinni.

BÍÓ ★ PARADÍS Sjáðu sýningartíma á midi.is og bioparadis.is

MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR WWW.BIOPARADIS.IS / MIDI.IS

Samningaviðræður Íslands við ESB

Ísland í ESB - að vera eða vera ekki - frjálst val sjálfstæðrar þjóðar

Pat Cox er forseti European Movement International. Hann sat á írska þinginu 1989-1994 og síðar á Evrópuþinginu 1989-2004 þar sem hann var forseti 2002-2004. Hann stýrði já-hreyfingunni á Írlandi þegar Lissabon sáttmálinn var samþykktur.

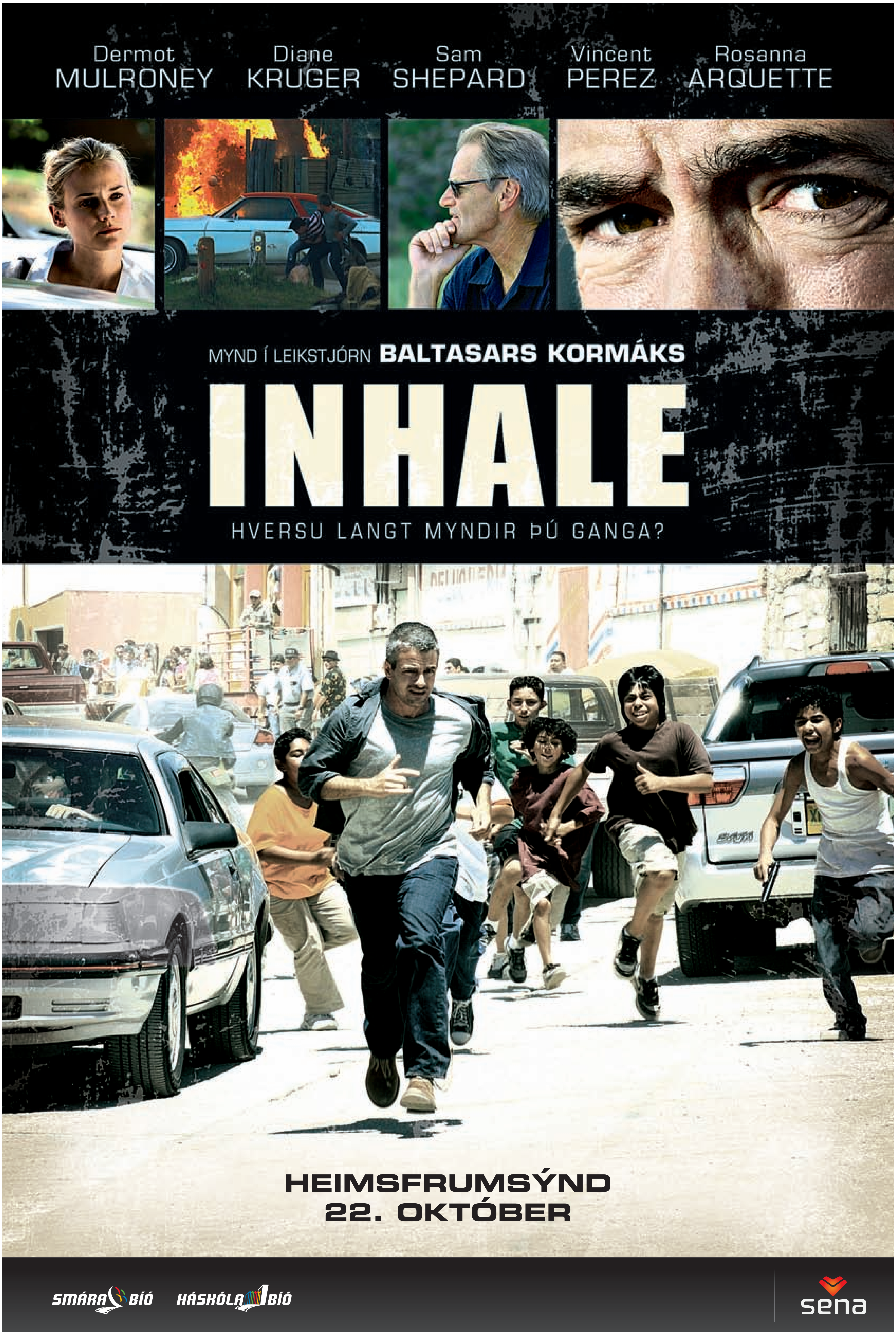
Pat Cox heldur erindi í **hátíðarsal Háskóla Íslands miðvikudaginn 20. október kl. 13.** Fundurinn er öllum opinn.

Eftir erindið verða fyrirspurnir og umræður.
Fundarstjóri er Pia Hansson, forstöðumaður Alþjóðamálastofnunar HÍ.

Nánari upplýsingar á **www.sterkaraisland.is**

ALÞJÓÐAMÁLASTOFNUN RANNSÓKNASETUR UM SMÁRÍKI

STERKARA ÍSLAND – þjóð meðal þjóða


Dermot MULRONEY
Diane KRUGER
Sam SHEPARD
Vincent PEREZ
Rosanna ARQUETTE
MYND Í LEIKSTJÓRN BALTASARS KORMÁKS
INHALE
HVERSU LANGT MYNDIR ÞÚ GANGA?
HEIMSFRUMSÝND
22. OKTÓBER
SMÁRA BÍÓ
HÁSKÓLA BÍÓ
sena

sport

sport@frettabladid.is

ÞÓRUNN HELGA JÓNSDÓTTIR var Suður-Ameríkumeistari með brasilíska liðinu Santos í fyrrinótt en þetta er annað árið í röð sem hún vinnur þennan eftirsótta titil með félaginu. Santos-liðið vann 1-0 sigur á Everton frá Chile í úrslitaleiknum og lék Þórunn Helga allan leikinn en sigurmarkið kom beint úr aukaspyrnu á lokamínútu leiksins.

EKKI TIL SÖLU Daníel Laxdal er ekki til sölu og KR fékk ekki að kaupa hann. Daníel á eitt ár eftir af samningi sínum við Stjörnuna. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Óvissa með framtíð Marks Rutgers hjá KR:

Stjarnan vildi ekki selja Daníel til KR

FÓTBOLTI KR-ingar eru farnir að huga að næsta sumri. Einhverjar breytingar verða á leikmannahópi liðsins en meðal annars vantar nýjan markvörð. Hannes Þór Halldórsson, markvörður Fram, er sterklega orðaður við félagið en Lars Ivar Moldsked kemur ekki aftur næsta sumar.

Svo er óvissa með framtíð Hollendingsins Mark Rutgers hjá félaginu. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins sagði KR upp launalið samningsins við Rutgers og reyndi að fá Daníel Laxdal frá Stjörnunni. Það gekk ekki eftir, þar sem Stjarnan vildi ekki selja fyrirliðann sinn.

Þó svo að Rutgers þurfi að endursemja við KR hefur hann áhuga á að spila áfram með liðinu. Viðræður um nýjan samning standa yfir og ættu þau mál að skýrast á næstu dögum.

KR er einnig eitt þeirra félaga sem hafa áhuga á að fá Hólmar Örn Rúnarsson. FH hefur einnig áhuga og svo vill Keflavík að sjálfsögðu halda honum. Hólmar sagði við Fréttablaðið í gær að hann ætlaði sér að skoða möguleika erlendis áður en hann semdi við lið á Íslandi.

Hann sagði það ekki vera sjálfgefið að hann yrði áfram í Keflavík. **- hbg**

Þriðja umferð Meistaradeildarinnar hefst í kvöld:

Risaleikur á Bernabéu

FÓTBOLTI Þriðja umferð Meistaradeildar Evrópu hefst í kvöld í riðlum E til H en stórleikur kvöldsins verður spilaður á Santiago Bernabéu í Madríd þar sem Real Madrid tekur á móti AC Milan.

Real Madrid hefur unnið tvo fyrstu leiki sína í Meistaradeildinni og vann 4-1 sigur á Malaga í spænsku deildinni um síðustu helgi. „Þetta er einn af leikjunum sem allir leikmenn vilja spila og allir fótboltaáhugamenn vilja sjá,“ sagði Iker Casillas, fyrirliði og markvörður Real (til hægri). „Þetta er fyrsti alvöru leikurinn okkar á tímabilinu,“ sagði Casillas, en AC Milan er tveimur stigum á eftir Real.

Arsenal fær góðan kunningja í heimsókn á Emirates þegar toppliðin í H-riðlinum mætast. Eduardo da Silva snýr þá aftur aðeins þremur mánuðum eftir að Arsenal seldi hann til Shakhtar Donetsk. „Áður en það var dregið í riðlana var mig farið að dreyma um að fá að mæta Arsenal og spila fyrir framan stuðningsmennina á Emirates,“ sagði Eduardo, sem hefur reyndar aðeins spilað í 15 mínútur í fyrstu tveimur leikjum Shakhtar, sem úkraínska liðið hefur unnið með markatölunni 4-0.

Chelsea fær að margra mati fyrsta alvöru prófið í Meistaradeildinni þegar liðið heimsækir Spartak á Luzhniki-leikvanginn í Moskvu. Bæði liðin hafa unnið tvo fyrstu leiki sína. Þetta gæti einnig orðið tækifæri fyrir marga leikmenn Chelsea til að skipta út slæmum minningum frá Moskvu, en þetta er fyrsti leikur Chelsea í höfuðborg Rússlands síðan liðið tapaði í vítakeppni á móti Manchester United í úrslitaleik Meistaradeildarinnar árið 2008. **- óój**

FYLKIR

Aðalfundur Knattspyrnudeildar Fylkis 2010

Aðalfundur Knattspyrnudeildar Fylkis verður haldinn í Fylkishöll þriðjudaginn 2. nóvember 2010 kl. 20.30.

Dagskrá;

1. Venjuleg aðalfundarstörf
2. Önnur mál

Stjórn Knattspyrnudeildar Fylkis.

Er Rooney næstur undir öxina hjá Ferguson?

Það var um fátt annað fjallað í breskum miðlum í gær en framtíð Wayne Rooney. Samningaviðræður hans við félagið hafa siglt í strand, hann er lentur upp á kant við stjórann, Sir Alex Ferguson, og er sagður vilja yfirgefa félagið.

FÓTBOLTI Sir Alex Ferguson, stjóri Manchester Utd, er harður í horn að taka og hefur alla tíð verið óhræddur við að taka á stjörnum liðsins. Þannig hafa leikmenn á borð við David Beckham og Jaap Stam verið seldir frá félaginu eftir að þeir lentu upp á kant við stjórann.

Sagan gæti verið að endurtaka sig eina ferðina enn því hermt var í breskum fjölmiðlum í gær að Wayne Rooney hefði farið fram á að vera seldur frá félaginu. Man. Utd var fljótt að senda frá sér yfirlýsingu í kjölfarið þar sem félagið þvertók fyrir þann möguleika að selja leikmanninn í janúar.

Staðan er mjög viðkvæm enda á Rooney rúmlega eitt og hálft ár eftir af samningi sínum við félagið. Viðræður um nýjan samning eru ekki lengur í gangi og Rooney vill ekki semja.

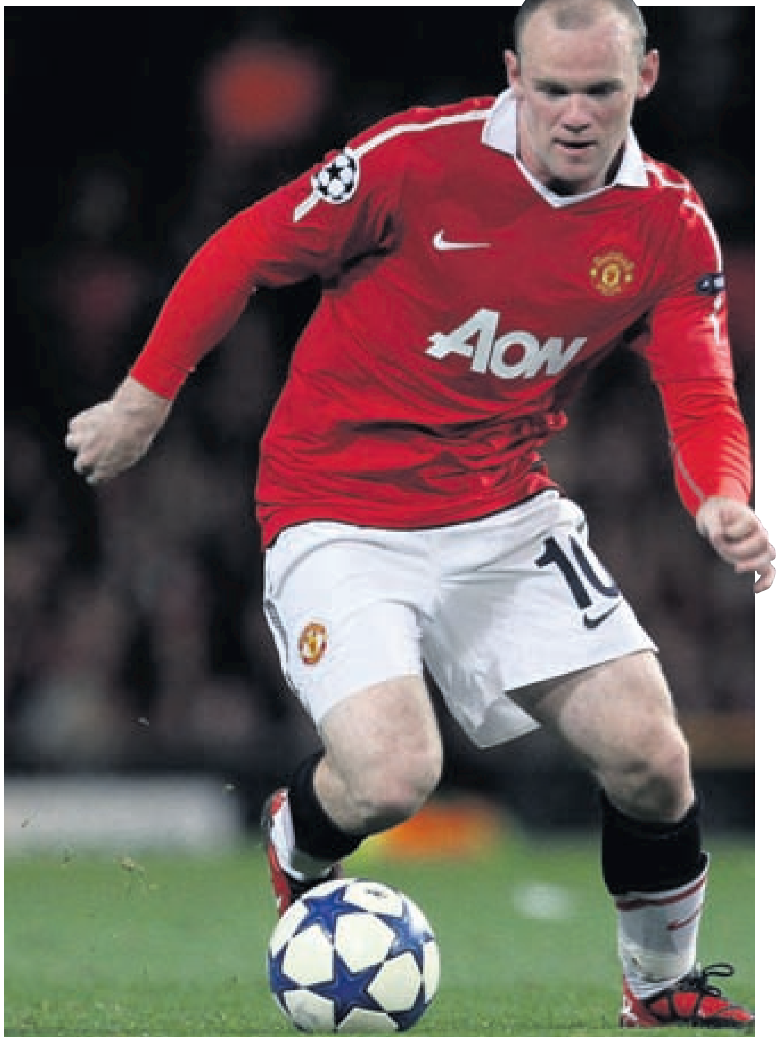
Verði ekki samið við Rooney þarf United að selja hann í janúar eða næsta sumar. Annars mun félagið missa hann án þess að fá pund fyrir.

Samband Rooney og Sir Alex Ferguson, stjóra félagsins, er víst orðið mjög stirt. Ferguson hélt því fram um daginn að Rooney gæti ekki spilað vegna ökklameiðsla en Rooney upplýsti síðar að það væri nákvæmlega ekkert að honum. Hann gæti vel spilað.

Ferguson henti honum í kjölfarið á bekkinn um helgina gegn WBA. Talið er að þeir hafi rifist heiftarlega og Rooney sé búinn að fá nóg. Hann vilji fara.

Síðustu mánuðir hafa ekki verið góðir fyrir Rooney. Hann olli gríðarlegum vonbrigðum á HM eftir að hafa átt ótrúlegt tímabil með United.

Síðan komst upp að hann hefði keypt sér þjónustu vændiskvenna og ofan á allt hefur hann ekkert getað á fótboltavellinum síðustu vikur.



BÚIÐ SPIL? Það mun reyna á forráðamenn Man. Utd að bera klæði á vopnin hjá Rooney og Ferguson næstu daga. Mikið er í húfi. NORDIC PHOTOS/GETTY

Það yrði gríðarlegt áfall fyrir United að missa Rooney, enda var það hans hlutverk að leiða liðið eftir að það seldi Cristiano Ronaldo til Real Madrid fyrir metfé.

Það er þó ekki á vísan að róa þegar Ferguson er annars vegar. Það geta David Beckham, Jaap Stam, Paul Ince og Ruud van Nistelrooy vitnað um.

henry@frettabladid.is

Sonur Tómasar Holton tryggði Örvari fyrsta sigurinn sem þjálfara Fjölnis:

Dramatískur sigur í fyrsta leik

KÖRFUBOLTI Fjölnir vann fyrsta leikinn sinn undir stjórn Örvars Þórs Kristjánssonar og Stjörnumenn unnu sinn fyrsta sigur frá upphafi í Keflavík, en ÍR-ingar misstu hins vegar frá sér fyrsta sigur sinn í vetur þegar þriðja umferð Iceland Express-deildar kláraðist í gær.

Sonur Tómasar Holton, fyrirrennara Örvars Þórs Krisjánssonar, nýs þjálfara Fjölnis, var hetjan í dramatískum 81-80 sigri Fjölnismanna á Hamri í Grafarvogi í gær. Tómas Heiðar Tómasson kláraði Hamarsliðið á báðum endum

Stigahæstir í gær

Fjölnir-Hamar 81-80 (41-52)
Ben Stywall 22 (10 frák.), Ægir Þór Steinarsson 19 (9 frák./7 stoðs.), Tómas Heiðar Tómasson 15 - Andre Dabney 29, Darri Hilmarsson 22, Ellert Arnarson 10.

Keflavík-Stjarnan 69-78 (32-38)
Gunnar Einarsson 18, Hörður Axel Vilhjálmsson 17, Sigurður Gunnar Þorsteinsson 16 - Jovan Zdravevski 21 (11 frák.), Marvin Valdimarsson 17.

KFÍ-ÍR 107-97 (37-45, 91-91)
Craig Schoen 32 (7 frák./9 stoðs./9 stolnir), Nebojsa Knezevic 26 - Kelly Biedler 32 (17 frák.), Nemanja Sovic 23, Karolis Marcinkevicius 13.

HETJAN Tómas Heiðar Tómasson verst hér Ellert Arnarsyni. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

vallarins á æsispennandi lokasekúndum leiksins. Hann skoraði fyrst sigurkörfuna 50 sekúndum fyrir leikslok og varði síðan lokaskot leiksins frá Andre Dabney.

Örvar Þór tók við liði Fjölnis af Tómasi Holton fyrir helgi og það byrjaði ekki vel því Hamarsmenn skoruðu að vild í fyrsta leikhlutanum og voru sextán stigum yfir við lok hans, 18-34.

Fjölnisliðið gafst hins vegar ekki upp og vann sig hægt og rólega inn í leikinn. Hamar var ellefu stigum yfir í hálfleik, 41-52, og fimm stigum yfir fyrir lokaleikhlutann, 64-69. Fjölnismenn skoruðu fyrstu þrjú stig fjórða leikhlutans og leikurinn var síðan æsispennandi allan lokaleikhlutann.

Tómas kom Fjölni í 81-80 þegar 40 sekúndur voru eftir og Andre Dabney fékk síðan tvö tækifæri til að tryggja Hamri sigur. Fyrst klikkaði hann á þriggja stiga skoti en Darri Hilmarsson náði þá sóknarfrákastinu. Dabney reyndi að fara nær körfunni til þess að ná lokaskotinu en þar beið Tómas, varði skotið og tryggði Fjölni fyrsta sigur hans á tímabilinu.

Stjörnumenn unnu sinn annan sigur í röð þegar liðið vann 78-69 sigur á Keflavík í Keflavík þar sem góðir endasprettir Garðbæinga í öllum fjórum leikhlutunum lögðu grunninn að sigrinum. Þetta var fyrsti sigur Garðbæinga í Keflavík en Keflvíkingar töpuðu þarna sínum öðrum leik í röð.

KFÍ tryggði sér síðan 107-97 sigur á ÍR eftir framlengingu eftir að staðan var 91-91 í lok fjórða leikhluta. ÍR var yfir nær allan leikinn en missti niður átta stiga forskot á síðustu 93 sekúndunum og hefur því tapað fyrstu þremur leikjum tímabilsins. **- óój**

KULDADAGAR
CATMANDOO
ZO·ON ICELAND
THE NORTH FACE
CINTAMANI
DIDRIKSONS1913
HH HELLY HANSEN
SURFANIC
KETCH
20% afsláttur
af barnakuldagöllum, barnaúlpum, herraúlpum og dömuúlpum
- frá þriðjudegi til sunnudags
HOLTAGÖRÐUM • GLÆSIBÆ • KRINGLUNNI • SMÁRALIND • WWW.UTILIF.IS
ÚTILÍF

> Courteney Cox

„Ég hef engan tíma fyrir yfirborðskennda vini. Ef maður væri mjög einmana myndi maður kannski hringja í slíkan vin en ef ekki, hver er tilgangurinn?“

Courteney Cox leikur aðalhlutverkið í sjónvarpsþættinum Cougar Town sem er á dagskrá Stöðvar 2 í kvöld kl. 21.00.

dagskrá

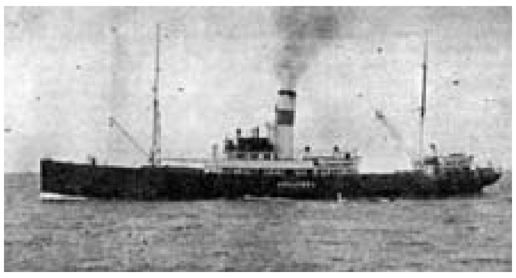
VIÐ TÆKIÐ RAGNHEIÐUR TRYGGVADÓTTIR UPPLIFIR STRÍÐSÁRIN

Endursýningar eru ekki alslæmar

Endursýningar Ríkissjónvarpsins á hinum ýmsu þáttum hafa orðið til þess að margir nenna varla að kveikja á sjónvarpinu lengur. Endursýningar eru þó ekki alslæmar, stundum er eitthvað sýnt sem maður missti af á sínum tíma. Ég missti til dæmis af áramótaskaupinu 2008. Sá það svo endursýnt og skemmti mér hið besta.

Um daginn datt ég líka inn í mjög svo áhugaverðan heimildarþátt um stríðsárin á Íslandi. Sögulegir þættir eru skemmtilegir. Ég kom inn í miðjan þátt þar sem rætt var við eldri hjón, íslenska konu og amerískan hermann. Þau höfðu kynnst á stríðsárunum, orðið ástfangin og gengið í hjónaband. Konan lýsti aðkasti sem hún varð fyrir þegar hún sást með kærastanum úti á götu en gangandi vegfarendur hreyttu í hana fúkyrðum á förnum vegi. Sjálfur sagðist hann ekki muna eftir að gerð hefðu verið að honum hróp, enda skildi hann ekki stakt orð í íslensku. Bæði breskir og bandarískir hermenn sem voru víða um Ísland á stríðsárunum lýstu því hve mikið þeim hefði leiðst, ungum mönnunum, föstum á hjara veraldar fjarri ættingjum og vinum. Einn sagði að í raun hefði átt að heiðra þá fyrir að hafa lifað leiðindin á Íslandi af.

Ég dauðsá eftir að hafa ekki kveikt fyrr á sjónvarpinu. Ég verð bara að treysta á að þátturinn verði endursýndur einhvern daginn, aftur. Það hlýtur að koma að því.



GOÐAFOSS Skipinu Goðafossi var sökkt á stríðsárunum. Áhugaverður heimildarþáttur um stríðsárin á Íslandi var á skjánum um daginn.

SJÓNVARPIÐ

16.15 Ást við fyrstu heyrn - Manuela Wiesler Frá 1994.
17.00 Handboltinn Fjallað verður um leiki í N1-deildinni í handbolta. e.
17.20 Táknmálsfréttir
17.30 Chris á skólabekk (3:3) e.
18.00 Friðþjófur forvitni (7:20)
18.25 Hundaþúfan (5:6) (Doghill)
18.30 Kobbi gegn kisa (1:13)
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
20.05 Skólaklíkur (24:34) (Greek) Bandarísk þáttaröð um systkinin Rusty og Casey Cartwright og fjörugt félagslíf þeirra í háskóla.
20.50 Önnumatur (4:9) (AnneMad) Í þessari dönsku matreiðsluþáttaröð töfrar kokkurinn Anne Hjernøe fram kræsingar.
21.25 Návígi Viðtalsþáttur Þórhalls Gunnarssonar.
22.00 Tíufréttir
22.10 Veðurfréttir
22.20 Luther (1:6) (Luther) Breskur sakamálaflokkur um harðsnúnu lögguna Luther.
23.15 Refsiréttur (4:5) (Criminal Justice) Bresk sakamálasyrpa í fimm þáttum. e.
00.15 Kastljós Endursýndur þáttur.
00.40 Fréttir Endursýndur fréttatími frá klukkan tíu.
00.50 Dagskrárlok

BÍÓ

08.00 Top Secret (Hernaðarleyndarmál)
10.00 There's Something About Mary
12.00 Speed Racer (Kappakstursheтjan)
14.10 Top Secret (Hernaðarleyndarmál)
16.00 There's Something About Mary
18.00 Speed Racer (Kappakstursheтjan)
20.10 The Love Guru (Ástargúrúinn)
22.00 Go (Farðu!)
00.00 Snakes on a Plane
02.00 The Last Time
04.00 Go (Farðu!)
06.00 You Don't Mess with the Zohan

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.15 Oprah (Oprah)
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 The Doctors
10.20 That Mitchell and Webb Look (2.6)
10.55 Wipeout USA (Buslugangur USA)
11.45 Monk (3:16) (Monk)
12.35 Nágrannar
13.00 Frasier (21:24)
13.25 No Reservations (Allt uppbókað) Rómantísk gamanmynd.
15.05 Sjáðu
15.30 Ben 10
15.55 Barnatími Stöðvar 2
17.08 Bold and the Beautiful
17.33 Nágrannar
17.58 The Simpsons (20:21)
18.23 Veður
18.30 Fréttir og Ísland í dag
19.20 Two and a Half Men (24:24)
19.45 How I Met Your Mother (22:22)
20.10 The Middle (12:24) (Miðjumoð)
20.35 The New Adventures of Old Christine (14:22)
21.00 Cougar Town (19:24)
21.25 White Collar (Hvítflibbaglæpir) Spennu- og gamanþáttur.
22.10 The Shield (7:13) (Sérsveitin) Sjöunda spennuþáttaröðin um lögreglulið í Los Angeles.
22.55 Daily Show: Global Edition
23.20 Pretty Little Liars (7:22)
00.05 Grey's Anatomy (3:22)
00.55 Medium (4:22)
01.40 Cathouse: What's on the Menu? Þátturinn er stranglega bannaður börnum og ekki fyrir viðkvæma.
02.10 Nip/Tuck (3.19)
02.50 Silent Hill (Kyrrafell) Hrollvekjandi spennutryllir byggður á samnefndum tölvuleik.
04.50 White Collar
05.35 Fréttir og Ísland í dag Endursýnt frá því fyrr í kvöld.

SPORT *besta sætið*

14.25 PGA Tour Highlights Skyggnst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni í golfi.
15.20 Á vellinum Virkilega skemmtilegur þáttur þar sem barna- og unglingastarfi er veitt athygli.
15.50 Fréttaþáttur Meistaradeild Skyggnst á bak við tjöldin hjá liðunum sem leika í Meistaradeild Evrópu.
16.20 Meistaradeild Evrópu (Spartak Moskva - Chelsea)
18.20 Meistaradeild Evrópu / Upphitun Hitað upp fyrir leiki kvöldsins í Meistaradeild Evrópu.
18.30 Meistaradeild Evrópu (Real Madrid - Milan)
20.40 Meistaradeild Evrópu (Meistaramörk) Sýnt frá öllum leikjunum í Meistaradeild Evrópu i knattspyrnu. Öll helstu tilþrifin og umdeildu atvikin á einum stað.
21.20 Meistaradeild Evrópu (Arsenal - Shakhtar Donestsk)
23.10 Meistaradeild Evrópu (Bayern - Cluj)
01.00 Meistaradeild Evrópu (Spartak Moskva - Chelsea)
02.50 Meistaradeild Evrópu (Meistaramörk)

SPORT 2 *enski boltinn*

07.00 Enska úrvalsdeildin (Blackburn - Sunderland)
14.10 Enska úrvalsdeildin (Aston Villa - Chelsea)
15.55 Enska úrvalsdeildin (Fulham - Tottenham)
17.40 Premier League Review
18.35 Football Legends (Diego Simeone) Argentínumaðurinn Diego Simeone er hvað frægastur fyrir að hafa fiskað David Beckham af velli á HM 1998 í Frakklandi en þessi magnaði leikmaður verður kynntur nánar í þessum frábæra þætti.
19.00 Enska úrvalsdeildin (Everton - Liverpool)
20.45 Enska úrvalsdeildin (Blackpool - Man. City)
22.30 Ensku mörkin Sýnt frá öllum leikjunum í ensku úrvalsdeildinni.
23.00 Enska úrvalsdeildin (Man. Utd. - WBA)

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
07.20 Spjallið með Sölva (4:13) (e)
08.00 Dr. Phil (e)
08.40 Rachael Ray (e)
09.25 Pepsi MAX tónlist
12.00 Spjallið með Sölva (4:13) (e)
12.40 Pepsi MAX tónlist
15.50 Game Tíví (5:14) (e)
16.20 Rachael Ray
17.05 Dr. Phil
17.45 Parenthood (2:13) (e)
18.30 Fyndnar fjölskyldumyndir (3:10) (e)
18.55 Real Hustle (5:8)
19.20 Rules of Engagement (3:13) (e)
19.45 Whose Line is it Anyway (9:20)
20.10 The Marriage Ref (6:12)
21.00 Nýtt útlit (5:12) Hárgreiðslu- og förðunarmeistarinn Karl Berndsen veitir venjulegu fólki nýtt útlit, allt frá förðun til fata.
21.50 Nurse Jackie (3:12)
22.20 United States of Tara (3:12)
22.50 Jay Leno
23.35 CSI: New York (12:23) (e) Bandarísk sakamálasería.
00.25 Sordid Lives (6:12) (e) Bandarísk gamanþáttaröð.
00.50 CSI: New York (23:25) (e)
01.35 Nurse Jackie (3:12) (e)
02.05 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America
17.25 Golfing World (e)
18.15 Golfing World
19.05 PGA Tour Yearbooks (3.10) Samantekt á því besta sem gerðist á PGA Tour árið 2002.
20.00 PGA Grand Slam of Golf (1.2) Sigurvegararnir á risamótunum fjórum eigast við á árlegu móti.
23.00 Ryder Cup Official Film 1999 (e)
00.35 Golfing World (e)
01.35 ESPN America

EXTRA

19.00 The Doctors (Heimilislæknar)
19.40 Gossip Girl (7.22) (Blaðurskjóðan) Þriðja þáttaröðin um líf ungra og fordekraðra krakka sem búa á Manhattan í New York.
20.25 Little Britain 1 (8:8) (Litla Bretland) Stöð 2 rifjar nú upp þættina sem slógu svo rækilega í gegn.
21.00 Fréttir Stöðvar 2
21.25 Ísland í dag
21.50 V (6:12) (Gestirnir) Vandaðir spennuþættir sem segja á afar raunverulegan hátt frá því þegar nokkur risavaxin geimskip taka sér stöðu yfir stærstu borgum heims.
22.35 The Event (4:13) (Viðburðurinn) Hörkuspennandi þættir um venjulegan, ungan mann sem lendir í þeirri skelfilegu lífsreynslu að kærustunni hans er rænt.
23.20 Dollhouse (3:13) (Brúðuhúsið) Spennuþáttaröð sem gerist í náinni framtíð þar sem skotið hafa upp kollinum undirheimafyrirtæki sem gera út sérstaka málaliða.
00.10 Gossip Girl (7:22) (Blaðurskjóðan)
00.55 Little Britain 1 (8:8)
01.25 The Doctors
02.05 Sjáðu
02.35 Fréttir Stöðvar 2
03.25 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

N4

18.15 Að norðan með Hildu Jönu Gísladóttur Fjölbreyttur þáttur um norðlenskt mannlíf.

ÍNN

20.00 Hrafnaþing Aðalsteinn Steinþórsson framkvæmdastjóri Lyfjavers.
21.00 Græðlingur Gurrý að ljúka haustverkum.
21.30 Svartar tungur Birkir Jón, Sigmundur Ernir og Tryggvi Þór skoða þingmál í brennidepli.

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

ÚTVARP FM

FM 88,5 XA-Radíó	**FM 90,9** Gullbylgjan	**FM 93,5** Rás 1	**FM 96,3** FM Suðurland	**FM 97,7** X-ið	**FM 99,4** Útvarp Saga	**FM 102,9** Lindin
FM 90,1 Rás 2	**FM 91,9** Kaninn	**FM 95,7** FM957	**FM 96,7** Létt Bylgjan	**FM 98,9** Bylgjan	**FM 102,2** Útvarp Latibær	**FM 105,5** Útvarp Boðun

Í KVÖLD

STÖÐ 2 SPORT KL. 18.30

Meistaradeild Evrópu

Real Madrid tekur á móti AC Milan í G-riðli Meistaradeildar Evrópu í kvöld. José Mourinho stjórnar Real Madrid eftir að hafa stýrt Inter til sigurs í Meistaradeildinni á síðasta tímabili. Hann vill vafalítið endurtaka leikinn með Real Madrid en til þess þarf að hann að ná góðum úrslitum gegn Milan á heimavellinum Bernabeu í kvöld.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.39 Morgunútvarp hefst **06.40** Veðurfregnir **06.50** Bæn **07.00** Fréttir **07.03** Vítt og breitt **07.30** Fréttayfirlit **08.00** Morgunfréttir **08.05** Morgunstund með KK **08.30** Fréttayfirlit **09.00** Fréttir **09.05** Okkar á milli **09.45** Morgunleikfimi **10.00** Fréttir **10.03** Veðurfregnir **10.13** Fjölradda sveiflusöngur **11.00** Fréttir **11.03** Samfélagið í nærmynd **12.00** Hádegisútvarpið **12.20** Hádegisfréttir **12.45** Veðurfregnir **13.00** Ris og fall flugeldahagkerfa **14.00** Fréttir **14.03** Að horfa á tónlist: Meistarasöngvararnir í Nürnberg **15.00** Fréttir **15.03** Útvarpssagan: Stormur **15.25** Málstofan **16.00** Síðdegisfréttir **16.05** Víðsjá **17.00** Fréttir **18.00** Kvöldfréttir **18.21** Spegillinn **18.50** Veðurfregnir **19.00** Endurómur úr Evrópu **20.00** Leynifélagið **20.30** Í heyranda hljóði **21.20** Tríó **22.00** Fréttir **22.05** Veðurfregnir **22.10** Orð kvöldsins **22.20** Fimm fjórðu **23.05** Matur er fyrir öllu **00.00** Fréttir **00.05** Næturtónar

BBC entertainment

14:55 Monarch Of The Glen **15:45** Absolutely Fabulous **16:15** Absolutely Fabulous **16:55** My Family **17:25** The Inspector Lynley Mysteries **18:10** The Weakest Link **18:55** Deal Or No Deal **19:30** My Hero **20:00** The Wrong Door **20:30** Whose Line Is It Anyway? **21:00** Two Pints Of Lager And A Packet Of Crisps **21:30** Waking The Dead **22:20** Come Dine With Me **22:45** Come Dine With Me **23:10** The Wrong Door

DR 1

13:10 Boogie Mix **14:00** Hjerteflimmer Classic **14:30** Svampebob Firkant **14:50** Nik & Jan **15:00** Brødrene Løvehjerte **15:30** Lille Nørd **16:00** Aftenshowet **16:30** TV Avisen med Sport og Vejret **17:00** Aftenshowet 2. del **17:30** Ha' det godt **18:00** Hammerslag **18:30** Spise med Price **19:00** TV Avisen **19:25** Kontant **19:50** SportNyt **20:00** Nedtælling **22:00** Borgen **23:00** Naruto Uncut **23:25** Boogie Mix

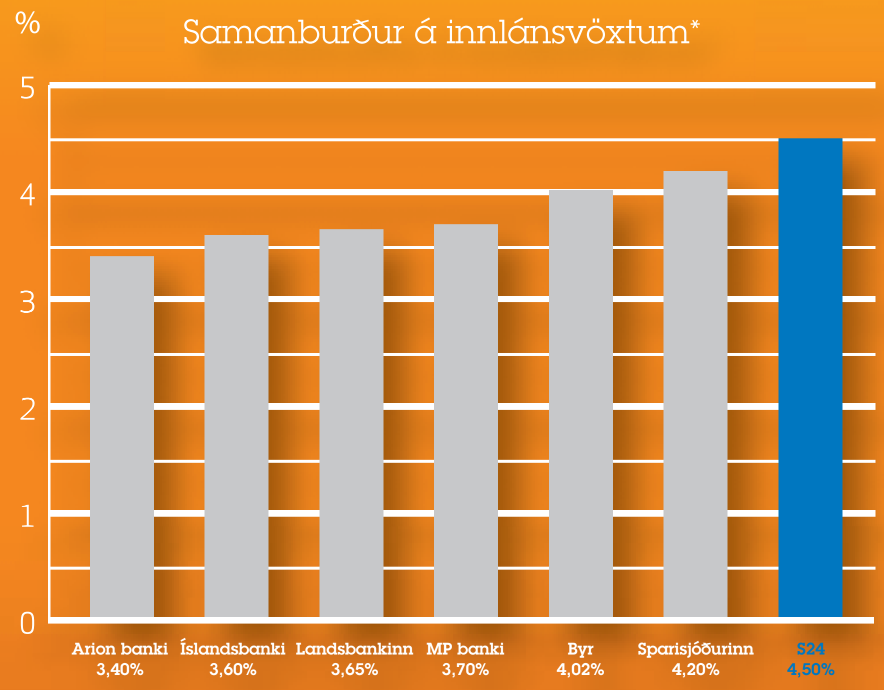
NRK 1

13:00 NRK nyheter **13:10** Sjukehuset i Aidensfield **14:00** Derrick **15:00** NRK nyheter **15:10** Si ja, bli min **15:40** Oddasat - nyheter på samisk **15:55** Nyheter på tegnspråk **16:00** Førkveld **16:40** Distriktsnyheter **17:45** Ut i naturen: Magasin **18:15** På tro og are **18:45** Extra-trekning **18:55** Distriktsnyheter **19:40** Brennpunkt **20:25** Ta en Tattoo **20:55** TV-aksjonen **21:00** Kveldsnytt Med sport. **21:15** Lydverket **21:45** Den store reisen **22:25** Skavlan **23:25** Svisj gull **01:00** Norsk på norsk jukeboks

SVT 1

14:55 Sommarpratarna **15:55** Sportnytt **16:00** Rapport med A-ekonomi **16:10** Regionala nyheter **16:15** Go'kväll **17:00** Kulturnyheterna **17:15** Regionala nyheter **17:30** Rapport med A-ekonomi **18:00** Vem tror du att du är? **18:40** Kvinnan i mitt liv **18:55** Din plats i historien **19:00** Veckans brott **20:00** Dox **21:25** State of Mind **22:10** Starke man **22:40** Dr Åsa **23:10** Niklas Mat

S24 = HAGSTÆÐARI INNLÁNSVEXTIR



S24 býður hagstæðari kjör á óbundnum, óverðtryggðum innlánsreikningi.
Það kostar ekkert að stofna sparnaðarreikning hjá S24.

SPARNAÐUR FYRIR FYRIRTÆKI OG EINSTAKLINGA

Í meira en 10 ár hafa einstaklingar getað ávaxtað sparnað sinn hjá S24. Nú gerum við betur og bjóðum einnig fyrirtækjum og félögum að nýta sér betri kjör á óverðtryggðum innlánsreikningi okkar. Kynntu þér málið, það kostar ekkert.

Kíktu á www.s24.is eða hringdu í síma 533 2424 – og þú hagnast.

*Á www.keldan.is er að finna samanburð á sambærilegum innlánsreikningum banka og sparisjóða fyrir 1 milljón til 9.999.999, 10.000.000 til 49.999.999, 50.000.000 – 99.999.999 og 100 milljónir og hærra. Í öllum þessum flokkum býður S24 upp á hagstæðustu kjörin. Myndin í auglýsingunni tekur mið af samanburði m.v. 1 milljón til 9.999.999. Upplýsingar eru teknar af www.keldan.is þann 11.10.2010.

Sparnaðarreikningur S24

- Betri innlánsvextir
- Enginn binditími
- Engin lágmarksupphæð
- Óverðtryggður sparnaður
- Engin úttektarþóknun
- Innlánsvextir 3,45%- 5,35%**

S24 ...og þú hagnast

**Skv. vaxtatöflu S24 11.10.2010

DYNAMO REYKJAVIK

10 ára gömul verð!

Eldsmiðjan

562 3838

Bragagata 38a Laugavegur 81 Suðurlandsbraut 12

18.-31. október

GILDIR EKKI UM DRYKKI OG HEIMSENDINGU

STOFA 53

BESTI BITINN Í BÆNUM

„Hamborgarabúlla Tómasar á B5. Ég fæ mér alltaf tilboð aldarinnar og extra kokteilsósu og franskar.“

María Birta Bjarnadóttir, leikkona í kvikmyndinni Órói.

Fjölskyldufaðir Íslandsmeistari í póker

„Þetta tók á, það er óhætt að segja það,“ segir nýkrýndur Íslandsmeistari í póker, Stefán Jóhann Arngrímsson.

217 keppendur hófu leik á Íslandsmeistaramótinu í póker á Hótel Örk í Hveragerði síðasta föstudag. Stefán Jóhann tryggði sér sigur aðfaranótt mánudags og fékk í sigurlaun tvær milljónir og sex hundruð þúsund.

„Það er ekki búið að ráðstafa verðlaunafénu, ég er ekki kominn svo langt,“ segir Stefán og bætir við að húsmóðirin á heimilinu verði höfð með í ráðum. „En það verður tekinn hluti af fénu frá fyrir næsta Íslandsmeistaramót.“

Stefán er þriggja barna faðir og starfar sem vefstjóri hjá Flugfélagi Íslands. Hann byrjaði að spila póker fyrir rúmum tveimur árum og segist spila á litlum mótum á netinu, en hann hefur yfirleitt ekki tíma í þau stóru. „Þetta var langstærsta mót sem ég hef tekið þátt í, þar sem maður þarf að setjast niður og mæta öðrum spilurum,“ segir Stefán. Hann segir mótið hafa tekið á, enda teygði það sig yfir þrjá daga. „Ég var alveg búinn. Þetta tekur lúmskt á – að sitja svona lengi og þurfa að halda einbeitingu.“

Stefán vann þátttökurétt á Íslandsmeistaramótinu í gegnum vefsíðuna Betsson, sem styrkti mótið ásamt Iceland Express og Ölgerðinni. Hann eyddi um 5.000 krónum í undanmót, sem honum tókst að breyta í vel á þriðju milljón með sigrinum. „Það er fín ávöxtun, það er ekki hægt að neita því,“ segir Stefán og endar á því að hrósa Pókersambandi Íslands fyrir gott mót. „Þetta var mjög góð skemmtun og það var upplifun að fá að taka þátt í þessu. Þetta var bara frábært.“ **- afb**

ÍSLANDSMEISTARI Ferð Stefáns til Hveragerðis um helgina var sannarlega til fjár. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

BALTASAR KORMÁKUR: FLYTUR TIL NEW ORLEANS OG PANAMA

Gerir draumasamning við stórfyrirtækið Universal

„Það er komið endanlegt grænt ljós á myndina, ég flyt út á sunnudag og verð í New Orleans og Panama næsta hálfa árið. Vonandi geta konan og börnin komið og verið eitthvað með mér úti. Ég fæ smá jólafrí og klára þá síðustu tökurnar af Djúpinu,“ segir Baltasar Kormákur kvikmyndaleikstjóri.

Samningar eru í höfn við stórfyrirtækið Universal um að framleiða og dreifa Contraband, endurgerð Reykjavík-Rotterdam, í samvinnu við Working Title. Það er því nánast gulltryggt að myndinni verði dreift í tvö til þrjú þúsund kvikmyndahús þar vestra. Framleiðslukostnaður er áætlaður í kringum fjörutíu til fimmtíu milljónir dala, sem jafngildir rúmum fjórum milljörðum íslenskra króna. Eins og Fréttablaðið hefur greint frá fara Mark Wahlberg og Kate Beckinsale með aðalhlutverkin í myndinni. Universal er eitt af stóru kvikmyndaverunum í Hollywood og samningur þessi er sá stærsti sem íslenskur kvikmyndaleikstjóri hefur náð.

Baltasar forsýndi á sunnudag Inhale í Háskólabíói, kvikmynd sem lengi hefur verið beðið eftir. Ólíkt mörgum öðrum myndum eftir leikstjórann hefur frumsýning myndarinnar farið óvenju hljótt en hún fer í almennar sýningar seinna í vikunni. „Ég ákvað bara að leyfa myndinni að tala fyrir sig sjálfa, ef fólk „fílar“ hana þá kynnir hún sig sjálf, ef ekki þá hverfur hún bara smátt og smátt.“ Miðað við viðbrögð áhorfenda í stóra sal Háskólabíós voru flestir hrifnir. „Ég var afskaplega ánægður, myndin er búin að vera lengi á leiðinni og það var kannski búið að tala niður væntingarnar fyrir henni. Ég var sjálfur mjög stressaður því maður veit aldrei hvernig fólk tekur verkunum manns, maður ætti að vera kominn með þykkari skráp eftir allan þennan tíma.“

Baltasar kveðst hins vegar feginn að hafa gert Inhale, sem er í minni kantinum á amerískan mælikvarða, áður en hann tekur stökkið út í stóru hákarlalaugana. „Þarna fékk maður tækifæri til að fást við verkalýðsfélögin og öll þessi hliðarverkefni sem fylgja kvikmyndagerð þarna úti. Það hefði ekki verið sniðugt að gera strax stóra stúdíómynd blautur á bakvið eyrun.“

Nú þarf leikstjórinn til að mynda að fara á fund hjá tuttugu jakkafataklæddum körlum á stórri skrifstofu í höfuðstöðvum Universal og útskýra fyrir þeim hvernig hann ætli að gera myndina. Leikstjórinn virðist hafa veðjað á réttan hest hvað Wahlberg varðar, því stjarna hans hefur sennilega aldrei skinið jafn skært, og fólk bíður spennt eftir endurkomu Kate Beckinsale. „Þetta virðist ætla að smella ansi vel og það eru fleiri nöfn að detta inn núna.“ **freyrgigja@frettabladid.is**

ALLT ANNAR LEIKUR Baltasar Kormákur þarf nú að fást við jakkafataklædda karla þegar tökur hefjast á Contraband, endurgerð Reykjavík-Rotterdam. Hann flytur út á sunnudag og verður búsettur í New Orleans og Panama næsta hálfa árið. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Norræn tónleikaröð á Íslandi

Norska poppsveitin Datarock kemur fram á tónleikaröðinni Direkt, sem fer fram í Reykjavík dagana 4.-6. nóvember. Tónleikaröðin er hluti af norrænu listahátíðinni Ting, sem er haldin í tilefni af afhendingu Norrænu menningarverðlaunanna í tónlist í Reykjavík.

„Datarock var hérna á Airwaves árið 2006 og er ein allra skemmtilegasta tónleikagrúppa sem ég hef séð á ævi minni,“ segir skipuleggjandinn Steinþór Helgi Arnsteinsson. „Þeir eru allir í brjálæðislega miklu stuði fyrir komunni hingað því þeir skemmtu sér svo vel síðast.“ Þótt þeir Fredrik Saroea og Ketil Mosnes séu kjarni Datarock koma þeir hingað ásamt fríðu föruneyti og verða með heila hljómsveit með sér á tónleikum sínum á Nasa 5. nóvember.

DATAROCK Norska gleðipoppsveitin spilar á Nasa 5. nóvember. Forsprakkar hennar eru Frederik Saroea og Ketil Mosnes. MYND/TOM OXLEY

Sænska hljómsveitin Wildbirds & Peacedrums stígur einnig á svið á Direkt, rétt eins og Slaraffenland frá Danmörku, Budam frá Færeyjum og íslensku sveitirnar Hjaltalín, Retro Stefson, Berndsen og Orphic Oxtra. Wildbirds & Peacedrums er ein heitasta hljómsveit Svía um þessar mundir. Hún spilaði við afhendingu sænsku Polar-verðlaunanna sem Björk hlaut á dögunum. Einnig tók sveitin upp sína síðustu plötu í Gróðurhúsinu hér á landi með aðstoð kórsins Schola Cantorum. Kórinn kemur einmitt fram bæði með hljómsveitinni og Hjaltalín á hátíðinni. „Það verður rúsínan í pylsuendanum,“ segir Steinþór.

Direkt-tónleikaröðin fer fram á Nasa, í Fríkirkjunni og í Tjarnarbíói. Miðasala er hafin á Midi.is, Máli og menningu Laugavegi 18 og Skífunni í Kringlunni. **- fb**

Safnaðu þekkingu

Endurmenntun fyrir alla – óháð fyrri menntun

Skráningarfrestur er að öllu jöfnu viku áður en námskeið hefst

MENNING OG SJÁLFSRÆKT

Litafræði - til gagns og ánægju
hefst 21. október

Kvíði barna og unglinga - foreldranámskeið
hefst 21. október

Leikritun
hefst 26. október

Sagan í Gamla testamentinu
hefst 26. október

Sjónmál náttúrunnar – landslagslist
hefst 1. nóvember

Húmor og hugsun í verkum Milans Kundera
hefst 1. nóvember

Íran
hefst 8. nóvember

Heimur jazzins
hefst 10. nóvember

Heilsufullyrðingar og gylliboð?
Hvaðan kemur þekking í næringarfræði?
haldið 10. nóvember

Íslensk stafsetning og greinarmerkjasetning í hnotskurn
hefst 17. nóvember

Í ofviðrum sálarinnar: Lér konungur og Ofviðrið
eftir William Shakespeare á sviðum Þjóðleikhúss og Borgarleikhúss
hefst 17. nóvember

HEILBRIGÐIS- OG FÉLAGSSVIÐ

Stofnfrumur í heilbrigði og sjúkdómum
haldið 5. nóvember

Samtalsaðferðir í hugrænni atferlismeðferð - Framhaldsnámskeið
hefst 16. nóvember

Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks
haldið 20. nóvember

Sjálfsvígsfræði - með sérstöku tilliti til sjálfsvíga ungs fólks
hefst 3. desember

TUNGUMÁL

Ítalska II
hefst 26. október

Spænska fyrir ferðaþjónustuna
hefst 1. nóvember

VERK- OG TÆKNIFRÆÐI

Óvissustjórnun - verkfæri í verkefnastjórnun
(e. Risk Management)
hefst 26. október

ÍST-170 og jarðskautskerfi
hefst 25. nóvember

FJÁRMÁL OG REIKNINGSSKIL

Arðsemismat verkefna - reiknilíkön í Excel
hefst 20. október

Skattlagning við eftirgjöf á skuldum
haldið 8. nóvember

Val á rekstrarformi fyrir atvinnustarfsemi
haldið 10. nóvember

NÁMSKEIÐ FYRIR STJÓRNENDUR

Siðareglur, fagmennska og traust
haldið 27. október

Starfsmannastefna, gildi og fyrirtækjamenning
hefst 3. nóvember

Hrós, hvatning og jákvæð endurgjöf
haldið 18. nóvember

STARFSÞRÓUN OG HÆFNI

Bætt þjónusta, ánægðari viðskiptavinir - Að gera gott betra -
haldið 12. nóvember

Innri gæðaúttektir fyrir stofnanir og fyrirtæki
hefst 17. nóvember

Markviss framsögn
hefst 18. nóvember

Facebook sem markaðstæki – grunnnámskeið
hefst 22. nóvember

Vinnugleði - mín vinna, mitt viðhorf
haldið 3. desember

HUGBÚNAÐUR

WordPress - Vinsælasta vefumsjónarkerfi í heimi
hefst 26. október

SQL fyrirspurnarmálið
hefst 4. nóvember

Starf vefstjórans og stjórnun vefverkefna
hefst 4. nóvember

UPPELDIS- OG KENNSLUSVIÐ

Talnalykill: Staðal- og markbundið próf í stærðfræði
haldið 29. október

Jákvæð agastjórnun: Leiðir til að skapa hvetjandi námsumhverfi
hefst 18. nóvember

Kvíði barna og unglinga - Aukanámskeið
haldið 29. nóvember

LÖGFRÆÐI

Samningagerð og „Samningahagfræði"
- Hvernig tryggjum við hagsmuni okkar með samningum?
hefst 2. nóvember

Hlutverk og ábyrgð stjórnarmanna í félögum
hefst 22. nóvember

ENDURMENNTUN
HÁSKÓLA ÍSLANDS

Nánari upplýsingar og skráning: sími 525 4444 endurmenntun.is

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VISIR.IS

Ritstjórn: 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild:** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN:** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst húsið

DREIFING: dreifing@posthusid.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

FRÉTTIR AF FÓLKI

Í kvennavígi

Athafnamaðurinn **Friðrik Weisshappel** eignaðist sína aðra stelpu á sunnudagsmorgun. Henni hefur verið gefið nafnið Yrsa en fyrir á Friðrik eina dóttur, Irmu. Friðrik rekur sem kunnugt er Laundromat-kaffihúsin í Kaupmannahöfn og þar eru ungbarnamæður hvattar til að vera ófeimnar við brjóstagjöf. Gestir kaffihúsanna mega því fastlega búast við því að sjá nýju stúlkuna á næstunni.

Boðið í kampavín

Eins og Fréttablaðið hefur fylgst með eru leikarar Vesturports og Borgarleikhússins nú staddir í London að leika í Faust undir leikstjórn **Gísla Arnar Garðarssonar** í Young Vic-leikhúsinu. Leikhúsið hélt upp á fjörutíu ára afmæli sitt í síðustu viku og þá tróð enginn annar en Sir Ian McKellen upp með íslensku listamönnunum. Forsvarsmenn Young Vic voru svo ánægðir með afmælissýninguna að þeir ætla að bjóða öllum hópnum í hið víðfræga parísarhjól London Eye til að skála í ísköldu kampavíni.

Sannkölluð reisubók

Eftir mánaðamótin kemur út Heimanfylgja, ný bók **Steinunnar Jóhannesdóttur,** eftir allmikið ferðalag. Um tíma var verkið í voða þegar tölvu Steinunnar með handriti bókarinnar var stolið, en hún kom svo í leitirnar á ný, meðal annars fyrir milligöngu Óskars Jónassonar kvikmyndaleikstjóra. Bókin átti upphaflega að vera framhald á Reisubók Guðríðar Símonardóttur og fjalla um líf Hallgríms og Guðríðar á Íslandi. Steinunn hvarf hins vegar frá því og ákvað að skrifa fyrst um Hallgrím ungan. Spurning er hvort þarna verður ekki komin enn meiri reisubók en sú fyrri, miðað við hrakfarir og snúninga á leiðinni. **- óká, fgg**

Mest lesið VISIR.IS

1. Munnmök ástæða aukningar krabbameins í munni
2. Útigangskona stal hamborgurum og harðfisk
3. Vill vita hver mótaði afstöðu Íslands
4. Stefán Arngrímsson er Íslandsmeistari í póker
5. Eva Joly fær nýjan keppinaut í Frakklandi